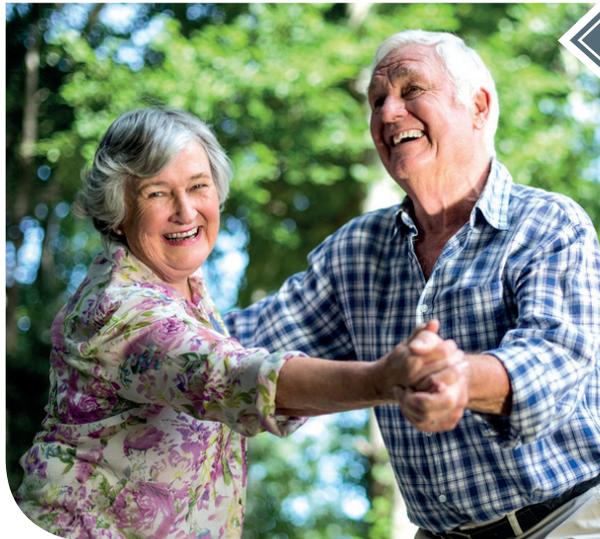


SENIOREN WEGWEISER

INFORMATIONEN & TIPPS FÜR ÄLTERE MENSCHEN



Einfach älter werden!



Liebe Leserinnen und Leser,

in Ihren Händen halten Sie den ersten Seniorenwegweiser der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten.

Die Idee zur Broschüre entstand im Zuge des Projektes „Fachplan Gesundheit“ im Frühjahr 2016. In einer breit angelegten Seniorenbefragung wurde unter anderem erfragt, welche weiteren Angebote oder Betätigungsmöglichkeiten sich die Senioren in Linkenheim-Hochstetten wünschen. Dabei wurde deutlich, dass viele der gewünschten Angebote und Betätigungsmöglichkeiten heute schon in der Gemeinde gegeben sind, aber offenbar bei vielen nicht bekannt waren. Hier setzt der Seniorenwegweiser an. Die Broschüre soll möglichst umfänglich über Angebote und Betätigungsmöglichkeiten für Senioren in Linkenheim-Hochstetten informieren. Gleichzeitig verdeutlichte die Befragung der über 65 Jährigen wie unterschiedlich die Lebenssituationen und Wünsche an das Leben bei Menschen in diesem Lebensalter in unserer Gemeinde sind. Viel hängt dabei natürlich von der individuellen Gesundheit und der familiären Situation ab. Deutlich wurde in der Befragung der Senioren in Linkenheim-Hochstetten, dass

immer mehr Menschen ein hohes Lebensalter bei vergleichsweise guter Gesundheit erreichen und sich in Folge dessen auch im kommunalen Leben aktiv engagieren möchten. Besonders das vierte Kapitel „Aktiv im Alter – Freizeit und Begegnung“ fasst daher konkrete Betätigungsmöglichkeiten zusammen.

Dieser Seniorenwegweiser ist der erste seiner Art. Wir freuen uns daher auch über Rückmeldungen, insbesondere über Verbesserungsvorschläge für die nächste Broschüre dieser Art.

Auch im Namen des Gemeinderates darf ich Ihnen Freude beim Lesen wünschen und hoffe, dass der Seniorenwegweiser Linkenheim-Hochstetten 2017 Ihnen nützlich sein wird.

Mit herzlichen Grüßen



Ihr Michael Möslang,
Bürgermeister



SENIOREN WEGWEISER

INFORMATIONEN & TIPPS FÜR ÄLTERE MENSCHEN



1. BERATUNG UND INFORMATION

1.1	Gemeindeverwaltung	6
1.2	Rechtliche Betreuung, Betreuungs-/ Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	7
1.2.1	SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste	7
1.2.2	Betreuungsbehörde	7
1.3	Kreissenioresrat	7
1.4	allgemeine Seniorenberatung	8
1.5	Altenhilfefachberatung	8
1.6	Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe	8
1.7	Sozialrechtsberatung	9
1.8	Beratung zum Schwerbehindertenrecht	9
1.9	Renten- und Reha Beratung	10
1.10	Wohnberatung	10
1.11	Selbsthilfe	11
1.12	Demenzberatung	11
1.13	Kriminalpolizeiliche Beratung	13



2. FINANZIELLE LEISTUNGEN

2.1	Pflegeleistungen	14
2.2	Rentenleistungen	16
2.3	Schwerbehindertenausweise	16
2.4	Sonstige soziale Hilfen	17

2.4.1	Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	17
2.4.2	Wohngeld	18
2.4.3	Wohnberechtigungsschein	18
2.4.4	Hilfe zur Pflege	19
2.4.5	Landesblindenhilfe	19
2.4.6	Rundfunkbeitragsbefreiung/-ermäßigung.....	19
2.4.7	Krankenversicherungsschutz (Hilfen zur Gesundheit)	20

3. WOHNEN IM ALTER, PFLEGE UND BETREUUNG



3.1	Ambulante Pflegedienste	21
3.1.1	Ambulante Pflegedienste in Linkenheim-Hochstetten	22
3.1.2	Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste	22
3.1.3	Internetadressen für ambulante Pflegedienste	23
3.2	Ambulant betreutes Wohnen	23
3.2.1	Ambulant betreutes Wohnen in Linkenheim-Hochstetten	23
3.2.2	Weitere Adressen für ambulant betreutes Wohnen	24
3.3	Besuchs- und Begleitdienste	24
3.4	Hausnotruf	24
3.4.1	Hausnotruf über ambulante Pflegedienste	24
3.4.2	Hausnotruf über andere Anbieter	25
3.5	Essen auf Rädern	25
3.5.1	Essen auf Rädern über ambulante Pflegedienste	25
3.5.2	Essen auf Rädern über andere Anbieter	26
3.6	Pflegekurse für pflegende Angehörige	26

3.7	Mobile Geriatrische Rehabilitation	26
3.8	Tagespflege	27
3.8.1	Tagespflege in Linkenheim-Hochstetten	27
3.8.2	Weitere Adressen für Tagespflege	27
3.8.3	Internetadressen für Tagespflege	27
3.9	Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege (Pflegeheime)	28
3.9.1	Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in Linkenheim-Hochstetten	28
3.9.2	Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege	28
3.9.3	Internetadressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege	28
3.10	Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen	29
3.11	Stationäres Hospiz	29
3.12	Sterbefall	30
3.13	Notariat	30



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

4.1	Kirchengemeinden	31
4.1.1	Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten	31
4.1.2	Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim	31
4.1.3	Evangelischer Gemeinschaftsverband Augsburgischer Bekenntnis	32
4.1.4	Freie Evangelische Gemeinde Hochstetten	32
4.1.5	Katholisches Pfarramt Graben-Neudorf-Linkenheim	32
4.1.6	Liebenzeller Gemeinde Linkenheim	32
4.1.7	Neuapostolische Kirche	32
4.2	Angebote zur aktiven Freizeitgestaltung	33

4.3	Parteien	45
4.4	Bildung	45
4.4.1	Volkshochschule	45
4.4.2	Bibliotheken	45
4.5	Seniorensreisen und mehrtägige Tagesprogramme	46

5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS UND ADRESSEN



5.1	Verbraucherzentrale	47
5.2	KVV Senienticket	47
5.3	Tafelläden	47
5.4	Kulturveranstaltungen der Gemeinde	48

6. ÄRZTE UND GESUNDHEITSDIENSTE



6.1	Allgemeinmedizin	49
6.2	Frauenheilkunde	50
6.3	Krankengymnastik / Therapie	50
6.4	Zahnärzte	51
6.5	Apotheken	52
6.6	Heilpraktiker	52



1. BERATUNG UND INFORMATION

1.1 Gemeindeverwaltung

Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Karlsruher Str.41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-0
Mail: gemeinde@linkenheim-hochstetten.de
www.linkenheim-hochstetten.de

Sprechzeiten:

Montag - Freitag: 8:30 - 12:00 Uhr
Montag u. Dienstag: 13:30 - 15:30 Uhr
Donnerstag: 14:00 - 18:00 Uhr,
Freitagnachmittag u. Mittwoch ganztags geschlossen.

Der Fachbereich Soziales ist Ihnen behilflich bei sozialen Fragestellungen und der Vermittlung von Hilfen für Senioren (siehe 1.4)

Herr Johannes Fromm (Hauptamt / Soziales)
Tel.: 07247 / 802-37
Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

1.2 Rechtliche Betreuung, Betreuungs-/ Vorsorgevoll- macht, Patientenverfügung

1.2.1 SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste

SKM Landkreis Karlsruhe e.V.

Frau Petra Schaab
Söternstr. 5
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 5056- 816
Mail: info@skm-bruchsal.de
www.skm-bruchsal.de

1.2.2 Betreuungsbehörde

Auch die Mitarbeiter/innen der Betreuungs-
behörde, Landratsamt Karlsruhe, beraten
und informieren Einwohner der Gemeinde
Linkenheim-Hochstetten u.a. über Voll-
machten oder Betreuungsverfügungen und
bearbeiten Betreuungsverfahren.

**Landratsamt Karlsruhe, Sozialamt
Betreuungsbehörde**

Herr Rudi Schuhmacher
Orbinstr. 24
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 783454
Mail: betreuungsbehoerde@landratsamt-karlsruhe.de

1.3 Kreissenorenrat

Der **Kreissenorenrat Landkreis Karlsruhe e.V.**
ist eine Arbeitsgemeinschaft der auf dem Ge-
biet der Altenarbeit tätigen kirchlichen und
weltlichen Gruppierungen (z.B. Altenwerke,
Seniorengruppen, etc.). Er betreibt u.a. die
BAV-Beratungsstelle (steht für Beschwerden,
Anhören, Vermitteln) und tritt für die Interessen
älterer Menschen im Landkreis Karlsruhe ein.

Kreissenorenrat Landkreis Karlsruhe e.V.

Herr Thilo Kerzinger (Vorsitzender)
Huttenstr. 47 (im ev. Altenzentrum)
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 9825915
Mail: ksr.ka@web.de
www.ksr-ka.de

Sprechzeiten: Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr

Frau Uschi Alber (stv. Vorsitzende)
Carl-Zuckmayer-Str. 13,
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 4591



1. BERATUNG UND INFORMATION

1.4 allgemeine Seniorenberatung

Die Mitarbeiter/innen der **Gemeinde Linkenheim-Hochstetten** fördern Angebote für ältere Mitbürger, unterstützen die Vernetzung mit Trägern seniorenorientierter Dienstleistungen und vermitteln weiterführende Hilfen für Senioren.

Gemeindeverwaltung, Hauptamt / Soziales
Herr Johannes Fomm (Hauptamt / Soziales)
Tel.: 07247/ 802-37
Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

1.5 Altenhilfefachberatung

Die Altenhilfefachberatung des Landratsamts Karlsruhe ist Ansprechpartner für alle Fragen der Altenhilfe im Landkreis und arbeitet u.a. eng mit unterschiedlichen Akteuren und Verantwortlichen im Bereich der Altenhilfe zusammen.

Landratsamt Karlsruhe, Amt für Versorgung und Rehabilitation Altenhilfefachberatung
Herr Robert Roßkopf
Beiertheimer Allee 2
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 936-7471
Mail: robert.rosskopf@landratsamt-karlsruhe.de

1.6 Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe

Der Pflegestützpunkt informiert und berät rund um das Thema Pflege, das heißt die Versorgung und Betreuung von Menschen jeden Alters. Fragen, die das Vor- und Umfeld von Pflege betreffen, werden ebenfalls beantwortet.

Sprechzeiten:

Montag-Mittwoch: 9:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag: 10:00 - 12:00 Uhr 13:30 - 18:00 Uhr
Freitag: 9:00 - 13:00 Uhr

Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe

Standort Ettlingen

Am Klösterle
Klostergasse 1
76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 101-546
Mobil: 0160 / 7077566
Fax: 07243 / 101-8353

pflegestuetspunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de
www.landratsamt-karlsruhe.de

1.7 Sozialrechtsberatung

Die Sozialrechtsberatung des Sozialverband VdK berät im Sozialrecht:

- Rentenversicherung,
- Krankenversicherung,
- Pflegeversicherung
- Schwerbehindertenrecht,
- Reha und Teilhabe,
- Unfallversicherung,
- Soziales Entschädigungsrecht,
- Grundsicherung für Arbeitssuchende,
- Soldaten- und Kriegssopferfürsorge

Sozialverband VdK, Kreisverband Karlsruhe Sozialrechtsberatung

Karlstr. 53-55
76133 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 932790

Fax: 0721 / 9327979

Mail: srg-karlsruhe@vdk.de

www.vdk.de/kv-karlsruhe/

Sprechzeiten:

nur nach telefonischer Terminvereinbarung
Montag: 08:00-12:00 Uhr und 14:00-15:45 Uhr
Donnerstag: 08:00-12:00 Uhr

Sozialverband VdK

Ortsverband Linkenheim-Hochstetten

Herr Erwin Schentz

Tullastr. 18

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 85511

1.8 Beratung zum Schwerbehindertenrecht

Wer körperlich, geistig oder seelisch behindert ist, sollte seine Ansprüche nach dem Schwerbehindertenrecht überprüfen lassen (siehe 2.3). Zuständig für die Antragsbearbeitung für Berechtigte mit Wohnsitz im Landkreis Karlsruhe bzw. in der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten ist das Amt für Versorgung und Rehabilitation.

Anlaufstelle Persönliche Beratung und Antragsstellung:

Amt für Versorgung und Rehabilitation

Wolfsfahrtsweierer Str. 5

76131 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 936-70100

Sprechzeiten:

Montag - Freitag (außer Di): 8:00 - 12:00 Uhr

Donnerstag: 14:00 - 17:00 Uhr



1. BERATUNG UND INFORMATION

1.9 Renten- und Reha Beratung

Bei der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg finden Sie neben der Bearbeitung von Rentenanträgen (siehe 2.2) folgende Angebote:

- Auskunft und Beratung für alle Versicherten der gesetzlichen Rentenversicherung zu Fragen über die Rente
- Reha-Beratungsdienst
- Gemeinsame Servicestelle für Rehabilitation
- Servicezentrum für Altersvorsorge

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Servicezentrum Karlsruhe

Gartenstraße 105
76135 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 825-11542

Terminvergabe: 0721 / 825-11543

Mail: servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de

Sprechzeiten:

Montag - Mittwoch: 8:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag: 8:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

Hilfe Antragsstellung/ Antragsweiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten

Versichertenberater

Herr Uwe Böhm

Mail: uwe.boehm@kit.edu

Sprechzeiten:

alle 14 Tage Donnerstag, 16:00 – 18:00 Uhr

Zimmer EG 2 oder EG 3

Termine nur nach vorheriger Vereinbarung

unter 07247 / 802-34 Fr. Kemm

oder 07247 / 802-35 Fr. Schlüter

1.10 Wohnberatung

- Wohnberatung bietet Ihnen Unterstützung bei bzw. Information über:
- Umgestaltung und Umbaumaßnahmen der Wohnung
- Erhalt von Sicherheit und Selbstständigkeit bis ins hohe Alter in der eigenen Wohnung
- Pflege von Angehörigen in einer Wohnung, die Ihnen die Pflege leicht macht
- Vermeidung von Umzugs in ein Pflegeheim
- Finanzierungsfragen
- alternative Wohnformen

Mark Mobile Ambulante Rehabilitation Karlsruhe GmbH

Wohnberatung
Kanalweg 40/42
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230 - 50
Mail: mark@mark-ka.de
www.mark-ka.de

DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. Wohnraumberatung

Ettlinger Str. 13
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 95595175
Mail: soziales@drk-karlsruhe.de
www.drk-karlsruhe.de/angebote/senioren/
wohnraumberatung.html

1.11 Selbsthilfe

Das Selbsthilfebüro ist die professionelle Informations-, Beratungs- und Unterstützungsstelle für Selbsthilfe in Stadt und Landkreis Karlsruhe. Es

- informiert und berät Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind
- vermittelt Interessierte in Selbsthilfegruppen (bspw. Rheuma-, Kontinenz-, Multiple Sklerose-Gruppen u.v.m.)

- fördert und begleitet die Gründung neuer Gruppen
- berät bei Fragen der Organisation, Finanzierung und Öffentlichkeitsarbeit
- vernetzt Betroffene, Fachleute und Institutionen des Gesundheitswesens
- unterstützt den Erfahrungsaustausch der Gruppen untereinander
- organisiert gemeinsame Aktionen, wie das Forum Selbsthilfe

Paritätische Sozialdienste gGmbH Karlsruhe Selbsthilfebüro

Kanalweg 40/42
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230-25
Mail: selbsthilfe@paritaet-ka.de
www.paritaet-ka.de

1.12 Demenzberatung

Die Erkrankung an einer Demenz führt zu vielfältigen Veränderungen im Leben des Betroffenen und seines Umfeldes. Die Fachstelle ist ein spezielles Angebot:

Informationen zum Krankheitsbild, der medizinischen Versorgung, zu Rechtsfragen, zu Betreuung und weiterführenden Hilfen gehören ebenso zum Angebot wie die psychosoziale Beratung und Begleitung durch qualifizierte



1. BERATUNG UND INFORMATION



Fachkräfte. Die Beratung kann telefonisch, im Büro oder nach vorheriger Absprache zu Hause erfolgen. Die Verschwiegenheit der Mitarbeiter/-innen ist selbstverständlich.

Die Fachstelle bietet auch Betreuungsgruppen für Demenzkranke, eine Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige und Kurse für Angehörige und am Thema Interessierte an. Besondere Veranstaltungen zum Thema Demenz werden in der Tagespresse bekannt gegeben.

AWO Ambulante Dienste gGmbH
Demenzfachberatungszentrum
Prinz-Wilhelm-Straße 3
76646 Bruchsal

Frau Elke Krämer (Geschäftsführung)
Tel.: 07251 / 7130-20
Fax: 07251 / 7130-281

Mail: e.kraemer@awo-ka-land.de
Frau Angelika Nosal (Geschäftsführung)
Tel.: 07251 / 7130-21
Fax: 07251 / 7130-281
Mail: a.nosal@awo-ka-land.de

In Zusammenarbeit mit
AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten
Europaring 50
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:
Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung
Tel.: 07247 / 89922
Mobil: 0162 / 2772600
Fax: 07247 / 2072804
Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

Fachstelle für demenzkranke Menschen
und deren Angehörige
Diakonisches Werk Karlsruhe
Herr Kaiser, Tel.: 0721 / 831849-11
Kaiserstr. 172, 76133 Karlsruhe
Mail: kaiser@dw-karlsruhe.de

Frau Faber, Tel.: 0721 / 96719-0
Schäferstr. 15, 76139 Karlsruhe
Mail: faber@dw-karlsruhe.de

Träger:
Diakonisches Werk Karlsruhe
Internet: www.dw-karlsruhe.de
Mail: info@dw-karlsruhe.de

Logotherapeutische Beratung für Betroffene und Angehörige

Beratung für Betroffene und Angehörige in der Frühphase einer Demenz, insbesondere in der schweren ersten Phase nach Erhalt der Diagnose.

www.demenzinitiative-karlsruhe.de/angebot

Logotherapeutinnen (DGLE)

Elli Kobela & Sabine Rettinger
Karlstr. 119
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 75406539
info@logotherapeutische-beratung.de

Alzheimer-Telefon

Über das bundesweite Alzheimer-Telefon können Angehörige, Betroffene sowie professionelle Helfer beratende Hilfestellungen zu Demenz und speziell zur Alzheimer Krankheit erhalten.

Tel.: 01803 / 171017
oder 030 / 259379514

Sprechzeiten:

Montag - Freitag: 9:00 - 18:00 Uhr

1.13 Kriminalpolizeiliche Beratung

Ältere Menschen sind oft ausgesuchte Opfer von Betrügern, Schleppern und Neppern. Handtaschenraub auf offener Straße, Wohnungseinbrüche und Trickdiebstahl betreffen vielfach betagte Menschen. Über richtiges Verhalten und wirksame Sicherheitsvorkehrungen berät das

Polizeipräsidium Karlsruhe Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle

Beiertheimer Allee 16
76137 Karlsruhe
Tel.: 0721 / 939-5045

Sie können telefonisch einen Beratungstermin in den Räumen der Beratungsstelle in der Beiertheimer Allee 16 vereinbaren. Die Fachberater kommen aber auch zu Ihnen nach Hause, analysieren Ihre Wohnung/ Ihr Haus und geben Ratschläge, wie man dem Einbrecher „einen Riegel vorschiebt“.



2. FINANZIELLE LEISTUNGEN

2.1 Pflegeleistungen

Die Pflegeversicherung federt das finanzielle Risiko der Pflegebedürftigkeit ab. Sie stellt eine soziale Grundsicherung in Form von unterstützenden Hilfeleistungen dar, die Eigenleistungen der Versicherten und anderer Träger nicht entbehrlich macht.

Maßgebend dafür, welche Leistungen Pflegebedürftige erhalten, ist der Grad der Hilfebedürftigkeit. Dieser wird vom medizinischen Dienst der Krankenversicherung festgestellt.

Mit dem Zweiten Pflegestärkungsgesetz (PSG II) hat die Bundesregierung die Inhalte der Pflegeversicherung umfassend reformiert. Erste Änderungen des neuen Gesetzes sind bereits seit 1. Januar 2016 in Kraft. Die wichtigsten Änderungen gehen mit der Einführung der Pflegegrade, einem grundlegend veränderten Begutachtungsinstrument und **verbesserten Leistungen ab 1. Januar 2017** in die Praxis.

Bisher bezog sich der Begriff der Pflegebedürftigkeit vor allem auf körperliche Beeinträchtigungen. Mit dem neuen Gesetz erhalten nun

auch Menschen mit geistigen, kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen (zum Beispiel Menschen mit Demenz) einen gleichberechtigten Zugang zu Leistungen der Pflegeversicherung. Grundlage dafür ist ein neues Begutachtungsinstrument. Die Pflegebedürftigkeit orientiert sich dann nicht mehr daran, wie viel Zeit ein Mensch am Tag an Hilfe benötigt, sondern im Wesentlichen daran, wie selbstständig der Alltag bewältigt werden kann und wie viel Unterstützung dafür notwendig ist.

Für die Bestimmung der Pflegebedürftigkeit sind nach der neuen Begutachtungsweise sechs Bereiche relevant:

- Mobilität
- kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Aus den genannten Bereichen lässt sich der Grad der Selbstständigkeit ableiten. Wie pflegebedürftig jemand ist, spiegelt sich dann in fünf Pflegegraden statt in drei Pflegestufen wider. Dabei gilt: Je höher der Pflegegrad, desto mehr ist der Mensch in seiner Selbstständigkeit beeinträchtigt und auf Unterstützung angewiesen.

Pflegegrad 1: Durch die Pflegereform wird auch ein neuer Personenkreis mit geringer Beeinträchtigung der Selbstständigkeit erreicht, der bisher keinen Anspruch auf Leistungen hatte. Die Leistungen des Pflegegrades 1 dienen in erster Linie dazu, das häusliche Umfeld dieses Personenkreises zu fördern und zu stärken.

Pflegegrad 2: Erhebliche Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

Pflegegrad 3: Schwere Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

Pflegegrad 4: Schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

Pflegegrad 5: Schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Die Pflegeversicherung erbringt Leistungen als Geld- oder Sachleistungen, mit denen die Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung finanziert wird. Eine Kombination von Pflegegeld- und Pflegesachleistungen ist möglich.

Nähere Informationen und Beratung über Leistungen sowie für eine Antragsstellung erhalten Sie bei der Pflegekasse Ihrer Krankenkasse (bspw. AOK, DAK, BKK etc.)



2. BERATUNG UND INFORMATION

2.2 Rentenleistungen

Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg ist grundsätzlich für die Renten- und Reha Beratung (siehe 1.9), Kontenklärungsanträge und Rentenanträge zuständig, d.h. für die Bearbeitung von Renten- und Kontenklärungsanträgen sowie für Auskunft und Beratung aller Versicherten der gesetzlichen Rentenversicherung zu Fragen über die Rente.

Renten- und Kontenklärungsanträge können nach Terminvereinbarung direkt beim Rententräger gestellt werden.

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Servicezentrum Karlsruhe

Gartenstraße 105
76135 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 825-11542

Terminvergabe: 0721 / 825-11543

Mail: servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de
www.deutsche-rentenversicherung-bw.de

Sprechzeiten:

Montag - Mittwoch: 8:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag: 8:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

Hilfe Antragsstellung/ Antragsweiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten

Versichertenberater

Herr Uwe Böhm

Mail: uwe.boehm@kit.edu

Sprechzeiten:

alle 14 Tage Donnerstag: 16:00 – 18:00 Uhr
Zimmer EG 2 oder EG 3

Termine nur nach vorheriger Vereinbarung
unter Tel.: 07247 / 802-34 Fr. Kemm
oder Tel.: 07247 / 802-35 Fr. Schlüter

2.3 Schwerbehindertenausweis

Antragsformulare für Erstanträge und Änderungen nach dem Schwerbehindertenrecht können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, wo die Bearbeitung erfolgt. Eine persönliche Beratung gibt es in der Anlaufstelle des Amts für Versorgung und Rehabilitation (siehe 1.8).

Das Amt für Versorgung und Rehabilitation entscheidet abschließend über die Behinderung, den Grad der Behinderung und gegebenenfalls über weitere gesundheitliche Merkmale für die Inanspruchnahme von Nachteilsausgleichen wie bspw. Parker-

leichterung, Freifahrt für eine Begleitperson, Rundfunkgebührenbefreiung etc.
Ab einem Grad der Behinderung von wenigstens 50 wird ein Schwerbehindertenausweis ausgestellt.

**Antragsannahme/-weiterleitung
Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm
Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

2.4 Sonstige soziale Hilfen

2.4.1 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung soll den grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt von Menschen absichern, die wegen Alters oder aufgrund voller Erwerbsminderung endgültig aus dem Erwerbsleben ausgeschieden sind, sofern die nachfragende Person ihren Lebensunterhalt

nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen bestreiten kann und auch das Einkommen und Vermögen des nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartners hierzu nicht ausreichen. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung wird nur auf Antrag geleistet. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

**Antragsannahme/-weiterleitung
Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm
Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de





2. BERATUNG UND INFORMATION

2.4.2 Wohngeld

Wohngeld wird als Mietzuschuss (für Mieter einer Wohnung) oder als Lastenzuschuss (für Eigentümer an selbst genutztem Wohnraum) gezahlt. Ob und in welcher Höhe Sie Wohngeld in Anspruch nehmen können, hängt von drei Faktoren ab:

- die Anzahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder,
- die Höhe des Gesamteinkommens,
- der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung.

Wohngeld wird nur auf Antrag geleistet. Auch die Weiterbewilligung muss beantragt werden. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

**Antragsannahme/-weiterleitung
Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm
Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37
Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

2.4.3 Wohnberechtigungsschein

Der Wohnberechtigungsschein ist eine Voraussetzung für den Bezug einer geförderten und gebundenen Sozialmietwohnung und bietet seinem Inhaber die Möglichkeit zum Abschluss eines Mietvertrages – er verleiht ihm aber keinen Anspruch zum Bezug einer solchen Wohnung.

Die Bescheinigung wird durch die Gemeinden regelmäßig als „Allgemeiner Wohnberechtigungsschein“ ausgestellt. Dieser ist in ganz Baden-Württemberg verwendbar und für ein Jahr gültig.

Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten gestellt werden.

**Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm
Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37
Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

2.4.4 Hilfe zur Pflege

Menschen, die durch körperliche, geistige oder seelische Erkrankungen oder Behinderungen nicht mehr in der Lage sind, die regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens auszuführen und deshalb in erheblichem oder höherem Maße fremder Hilfe bei der Körperpflege, Ernährung, Mobilität oder hauswirtschaftlichen Versorgung bedürfen, können Hilfe zur Pflege beanspruchen, soweit die vorrangigen Leistungen der Pflegeversicherung sowie eigenes Einkommen und Vermögen bzw. bestehende Ansprüche an Dritte (z.B. Unterhaltsansprüche) nicht ausreichen, den Pflegebedarf sicher zu stellen.

Landratsamt Karlsruhe Amt für Versorgung und Rehabilitation

Frau Meta Scheidenberger
Wolfartsweierer Straße 5
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 93670910
meta.scheidenberger@landratsamt-karlsruhe.de

2.4.5 Landesblindenhilfe

Zum Ausgleich blindheitsbedingter Nachteile haben Blinde und hochgradig sehbehinderte Menschen, die das erste Lebensjahr

vollendet und ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Baden-Württemberg haben, evtl. Anspruch auf Landesblindenhilfe.

Landesblindenhilfe kann nur auf Antrag gewährt werden. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

Antragsannahme/-weiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten Hauptamt / Sozialarbeiter

Herr Johannes Fromm
Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

2.4.6 Rundfunkbeitragsbefreiung/-ermäßigung

Wer bestimmte Sozialleistungen erhält, kann sich auf Antrag von der Rundfunkbeitragspflicht befreien lassen.

Zu diesem Personenkreis zählen unter anderem beispielsweise:

- Empfänger von Hilfe zu ALG II
- Empfänger von Grundsicherung im Alter



2. BERATUNG UND INFORMATION

- und bei Erwerbsminderung
- Empfänger von Hilfe zur Pflege
- taubblinde Menschen und Empfänger von Blindenhilfe

Menschen, denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde, können auf Antrag eine Ermäßigung auf ein Drittel des Rundfunkbeitrags erhalten. Zu diesem Personenkreis zählen unter anderem:

- blinde oder nicht nur vorübergehend wesentlich sehbehinderte Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 60 Prozent wegen der Sehbehinderung
- hörgeschädigte Menschen, die gehörlos sind oder denen eine ausreichende Verständigung über das Gehör auch mit Hörhilfen nicht möglich ist
- behinderte Menschen, deren Grad der Behinderung nicht nur vorübergehend wenigstens 80 Prozent beträgt.

Bitte beachten Sie:

Sie erhalten die Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht oder die Ermäßigung des Rundfunkbeitrags ab dem auf dem Festsetzungsbescheid/ der Bescheinigung genannten Leistungsbeginn, wenn Sie den Antrag binnen zwei Monaten einreichen, nachdem der Bescheid erstellt wurde. Anträge auf Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht oder

Ermäßigung des Rundfunkbeitrags müssen schriftlich bei der „GEZ“ (jetzt: „ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice“) eingereicht werden, durch die die Bearbeitung erfolgt.

Die hierzu erforderlichen Formulare sind beim Bürgerbüro erhältlich.

2.4.7 Krankenversicherungsschutz (Hilfen zur Gesundheit)

Personen, für die kein Krankenversicherungsschutz begründet werden kann und die der ärztlichen Behandlung bedürfen, können Hilfen zur Gesundheit erhalten. Die Hilfen sind einkommens- und vermögensabhängig.

Landratsamt Karlsruhe, Amt für Versorgung und Rehabilitation

Frau Meta Scheidenberger
Beiertheimer Allee 2
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 93670910



3. WOHNEN IM ALTER, PFLEGE UND BETREUUNG



3. Wohnen im Alter, Pflege und Betreuung

Im Alter sorgen Krankheiten und Gebrechen häufig dafür, dass eine intensive Pflege erforderlich wird. Diese kann in den seltensten Fällen von Angehörigen durchgeführt werden, da zum einen nicht die nötige Zeit vorhanden ist, die Pflegesituation zum anderen aber auch zur Überforderung führt. Der Betroffene und ggfs. seine Angehörigen sehen sich oft vor die Alternative gestellt, in

eine Pflegeeinrichtung umzuziehen oder die erforderliche Pflege im häuslichen Umfeld zu organisieren. Hier kommen ambulante Pflegedienste oder Haushalts- und Betreuungshilfen ins Spiel.

3.1 Ambulante Pflegedienste

Der ambulante Pflegedienst unterstützt Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Er bietet Familien Hilfen im Alltag, damit pflegende Angehörige Beruf und



Betreuung besser organisieren können. Das Personal des Pflegedienstes kommt zu Ihnen nach Hause und hilft bei der täglichen Pflege. Das Leistungsangebot erstreckt sich i.d.R. über verschiedene Bereiche, u.a.:

- grundpflegerische Tätigkeiten (z.B. Körperpflege, Ernährung, Mobilisation)
- häusliche Krankenpflege als Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung
- (z.B. Medikamentengabe, Verbandswechsel, Injektionen)
- Beratung der Pflegebedürftigen und Angehöriger bei pflegerischen Fragen
- Unterstützung bei der Vermittlung von Hilfsdiensten (z.B. Essensbelieferung oder Organisation von Fahrdiensten, Krankentransporten, Hausnotruf)
- hauswirtschaftliche Versorgung (z.B. Einkaufen, Kochen)

3.1.1 Ambulante Pflegedienste in Linkenheim-Hochstetten

Diakoniezentrum Linkenheim-Hochstetten

Rathausstr. 6
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:
Frau Angelika Ratzel, Pflegedienstleitung
Tel.: 07247 / 941111
Fax: 07247 / 941115
Mail: ratzel@diakonie-liho.de

AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten

Europaring 50
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner
Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung
Tel.: 07247 / 89922
Mobil: 0162 / 2772600
Fax: 07247 / 2072804
Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

3.1.2 Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste

Eine Hilfskraft aus Osteuropa, zum Beispiel aus Polen, ist für viele Angehörige eine bezahlbare Alternative zum Altenheim. In diesem Falle kann die Anstellung einer 24-Std-Haushaltshilfe über private Vermittlungsagenturen hilfreich sein. Aber auch die Sozialverbände (z.B. CARITAS) helfen hier weiter.

Eine medizinische Versorgung und tatsächliche Pflegeleistungen sind hiervon jedoch nicht erfasst.

Die allgemeinen Grundlagen und insbesondere die sozialversicherungsrechtlichen Aspekte beleuchtet ausführlich ein Leitfaden der CARITAS, der zu finden ist unter:

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/ratgeber/alter/pflegeundbetreuung/haushaltshilfen-legal-beschaeftigen#unten>

Weitere Adressen ambulanter Pflegedienste in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5) und Pflegestützpunkt des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.6).

3.1.3 Internetadressen für ambulante Pflegedienste

Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeverzeichnisse von Kranken- bzw. Pflegekassen, beispielsweise:
www.aok-pflegedienstnavigator.de
www.pflegelotse.de

3.2 Ambulant betreutes Wohnen

Das ambulant betreute Wohnen ist eine Wohn- und Lebensform, die Seniorinnen und Senioren in ihrem Wunsch auch im Alter am liebsten Zuhause zu wohnen bestärkt und neue Perspektiven eröffnet.

Bewohner des betreuten Wohnens schließen in der Regel 2 Verträge ab:

- 1) einen Miet- oder Kaufvertrag für Wohnung
- 2) einen Betreuungsvertrag mit Serviceleistungen.

Das Angebot besteht i. d. R. aus einem Grund-



service, der meist pauschal abgerechnet wird und zusätzlichen Wahlleistungen, die von den Bewohnern abgerufen werden können und gesondert bezahlt werden müssen.

3.2.1 Ambulant betreutes Wohnen in Linkenheim-Hochstetten

AWO Ambulante Dienste gGmbH

Ambulant Betreute Wohngemeinschaft und Betreutes Wohnen

Europaring 52
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:
Frau Manuela Büchler
Tel.: 07247 / 96398-10
Fax: 07247 / 96398-19
E-Mail: wg.linkenheim@awo-ka-land.de



Frau Carola Hüttner Verwaltung

Tel.: 07251 / 7130-24

E-Mail: c.huettner@awo-ka-land.de

Betreute Wohnanlage Linkenheim-Hochstetten „Haus Langer Berg“

Europaring 50

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Frau Silvana Grabow, Hausleitung

Tel.: 07247 / 800539

Mobil: 0162 / 2772609

Fax: 07247 / 2072804

E-Mail: bw.linkenheim@awo-ka-land.de

3.2.2 Weitere Adressen für ambulant betreutes Wohnen

Weitere Adressen zu betreuten Wohnanlagen in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5).

3.3 Besuchs- und Begleitdienste

AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten

Europaring 50

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung

Tel.: 07247 / 89922

Mobil: 0162 / 2772600

Fax: 07247 / 2072804

E-Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

3.4 Hausnotruf

Ein Hausnotrufsystem ist ein elektronisches Meldesystem, das mit einer Notrufzentrale verbunden ist, die im Bedarfsfall Hilfe organisieren kann.

Es gibt Pflegebedürftigen, Älteren, allein lebenden Personen die Möglichkeit, sich in Notlagen bemerkbar zu machen. Hausnotrufgeräte eignen sich insbesondere für Menschen, die ihre Selbstständigkeit erhalten wollen, jedoch durch Behinderung, chronische Krankheit oder altersbedingte Beeinträchtigung gefährdet sind. Es kann in nahezu jedem Haushalt eingerichtet werden.

3.4.1 Hausnotruf über ambulante Pflegedienste

Das Hausnotrufgerät ist eine sehr sinnvolle Einrichtung für Menschen, die alleine leben und durch Krankheit oder Pflegebedürftigkeit auf plötzliche Hilfe angewiesen sein könnten.

Das Notrufgerät wird mit dem hauseigenen

Telefon verbunden, der eigentliche Notrufknopf trägt man am Körper - entweder in Form eines Halsbandes oder eines Armbandes. So kann man bei einem Notfall, wenn man an das Telefon nicht mehr herankommt, schnell Hilfe herbeiholen. Durch nur einen Tastendruck auf den schnurlosen Sender stellt man sofort eine Sprechverbindung mit der Notrufzentrale her: rund um die Uhr - von jedem Zimmer der Wohnung aus.

Der Mitarbeiter in der Hausnotrufzentrale hat durch den Notruf sofort alle nötigen Angaben auf seinem Monitor, um schnell und gezielt zu helfen: Er verständigt je nach Situation die in einer Liste hinterlegten Verwandten, Bekannten oder einen Rettungsdienst.

Hilfe wird auch dann alarmiert, wenn sich der Senior am anderen Ende der Leitung nicht meldet. So ist Hilfe auch im Falle eines Schlaganfalls oder bei Bewusstlosigkeit sichergestellt.

Hausnotrufdienste werden unter anderem über die ambulanten Pflegedienste vermittelt bzw. angeboten, insbesondere von folgenden vor Ort (siehe 3.1.1):

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

3.4.2 Hausnotruf über andere Anbieter

Außerdem wird der Hausnotruf über weitere Wohlfahrtsverbände wie bspw. über den DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V., die Malteser, Johanniter oder den ASB sowie über diverse private Dienstleister vermittelt bzw. angeboten. Konkrete Informationen über einzelne Angebote erhalten Sie beim jeweiligen Dienstleister.

3.5 Essen auf Rädern

Essen auf Rädern stellt eine gute Möglichkeit dar, sich warmes Essen direkt nach Hause liefern zu lassen oder in Wochenpaketen gelieferte vorbereitete Tiefkühlkost selbst aufzuwärmen. Das Angebot kann vorübergehend, an einzelnen Tagen oder auf Dauer in Anspruch genommen werden. Es gibt verschiedene Kostformen wie bspw. Diabetikerkost, Schon- und Vollkost.

3.5.1 Essen auf Rädern über ambulante Pflegedienste

Essen auf Rädern wird in der Regel auch von ambulanten Pflegediensten vermittelt bzw. angeboten, insbesondere von folgenden vor



Ort (siehe 3.1.1):

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

3.5.2 Essen auf Rädern über andere Anbieter

Außerdem wird Essen auf Rädern über weitere Wohlfahrtsverbände wie bspw. über den DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V., die Paritätischen Sozialdienste gGmbH Karlsruhe, die Malteser, Johanniter oder den ASB sowie über diverse private Dienstleister vermittelt bzw. angeboten.

Konkrete Informationen über einzelne Angebote erhalten Sie beim jeweiligen Dienstleister/ Anbieter.

3.6 Pflegekurse für pflegende Angehörige

In Pflegekursen werden pflegende Angehörige informiert über:

- Mobilisierungs- und Lagerungsmethoden
- Rückenschonende Transfer-Methoden
- Ernährung und Vorbeugung
- Hilfsmittel u. Rehabilitationsmaßnahmen
- Pflegeversicherung und Recht

Die ambulanten Pflegedienste (siehe 3.1.1) können Sie bei Fragen zu Pflegekursen für Angehörige näher beraten.

Folgende Pflegedienste vor Ort bieten selbst Kurse für pflegende Angehörige an: (Pfleges Schulung im häuslichen Bereich) (siehe 3.1.1)

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

Diese Kurse werden. z.T. auch von den Krankenkassen angeboten.

3.7 Mobile geriatrische Rehabilitation

Ältere Menschen, die an verschiedenen Krankheiten leiden, sind bspw. durch einen Schlaganfall, Knochenbruch oder eine Operation in ihrer bisherigen Selbstständigkeit und ihrem Verbleib in ihrer gewohnten Umgebung gefährdet. Die geriatrische Rehabilitation hat das Ziel, die Alltagskompetenzen zu erhalten oder zurückzugewinnen. Mobile geriatrische Rehabilitation ist auf das Training im Alltag in der gewohnten Umgebung spezialisiert. Sie werden dabei von einem multiprofessionellen Rehabilitationsteam betreut.



**MARK Mobile Ambulante Rehabilitation
Karlsruhe GmbH**
Kanalweg 40/42
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230-50
Mail: mark@mark-ka.de
www.mark-ka.de

3.8 Tagespflege

Unter der Tagespflege versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Einrichtung. Das Angebot steht in der Regel von Montag bis Freitag zur Verfügung und kann einmal oder auch mehrmals wöchentlich in Anspruch genommen werden.

Tagespflege bietet in der Regel den Fahrdienst von zuhause in die Tagespflege und zurück, Mahlzeiten, die pflegerische Versorgung und aktivierende Hilfe, Beratung sowie ein tagesstrukturiertes Angebot.

3.8.1 Tagespflege in Linkenheim-Hochstetten

Tagespflege Diakoniezentrum
Frau Beate Heinzmann
Rathausstr. 6
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 941116
Fax: 07247 / 941117
Mail: heinzmann@diakonie-liho.de

3.8.2 Weitere Adressen für Tagespflege

Weitere Adressen zur Tagespflege in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5).

3.8.3 Internetadressen für Tagespflege

Weitere Adressen erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeverzeichnisse von Kranken- bzw. Pflegekassen, beispielsweise:
www.aok-pflegeheimnavigator.de
www.pflegelotse.de



3.9 Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege (Pflegeheime)

In Pflegeheimen werden pflegebedürftige Menschen, die nicht mehr alleine in Ihrer Wohnung leben können, rund um die Uhr vollstationär versorgt.

Die stationäre Pflege wird Ihnen gewährt, wenn eine häusliche oder teilstationäre Pflege nicht möglich ist. Die Pflegekasse kann die Notwendigkeit der stationären Pflege vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen prüfen lassen. Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf stationäre Pflege, d.h. auf Kurzzeitpflege angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von Krisensituationen bei der häuslichen Pflege oder übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt.

Für sie gibt es die Kurzzeitpflege in entsprechenden stationären Einrichtungen/ Pflegeheimen. Kurzzeitpflege kann auch dazu dienen, interessierten Menschen ein „Probewohnen“ im Pflegeheim zu ermöglichen oder dass pflegende Angehörige entlastet werden, wenn diese und ihre Familien für einige Wochen in den Urlaub fahren möchten bzw. tagsüber eine Entlastung benötigen.

3.9.1 Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in Linkenheim-Hochstetten

Altenpflegeheim

Stiftung Geschwister W. Nees

Hebelstr. 15

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9354-0

Mail: info@stiftung-nees.de

3.9.2 Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege

Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.7).

3.9.3 Internetadressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege

Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeheimverzeichnisse von Kranken- und Pflegekassen, beispielsweise: www.aok-pflegeheimnavigator.de
www.pflegelotse.de

3.10 Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen

Der ambulante Hospizdienst trägt dazu bei, den Wunsch der meisten Menschen zu erfüllen, zuhause oder „wie zuhause“ sterben zu können. Es erfolgt eine individuelle Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen zu Hause. Die Inanspruchnahme des Angebots ist kostenlos.

Ökumenischer Hospizdienst Bruchsal

(Träger: Caritasverband und Diakonisches Werk Bruchsal)

Friedhofstr. 11

76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 800858

Ambulante Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung Regionalgruppe der IGSL e.V.

Frau Claudia Schäfer-Bolz

Hospiz-Telefon: 07251 / 3204010

Mail: schaefer-bolz@hospizgruppe.de

www.hospizgruppe.de

Private Trauerhilfe

Gabriele Wittek, Tel.: 07247 / 9851941

ehrenamtliche Initiative auf Basis der Nächstenliebe

3.11 Stationäres Hospiz

Für Bürger des Landkreises Karlsruhe bzw. der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten besteht in Ettlingen ein stationäres Hospiz mit individueller Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen sowie Begleitung und Unterstützung ihrer Angehörigen und Freunde, auch nach dem Tode und in der Zeit der Trauer. Weitere Sozialverbände bieten personelle Hilfeleistung und Begleitung auf dem letzten Weg.

Hospiz Arista

Pforzheimer Str. 31 b

76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 94542-0

Mail: info@hospiz-arista.de

www.hospizfoerderverein.de/arista

Ökumenischer Hospizdienst Bruchsal

Friedhofstraße 11

76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 800858

info@hospiz-bruchsal.de

Hospizdienst Diakonisches Werk Karlsruhe

Kaiserstraße 172

76133 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 831849-25 (Hospizdienst)

Fax: 0721 / 831849-26



BERATUNG UND INFORMATION

Mail: hospiz-dienst@dw-karlsruhe.de

Sprechzeiten:

Mo.-Fr. 9-12 Uhr und nach Vereinbarung

Ökumenischer Hospizdienst Pfinztal / Ökumenische Diakoniestation Pfinztal e. V.

Rittnertstr. 3
76327 Pfinztal

Tel: 07240 / 94491-0

Mail: info@diakonie-pfinztal.de

3.12 Sterbefall

Das Standesamt Linkenheim-Hochstetten ist für die Beurkundung aller Sterbefälle, die sich in seinem Bezirk ereignet haben, zuständig. Dazu muss der Sterbefall dem Standesamt angezeigt und alle zur Beurkundung erforderlichen Unterlagen vorgelegt werden. Erst danach ist die Ausstellung von Sterbeurkunden möglich.

Falls ein Bestattungsinstitut einbezogen wird, kann dieses auch mit der Abwicklung der Bestattung und aller hierfür notwendiger Formalitäten beauftragt werden.

**Rathaus Linkenheim-Hochstetten
Standesamt**

Karlsruher Str. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-34 oder -35
Frau Kemm oder Frau Schlüter

Bestattungsinstitute

Margot & Paul Ret

Friedrichstr. 52a
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 5343

Gunter Hager

Karlsruher Str. 29
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 9542293

3.13 Notariat

Erben- und Nachlassermittlung sowie rechtliche Auskünfte zu dieser Thematik und Ausstellung von Erbscheinen erfolgen ausschließlich über die Notariate/ Nachlassgerichte.

Bitte nehmen Sie bei Bedarf notarieller Dienstleistungen direkt Kontakt mit einem Notar Ihrer Wahl auf.

Notar Herr Bernhard Lunz

**Terminvereinbarung Frau Schmidt
Grundbuchamt Linkenheim-Hochstetten**

Tel.: 07247/ 802-27

Fax: 07247 802-7827

Mail: m.schmidt@linkenheim-hochstetten.de



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



4.1 Kirchengemeinden

Die Kirchengemeinden in Linkenheim-Hochstetten bieten neben der Seelsorge auch seniorenbezogene Angebote an, wie bspw. Seniorennachmittage oder ökumenische Treffpunkte.

4.1.1 Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten

Pfarrerin Frau Konstanze Gholamvisy
Hauptstraße 83a
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247/ 6434
Fax: 07247/ 949334
Mail: claudia.ritz@kbz.ekiba.de
www.kirchengemeinde-hochstetten.de

4.1.2 Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim

Pfarrer Herr Philip Kampe
Rathausstr. 2
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 93670
Mail: p.kampe@ekg-linkenheim.de
www.ekg-linkenheim.de



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

Pfarramt

Mail: info@ekg-linkenheim.de
Gemeindediakon Herr Werner Schlittenhardt
Tel.: 07247 / 936724
Mail: schlittenhardt@ekg-linkenheim.de

4.1.3 Evangelischer Gemeinschaftsverband Augsburger Bekenntnis

Prediger Herr Bodo Becker
Karlsruher Str. 27
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 954885
Mail: Bodo.becker@ab-verband.org
www.hardt.ab-verband.org

4.1.4 Freie Evangelische Gemeinde Hochstetten

Pastor Herr Matthias Weber
Albert-Schweitzer-Straße 1
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9535935
www.feg-hochstetten.de
im Bund Freier evangelischer Gemeinden (KdöR)

4.1.5 Katholisches Pfarramt Graben-Neudorf-Linkenheim

Pfarrbüro Linkenheim-Hochstetten
Pfarrer Herr Bernhard Feger
Hochstetter Straße 49
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 4622
Fax: 07247 / 85929
Mail: pfarramt.linkenheim@graneuli.de

Öffnungszeiten:

Dienstag: 15:00 - 17:00 Uhr
Mittwoch: 10:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag: 15:00 - 17:00 Uhr

4.1.6 Liebenzeller Gemeinde Linkenheim

Pastor Herr Uwe Feil
Friedrichstr. 57
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808172
E-Mail Uwe.feil@lgv.org
www.lgv-linkenheim.de

4.1.7 Neuapostolische Kirche

Herr Uwe Freier
Hindenburgstr. 43
76297 Stutensee

Tel.: 07249 / 3714
www.nak-bruchsal.de



4.2 Angebote zur aktiven Freizeitgestaltung

Auf der Internetseite der Gemeinde erhalten Sie einen Überblick über die örtlichen Vereine, die teilweise spezielle Angebote für Senioren vorhalten.

www.linksheim-hochstetten.de/index.php/vereine.html



Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten

Frauenkreis

Bibeltextauslegung, Singen, Gebet, Gemeinschaft, Ausflüge

Kontakt: Ellen Röder, Tel.: 07247 / 6543

Ort: evang. Gemeindehaus Hochstetten, Hauptstr. 83a

Wann: Dienstag 15:00 Uhr

Männertreff

christliche u. weltanschauliche Themen, Gesundheitsfragen, Geselligkeit, Heimkunde, Referate

Kontakt: Harald Burgstahler, Tel.: 07247 / 5308

Ort: evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

Wann: erster Mittwoch im Monat 19:30 Uhr

Gemeindenachmittag

Geistliches Wort, Kaffee und Kuchen, Begegnung, Geselligkeit, Themenschwerpunkte, Referenten

Kontakt: Günther Röder, Tel.: 07247 / 6543

Ort: evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

Wann: 1x monatlich Samstag 14:30 Uhr



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



Gemeindefrühstück

Frühstück, Singen, Beten, Begegnung

Kontakt: Heidi Neuß, Tel.: 07247 / 7947

Ort: evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

Wann: 1. Mittwoch im Monat 9:30 Uhr

Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim

Seniorenachmittag

Kaffeetrinken, Geselligkeit, Andacht, Thema, Referat, Gäste, Musik, Theater

Kontakt: Werner Schlittenhardt,
Tel.: 07247 / 936724

Ort: Evangelisches Gemeindehaus Linkenheim

Wann: 14-tägig Donnerstag 14:00 -16:00 Uhr

Kosten: Spende

Englisch für fitte Senioren

Kontakt: Werner Schlittenhardt,
Tel.: 07247 / 93 67 24

Besuchsdienst

Kontakt: Schlittenhardt, Werner
Tel.: 93 67 24

Kath. Kirchengemeinde Gottesdienst im Altenheim

Gottesdienst

Kontakt: Bernhard Feger, Tel.: 07247 / 4622

Ort: Altenheim Geschwister Nees Hochstetten

Wann: 1x monatlich

Neuapostolische Kirche

Seniorentreff

Geselligkeit und Geistesnahrung

Kontakt: Uwe Freier, Tel.: 07249 / 3714

Ort: TVH Gaststätte, Hauptstraße

Wann: 14-tägig Dienstag 15:00 Uhr

Seniorenchorprobe

Gemeinsames Chorsingen

Kontakt: Uwe Freier, Tel.: 07249/ 3714

Ort: Gemeindehaus, Jahnstr. 2

Wann: jeden 3. Montag im Monat um 16:00 h

Ausflüge und Wanderungen

Aktivität und Kultur im Freien

Kontakt: Uwe Freier, Tel.: 07249/ 3714

Ort: Gemeindehaus, Jahnstr. 2

Wann: mehrfach jährlich

Freie evangelische Gemeinde Hochstetten

Seniorenbibelgesprächskreis

Bibelauslegung

Kontakt: Timo Haack, Tel.: 07247 / 207622

Ort: Gemeindehaus, Albert-Schweitzer-Straße 1

Wann: mittwochs (alle 14 Tage) um 15:00 Uhr

Senioren-gottesdienst

Gottesdienst mit anschließendem Kaffeetrinken

Kontakt: Timo Haack, Tel.: 07247 / 207622

Ort: Gemeindesaal, Albert-Schweitzer-Str. 1

Wann: 2x jährlich Mittwoch 15:00 Uhr

Liebenzeller Gemeinde Linkenheim

Seniorenbibelkreis

Bibelauslegung, Austausch, Singen

Kontakt: Uwe Feil, Tel.: 07247 / 9808172

Ort: Liebenzeller Gemeinde, Friedrichstr. 57

Wann: Mittwoch 15:00 - 16:00 Uhr

Gottesdienst

Predigt, Gebet, Singen, Gemeinschaft, Stehkafee

Kontakt: Uwe Feil, Tel.: 07247 / 9808172

Ort: Liebenzeller Gemeinde, Friedrichstr. 57

Wann: Sonntag 10:00 - 11:15 Uhr



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



Betreutes Wohnen

Sitzgymnastik

Seniorengymnastik zur Kräftigung der Muskulatur

Kontakt: Silvana Grabow, Tel.: 07247 / 800539

Zielgruppe: Bewohner der Einrichtung

Teilnahmevoraussetzung: nur für Menschen im betreuten Wohnen

Ort: Wohnheim Europaring 50

Wann: Mittwoch 10:00 - 11:00 Uhr

Kosten: keine

Bingo, Singen, Ausflüge, Kaffeemittag

Kontakt: Silvana Grabow, Tel.: 07247 / 800539

Zielgruppe: Bewohner der Einrichtung

Teilnahmevoraussetzung: nur für Menschen im betreuten Wohnen

Ort: Wohnheim Europaring 50

Kosten: keine



AWO Ortsverein

Linkenheim-Hochstetten e.V.

Seniorenausflüge

Eintägige und mehrtägige Seniorenausflüge

Heussstr. 1

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Herr Holger Hartmann, Tel.: 07247 / 89118

Infos folgender Aktivitäten

Kontakt: Büro Tel.: 07247 / 3023

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Familienzentrum, Heussstr. 1

Seniorengymnastik

Wann: Montag 14:00 - 15:00 Uhr

Schnupperrunden sowie Hol- u. Bringdienst möglich

Seniorenachmittag

Geselliges Zusammensein bei Kaffee und

Kuchen mit Rahmenprogramm

Wann: Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr

Stricktreff

Wann: 14-tägig dienstags 19:00 - 21:00 Uhr

Englisch für Senioren

Wann: Mittwoch 9:00 - 11:30 Uhr

Spielenachmittag 60+

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

Kaffeetreff für jeden

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

Handarbeitstreff

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

Kochkurs 60+

Termine bitte im Büro erfragen

Gedächtnistraining

Kontakt: Büro Tel.: 07247 / 3023

Zielgruppe: geistig Beeinträchtigte

Teilnahmevoraussetzung: nur für Mitglieder

Ort: Familienzentrum, Heussstr. 1

Wann: 1x monatlich

Schnuppern möglich

www.awo-linkenheim-hochstetten.de

Mail: info@awo-linkenheim-hochstetten.de



Diakonieverein LiHo

Tagespflege

Tagesbetreuung mit Mahlzeiten, Aktivitäten, sozialen Kontakten, Gedächtnistraining

Kontakt: Beate Heinzmann,

Tel.: 07247 / 941116

Zielgruppe: Kranke, Behinderte, geistig Beeinträchtigte

Teilnahmevoraussetzung: Einstufung in der Pflegeversicherung oder Selbstzahler, Schnuppertag muss bestanden werden

Ort: Rathausstr. 6, Linkenheim

Wann: Montag bis Freitag 8:00 - 16:30 Uhr

Kosten: individuell verschieden

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



FVL Linkenheim 1919 e.V.

Senioren-gymnastik

Kontakt: Gabriele Hauf, Tel.: 07247 / 5533

Zielgruppe: Vereinsmitglieder

Teilnahmevoraussetzungen: keine

Ort: Clubhaus FVL, Friedrichstaler Str. 8

Wann: Mittwoch 18:00 - 19:00 Uhr

Kosten: 72 € jährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Ort: Gymnastikraum Sportplatz Hochstetten

Wann: Montag 19:00 Uhr

Kosten: 33 € pro Jahr

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



TVL Turnverein Linkenheim 1901 e.V.

Herz-sport Übungsgruppe

Sport bei Herzerkrankung unter Aufsicht eines Arztes

Kontakt: Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

Zielgruppe: Herzkrankte

Teilnahmevoraussetzung: ärztliche Verordnung

Ort: Halle 4

Wann: Mittwoch 18:00 - 19:00 Uhr

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



Trimmer Gymnastikgruppe für Herren

Kontakt: Hans Richard, Tel.: 07247 / 89970

Zielgruppe: Vereinsmitglieder

Teilnahmevoraussetzungen: keine

Ort: Sporthalle Grundschule Hochstetten

Wann: Donnerstag 20:00 Uhr

Kosten: 72 € jährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Herz-sport Trainingsgruppe

Sport bei Herzerkrankung unter Aufsicht eines Arztes

Kontakt: Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

Zielgruppe: Herzkrankte

Teilnahmevoraussetzung: ärztliche Verordnung

Ort: Halle 4

Wann: Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Damengymnastik

Kontakt: Hans Richard, Tel.: 07247 / 89970

Zielgruppe: Vereinsmitglieder

Teilnahmevoraussetzungen: keine

Krebsnachsorge

Rehasport im Rahmen der Krebsnachsorge, Schwerpunkt Brustkrebs

Kontakt: Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913
Zielgruppe: Erkrankte, Vereinsmitglieder
Teilnahmevoraussetzung: ärztliche Verordnung für Nichtvereinsmitglieder
Ort: Bürgerhaus
Wann: Donnerstag 18:00 - 19:00 Uhr
Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Sport bis ins hohe Alter

Ausdauer, Beweglichkeit, Gleichgewicht

Kontakt: Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913
Zielgruppe: Vereinsmitglieder
Teilnahmevoraussetzung: keine
Ort: Bürgerhaus
Wann: Freitag 9:00 - 10:00 Uhr
Kosten: Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €
Schnuppern möglich

Beweglichkeit, Koordination, Fitness

Kontakt: Jutta Becker
Zielgruppe: Alle
Teilnahmevoraussetzung: keine
Ort: Halle 4 montags, Bürgerhaus donnerstags
Wann: Mo. 19 - 20:30 Uhr, Do. 10 - 11 Uhr
Kosten: Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €
Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Tischtennis Freizeitgruppe

Freizeitgruppe im regulären Training

Kontakt: Bernd Groh
Zielgruppe: Vereinsmitglieder
Teilnahmevoraussetzung: keine
Ort: Halle 3
Wann: Freitag 20 - 22 Uhr, Sommer ab 19 Uhr
Kosten: Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €
Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Boule

Kontakt: Walter Hohnhäuser
Zielgruppe: Vereinsmitglieder
Teilnahmevoraussetzung: keine
Ort: Bouleplatz des TVL, Rheinstr. 94
Wann: Mi. und Fr. 18:00 - 20:00 Uhr
Kosten: Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €
Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



**TVH Turnverein
Hochstetten 1904 e.V.**

Fit durch richtige Bewegung

Kräftigung der Rückenmuskulatur, Stabilisierung der Körperhaltung, Lösung von Verspannungen, Atemübungen

Kontakt: Gabriele Windisch



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

Zielgruppe: Alle, Mitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Mo. Gymnastikraum TVH, Di. TVH Halle

Wann: Mo. 16:30-17:30 h oder Di. 20-21 Uhr

Kosten: 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

Anmeldung erforderlich

Fit bis ins hohe Alter

Erhaltung der Körperkraft, Flexibilität der Muskeln und Gelenke, der geistigen Fitness, schult das Gleichgewicht.

Kontakt: Gabriele Windisch

Zielgruppe: Alle, Mitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Gymnastikraum

Wann: Di. 9:00 - 10:00 Uhr

Kosten: 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

Anmeldung erforderlich

Funktionsgymnastik

Erhaltung und Verbesserung der Funktionalität unseres Bewegungsapparates.

Kontakt: Gabriele Windisch

Zielgruppe: Alle, Mitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Gymnastikraum

Wann: Mi. 19:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

Anmeldung erforderlich

Qi Gong

Qi Gong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

Kontakt: Gabriele Windisch

Zielgruppe: Alle, Mitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Gymnastikraum

Wann: Di. 19.00 - 20.00 h

Kosten: 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

Anmeldung erforderlich

Yoga

Erlernen grundlegender Körper-, Atem- und Entspannungsübungen des Hatha Yoga.

Kontakt: Gabriele Windisch

Zielgruppe: Alle, Mitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Gymnastikraum



Wann: Mo. 9.00 - 10.00 h oder Do. 9.00 - 10.00 h
Kosten: 40€ aktive Mitglieder, 85€ Nichtmitglieder
Anmeldung erforderlich

zusätzliche Angebote TVH-Regelgruppen

Fit und Gesund: Di. 18.45 - 19.45 h
Fit für Sie und Ihn: Fr. 18.30 - 20.00 h
Frauengymnastik II: Mi. 9.00 - 10.00 h
Frauengymnastik III: Mi. 19.00 - 20.00 h
Gymnastik für Sie u. Ihn: Di. 9.30 - 10.00 h
Männerturnen: Do. 20.00 - 21.00 h

weitere Informationen über das TVH Büro
 Tel.: 07247 / 946450 oder unter
www.tv-hochstetten.de

Wann: jeden 2. Sonntag 9:00 Uhr
Kosten: 20€ Mitgliedsbeitrag plus Fahrtkosten
Schnuppern möglich

Nordic Walking

Nordic Walking ca. 5 km um LiHo

Kontakt: Helena Göbel, Tel.: 07247 / 6223
Zielgruppe: Alle
Teilnahmevoraussetzung: Gut zu Fuss sein
Ort: Natur, Treffpunkt Bürgerhaus
Wann: Donnerstag 9:00 Uhr
Kosten: 20 € Mitgliedsbeitrag
Schnuppern möglich

zusätzliche Angebote: Kurzreisen, Besichtigungen, Stammtisch



Schwarzwaldverein

Wandern

Wanderungen von 10 - 15 km in Schwarzwald, Kraichgau, Pfalz

Kontakt: Helena Göbel, Tel.: 07247 / 6223
Zielgruppe: Alle
Teilnahmevoraussetzung: Gut zu Fuss sein
Ort: Natur, Treffpunkt Haltestelle Rathaus



RSV Badenia

Radsporttraining

Touren mit dem Rennrad, Streckenlänge 50-80km

Kontakt: Volker von der Linde
 Tel.: 0151 / 11601056
Zielgruppe: Alle
Teilnahmevoraussetzung: ohne körperliche Behinderung, verkehrstüchtiges Rennrad und



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

Sicherheitsausstattung

Ort: Radrennbahn RV Badenia

Wann: Dienstag und Donnerstag ab 18:00 Uhr
2x Schnuppern möglich

Laptops, Tablets oder Smartphones sein

Ort: Computerraum der Realschule

Wann: nach Bedarf, 1-2 mal jährlich

Kosten: ab 70 €

Anmeldung erforderlich



Linkenheim-Hochstetten

Gesundheitskurs der VHS

Förderung der körperlichen Aktivität und Stressabbau durch Yoga, Pilates, Tai Chi, Tanzen, RückenFit

Kontakt: Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: vereinzelt ärztliches Attest

Ort: Gymnastikraum im Bürgerhaus

Wann: Montag bis Freitag 18:00 - 19:30 Uhr

Kosten: nach Tarif der VHS

Anmeldung erforderlich

Sprachkurse

Je nach Nachfrage Spanisch, Englisch, Französisch, Russisch, Italienisch. Anfänger und Auffrischer

Kontakt: Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Realschule

Wann: Mo. bis Fr. ab 18:00 Uhr je 90 Minuten

Kosten: 44-66 € pro Semester

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Computerkurs für Senioren

Einführung, Weiterbildung, Internet

Kontakt: Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: Im Besitz eines PC,

Veganes Kochen

Einführung in vegane Ernährung

Kontakt: Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Schulzentrum

Wann: 2x jährlich

Kosten: 17,60 € pro Abend

Anmeldung erforderlich



Kunstgemeinschaft Linkenheim-Hochstetten (KuGel)

Kurse für kreative Beschäftigung

**kreatives Arbeiten im künstlerischen Bereich:
Malerei, Speckstein, Mosaik etc.**

Kontakt: Maria Lange, Tel.: 07247 / 946087

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: KuGeL, Karlsruher Str. 24

Wann: unterschiedliche Kurszeiten

Kosten: unterschiedlich

Anmeldung erforderlich, 1x Schnuppern möglich



Harmonikafreunde Linkenheim-Hochstetten

Instrumentalunterricht für Senioren

**Erlernen oder Ausbauen von Musikinstrumen-
ten in Einzelunterricht oder Kleingruppen**

Kontakt: Conny Heger, Tel.: 07247 / 3827

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

Wann: nach Vereinbarung

Kosten: 48 - 36 € monatlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Akkordeon-Orchester für Senioren

**gemeinsames Musizieren (auch mit anderen
Instrumenten)**

Kontakt: Manfred Heger, Tel.: 07247 / 3827

Zielgruppe: Vereinsmitglieder

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

Wann: Montag 20:00 Uhr

Kosten: 24 € jährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich

Musizierkreis der leisen Klänge

**gemeinsames Musizieren (auch mit anderen
Instrumenten)**

Kontakt: Conny Heger, Tel.: 07247 / 3827

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

Wann: Dienstag 20:00 Uhr

Kosten: 100 € vierteljährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



Sängerbund Linkenheim

Chorgesang

Frauenchor, Männerchor, gemischter Chor, moderner Chor

Kontakt: Oliver Albrecht

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Sängerheim Waldblick, Am Kirschendeich 5

Wann: Donnerstag 18:30 Uhr

Kosten: 50 € jährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



Natur- und Vogelfreunde Linkenheim-Hochstetten e.V.

Arbeitseinsatz

Fegen, Rasen mähen, Gartenarbeit, Bewegung an der frischen Luft

Kontakt: Sabine und Jörg Schöffner

Tel.: 0176 / 89027193

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: rüstig sein, körperliche Belastbarkeit, Outdoor Equipment, keine Angst schmutzig zu werden

Ort: Vogelpark, Am Altrhein 1

Wann: Samstag 9:00 - 13:00 Uhr

Kosten: 25 € jährlich

Schnuppern möglich



EINIGKEIT Hochstetten

Chorgesang

gemischter Chor mit traditionellem und modernem Liedgut

Kontakt: Klaus Reinhardt, Tel.: 07247 3084

Zielgruppe: Vereinsmitglieder

Teilnahmevoraussetzungen: keine

Ort: Sängerheim Erlich, Am Hochgestade 11a

Wann: Freitag 19:30 Uhr

Kosten: Vereinsbeitrag 25 € jährlich

Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich



4.3 Parteien

Die Senioren-Union ist eine Gruppierung des CDU-Gemeindeverbands. Sie bietet regelmäßige Treffen, Veranstaltungen und Vorträge für Senioren ab 60 an. Die Senioren-Union möchte den Lebensraum der älteren Generation aktiv mitgestalten.

Jährlich wiederkehrende Veranstaltungen sind im Januar der Sektempfang mit dem Bürgermeister. In der Spargelzeit besuchen wir einen Spargelhof. Im Juli richten wir ein Grillfest aus, im Sommer/Herbst findet ein seniorengerechter Ausflug statt, im Oktober feiern wir Erntedank und im Dezember Weihnachten mit einem gemeinsamen Essen.

Vorträge mit interessanten Themen, geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen darf auch nicht fehlen.

Wenn wir nicht außer Haus sind, finden die Veranstaltungen am ersten Donnerstag um 14.30 Uhr im Untergeschoss des Bürgerhauses statt.

Ansprechpartner:

Herr Günther Röder
Schulstr. 4

Tel.: 07247 / 6543

Mail: g.roeder@web.de

4.4 Bildung

4.4.1 Volkshochschule

**Volkshochschule Landkreis Karlsruhe e.V.
Außenstelle Linkenheim-Hochstetten**

Frau Tina Meyer

Am Gaisspitzen 14a

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 1239

www.vhs-karlsruhe-land.de

4.4.2 Bibliotheken

Gemeindebibliothek

Karlsruher Str. 41

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-28

Mail: bibliothek@linkenheim-hochstetten.de

www.buecherei.linkenheim-hochstetten.de

Öffnungszeiten

Montag: 15.00 Uhr - 17.00 Uhr

Dienstag: 18.30 Uhr - 20.30 Uhr

Mittwoch: 9.30 Uhr - 11.30 Uhr

Donnerstag: 17.00 Uhr - 19.00 Uhr

Katholische öffentliche Bücherei

Hochstetter Str. 49

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 800499



4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT & BEGEGNUNG

www.graben-neudorf-linkenheim.de/html/buecherei_kb.html

Öffnungszeiten

Sonntag: 10.00 - 10.30 Uhr

Dienstag: 15.00 - 16.00 Uhr

Mittwoch: 17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Donnerstag: 18.00 - 19.00 Uhr

4.5 Seniorenreisen und mehrtägige Tagesprogramme

Für Bürger des Landkreises Karlsruhe bzw. der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten bieten Wohlfahrtsverbände Urlaubsreisen bzw. mehrtägige Tagesprogramme speziell für Senioren an. Konkrete Informationen über Angebote erhalten Sie von den Stellen vor Ort.

AWO Ortsverein und Familienzentrum Linkenheim-Hochstetten e.V.
Eintägige und mehrtägige Seniorenausflüge
Heuss-Str. 1
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:
Herr Holger Hartmann, Telefon: 07247 / 89118

DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.
Geschäftsstelle Karlsruhe
Ettlinger Str. 13
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 95595172

Mail: soziales@drk-karlsruhe.de

Diakonisches Werk Ettlingen

Pforzheimer Str. 31

76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 5495-0

Mail: ettlingen@diakonie-laka.de

Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten

Karlsruher Str. 41

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner Herr Peter Pramann

Tel.: 07247 / 802-21

Mail: p.pramann@linkenheim-hochstetten.de

Die Gemeinde bietet in den Sommermonaten je nach Thema und Verfügbarkeit einen Konzert- oder Theaterbesuch als Tagesausflug als Gruppenbusreise an. Die Ausflüge in den vergangenen Jahren wurden als Tagesbusreise organisiert. Ausflugsziele waren z.B. die Schlossfestspiele in Heidelberg oder die Volksschauspiele in Ötigheim. Die aktuellen Jahresausflüge können in der Regel ab April in der Gemeindeverwaltung erfragt werden und werden über das Amtsblatt der Gemeinde und die Homepage der Gemeinde beworben.

5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS UND ADRESSEN



5.1 Verbraucherzentrale

Verbraucherzentrale Baden- Württemberg
Kaiserstraße 167, 5. Etage
76133 Karlsruhe

www.vz-bawue.de
Termintelefon: 01805 / 505999
Mo.-Do.: 10:00-18:00 Uhr Fr.: 10:00-14:00 Uhr
Sprechzeiten:
Montag: 16:00-18:00 Uhr
Mittwoch: 10:00-12:00Uhr

5.2 Karlsruher Verkehrs Verbund – „Karte ab 65“

Die „Karte ab 65“ ist eine Jahreskarte für das komplette -Netz des Karlsruher-Verkehrs-Verbundes (KVV). Mit ihrem besonders günstigen Preis ist sie Kunden ab 65 Jahren und Rentenbeziehern ab 60 Jahren vorbehalten.

VBK-Abo-Stelle
Postfach 1140
76001 Karlsruhe

www.kvv.de/fahrkarten/fahr-karten-preise/karte-ab-60.html

Servicetelefon: 0721 / 6107-5885

5.3 Tafelladen

Für Bürger mit geringem Einkommen gibt es die Möglichkeit über Tafelläden Nahrungsmittel zu günstigen Preisen zu kaufen. (Die Trägerschaft der Tafelläden liegt bei den Wohlfahrtsverbänden DRK, Diakonie und Caritas.)

Tafelladen Linkenheim-Hochstetten
Schillerstr. 14 (ab Mai 2017 neue Adresse)
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9543620

Öffnungszeiten:

Montag, Donnerstag: 15:00-16:30 Uhr

Rückfragen rund um den Tafelladen
Herr Hans-Joachim Wagner
Mobil: 0176 / 32930231
Mail: huv.wagner@t-online.de



5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS & ADRESSEN



5.4 Kulturveranstaltungen der Gemeinde

Konzert, Theater, Kabarett, Lesung, Comedy, Fasching, Mundart, Ausstellung, Heimatgeschichte.

Ein breitgefächertes Repertoire an Unterhaltung für jedermann, findet man in der Veranstaltungsreihe der Gemeinde im Bürgerhaus und auch im Heimathaus Zehntscheuer.

Informationen und aktuelle Termine zu den Veranstaltungen finden Sie unter:

www.linkenheim-hochstetten.de
www.heimathaus-zehntscheuer.de

Hier ein Auszug unserer Veranstaltungen im Rahmen des Kulturkalenders 2016/2017

Arnim Töpel | Nur für kurze Zeit
Michl Müller | Ausfahrt freihalten
Sängerbund | Konzert - Showtime
Jörg Kräuter | Psycho Badisch
Harmonikafreunde | Akkordeonissimo
Huub Dutch Duo | Max + Moritz got the Blues
Kunst- u. Hobbyausstellung
Philipp Weber Durst | Warten auf Merlot
Kungelhexen | Hexenball
Rott Sieben | Joan Baez Abend
„Sängerbund“, MV-Harmonie, Harmonikafreunde | Jugend singt und musiziert
Bruno Jonas | Nur mal angenommen
Harald Hurst und Badisch Talking
Volkmar Staub | Mund voll Staub
Musikverein HARMONIE | Frühlingskonzert
Franziska Wanninger | AHOIbe - Guad is...
Tino Berlin | Als Badener ohne Geld durch...
Roland Maier | Der Frauen-(Nicht)-versther





6. ÄRZTE UND GESUNDHEITSDIENSTE



6.1 Ärzte vor Ort

Dr. med. Dorotea del Valle
Fachärztin für Allgemeinmedizin - Natur-
heilverfahren
Europaring 54
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 5191

Zweigpraxis Dr. med. Rudolf Schützendübel
(Nachfolge Dr. med. Reinhold Friedrich)
Facharzt für innere Medizin
Durlacher Weg 1
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 4040



Dr. med. Stephan Lauber
Facharzt für Allgemeinmedizin -
Naturheilverfahren
Friedrichstr. 53a
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 4422
Betreuung auch ambulant mit Hausbesuch

Dr. Carmelo Saitta
Facharzt für innere Medizin
Rathausstr. 6
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 4466

Dr. med. Rudolf Schützendübel
Facharzt für Innere Medizin - Hausärztl.
Versorgung
Karlsruher Str. 17
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 3217

6.2 Frauenheilkunde

Dr. med. Gabriela Glenn-Theobald
Fachärztin für Frauenheilkunde und Ge-
burtshilfe
Bahnhofstr. 5
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 1020

6.3 Krankengymnastik / Therapie

Praxis für Ergotherapie
Kaiserstr. 3A
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 800439
Fax: 07247 / 888734
Mail: info@ergotherapie-simion.de
www.ergotherapie-simion.de

Praxis Peter Metz
Physiotherapie Krankengymnastik Zentherapie® Systemische Beratung
Hauptstraße 90
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 9869850
Mail: info@praxis-peter-metz.de
www.praxis-peter-metz.de

Rolf Schönecker
Krankengymnastik und Massagen
Mittelpfad 23-25
76351 Linkenheim-Hochstetten
Tel.: 07247 / 1500

Praxis für Krankengymnastik
Physiolinkenheim
Friedenstr. 40
76351 Linkenheim-Hochstetten



Tel.: 07247 / 1264
Fax: 07247 / 85723
Mail: physiolinkenheim@t-online.de
www.physiolinkenheim.de

Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie

Albert-Einstein-Str. 11
76351 Linkenheim-Hochstetten
Telefon: 07247 / 208833
Mail: gesundheit-ist-mehr@web.de

Praxis Trende

Gesundheitszentrum Linkenheim

Albert-Einsteinstr. 11
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 3982377
www.gesundheitszentrum-linkenheim.de/primus

Rückenschule

Präventionskurs Rückengymnastik, spezielle Bewegungsprogramme

Kontakt: Trende, Heiko und Ekaterina

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Praxis Trende

Salzgrotte

Hilfe bei Atemwegserkrankungen, Allergien und Erkältungen, Inhalation

Kontakt: Trende, Heiko und Ekaterina

Zielgruppe: Alle

Teilnahmevoraussetzung: keine

Ort: Praxis Trende

Wann: nach Terminvereinbarung

6.4 Zahnärzte

Med. dent. Nicolas Schneider

Mittelpfad 25
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 1212
www.der-zahn-arzt.de

**Dr. Christopher Tuxford**

Kolbenäckerweg 6
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 946262

Mail: zahnarzt@tuxford.de

6.5 Apotheken

Hardt-Apotheke

Mittelpfad 23
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 944936

Linco-Apotheke

Karlsruher Str. 76
76351 Linkenheim-Hochstetten

Telefon: 07247 / 9499599

6.6 Heilpraktiker

Naturheilpraxis Doris Hofheinz

Mittelpfad 25a
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9809160

Fax: 03212 / 9809159

Mail: info@doris-hofheinz-heilpraktikerin.de

Simone Doll

Mittelpfad 25 a
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 0162 / 1657675

Lisa Feil

Kaiserstr. 48
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808940

Dragana Josic-Kimmig

Waldstr. 41
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 3981307

Dietmar Klein

Nelkenstr. 5
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 5568

Angelika Lang

Rheinstr. 106A
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ulrike Stengele

Friedrichstr. 42
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808711

Impressum

Herausgeber:

Gemeinde Linkenheim-Hochstetten, www.linkenheim-hochstetten.de

Konzeption | Layout | Grafik:

Sandra Köhler Grafik Design, www.sandra.de

Druck: Heinzmann Druck GmbH, www.heinzmann-druck.de

Auflage: 1000

Ausgabe: März 2017



Einfach älter werden!

WWW.LINKENHEIM-HOCHSTETTEN.DE