

Wege in die zweite Lebenshälfte

stadt
soest



Wegweiser für Seniorinnen und Senioren in Soest



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

der Zugang zu aktuellen Informationen hat in unserer heutigen Zeit eine ständig wachsende Bedeutung. Unser Alltag ist einem ununterbrochenen Wandel unterworfen. Vor diesem Hintergrund ist es notwendig, auch Informationen immer auf dem neuesten Stand der Kenntnis zu halten. Was für jedes andere Nachschlagewerk gilt, ist auch für einen Wegweiser grundlegend, der älteren Menschen als Hilfestellung bei vielen Fragen ihres Alltags nützlich sein soll.

Mit diesem Ratgeber halten Sie heute die zweite Ausgabe der Broschüre „Wege in die zweite Lebenshälfte“ in der Hand. Wir haben uns bemüht, alle aktuellen Änderungen, die in den vergangenen Jahren, seit der ersten Auflage im Jahre 2006, zum Zuge kamen, aufzunehmen. Vielen Dank für alle Hinweise, die uns in dieser Hinsicht aus dem Kreise der Leserinnen und Leser in der Vergangenheit erreicht haben. Wir möchten Sie bitten, auch in Zukunft alle Neuerungen, die Ihnen bekannt werden, uns mitzuteilen. Sie helfen uns, das Werk auch in der Zukunft aktuell zu halten.

Kurzfristig können Ratsuchende wichtige Änderungen auf den Internetseiten der Stadt Soest nachlesen. Vielleicht besuchen Sie uns unter www.soest.de einmal.

Ich denke aber, dass auch dieser Ratgeber für unsere Seniorinnen und Senioren in der Zukunft unverzichtbar bleibt. Er ist schnell und unkompliziert zur Hand. Er ist umfassend und gründlich. Und nicht zuletzt gibt er zahlreiche Adressen und Quellen an, die für eine Recherche bei vielen Fragen des Alltags älterer Mitmenschen weiterführen.

In diesem Sinne wünsche ich der Broschüre „Wege in die zweite Lebenshälfte“ eine intensive Beschäftigung durch die interessierte Leserschaft.

Einmal mehr bedanke ich mich sehr herzlich bei den Autorinnen und Autoren für ihre engagierte Arbeit. Und allen Institutionen und Gewerbetreibenden, die durch ihre Anzeigen die Herausgabe dieser Ausgabe erst möglich gemacht haben, gilt ebenfalls mein uneingeschränkter Dank.



Mit freundlichen Grüßen

Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read "E. Ruthemeyer". The signature is fluid and cursive, enclosed within a large, loopy oval shape.

Dr. Eckhard Ruthemeyer
Bürgermeister der Stadt Soest

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	Seniorenberatung der Wohlfahrtsverbände	26
Branchenverzeichnis	4	Soziale Einrichtungen und gemeinnützige Organisationen.....	26
Aktiv im Alter	6	Beratungsstellen	27
Treffpunkte/Begegnungsstätten	6	Rentenberatung	28
Das Seniorenbüro	6	Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe.....	28
Angebote der Begegnungsstätte „Bergenthalpark“	6	Beratung zur Grundsicherung (Sozialhilfe)	29
Senioren- und Altenclubs	7	Hilfe bei Pflegebedürftigkeit	30
Kirchen und kirchliche Einrichtungen	8	Geriatrisches Zentrum im Klinikum Stadt Soest.....	34
Diakonie.....	9	Leistungen des Marienkrankenhauses	36
Evangelische Bildungsangebote	10	Wohnen im Alter	38
Öffentlichkeitsarbeit im Kirchenkreis Soest	10	Wohnraumberatung	38
Bildung	10	Wohnungsanpassung	40
Volkshochschule	10	Betreutes Wohnen	40
Stadtbücherei; Nachberufliches Studium; KOLPING Bildungsstätte Soest	12	Altenpflegeheime	42
Kultur	13	Vorsorge, Testament und Todesfall	46
Feiern in Soest – (k)ein Problem!	13	Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.....	46
Das Soester Kulturbüro	14	Testament	46
Reisen	19	Hospizgruppen	47
Die Deutsche Bahn; Reisen im Alter	19	Todesfall.....	47
Sport und Bewegung	19	Notizen	48
Aqua Fun – Bade- und Wellness-Oase unter einem Dach.....	23		
Gesundheit im Alter	24		
Beratung und Hilfe	26		
Seniorenberatung der Stadt Soest.....	26		

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Stadt Soest. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. 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.

Druck: Wicher Druck, Otto-Dix-Str. 1, 07548 Gera

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ MOBILE WEB

Quellennachweis:

Stadt Soest
WavebreakMediaMicro - Fotolia: U2;
PhotoSG - Fotolia: S. 4; iceteastock -
Fotolia S. 7; MEV-Verlag S. 34;
Jean Kobben - Fotolia: U3
U = Umschlag

mediaprint infoverlag gmbh
Lechstraße 2, D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 8233 384-0
Fax +49 (0) 8233 384-103
info@mediaprint.info
www.mediaprint.info
www.total-lokal.de



mediaprint
infoverlag



59494057/2. Auflage / 2013



Petras Pflage team

Häusliche Kranken- u. Altenpflege



Seniorenservice

Fußpflege, Hausnotruf, Urlaub

Fühlen Sie sich gut aufgehoben!

- Grundpflege
- med. Versorgung
- Betreuung

- Fußpflege
- Urlaub & Pflege
- Hausnotruf



■ Westenhellweg 42, 59494 Soest

■ Kaiserstr. 33, 59505 Bad Sassendorf

Tel. 02921 / 54005

www.petras-pflage team.de

Branchenverzeichnis



**Guten Tag[®]
Apotheke**

Apotheke am Brüdertor
Nötten-Brüder-Wall-Str. 19
59494 Soest
Telefon 02921 3649-0

Apotheke am Hansaplatz
Hansastraße 7
59494 Soest
Telefon 02921 2472

Süd-Apotheke
Niederbergheimer Str. 118
59494 Soest
Telefon 02921 73317

Hellweg Apotheke
Jakobitor 1a
59494 Soest
Telefon 02921 4677

**Apotheker
Karsten Hufnagel**

www.apothekesoest.de

Da geht's mir gleich viel besser!

Liebe Leser! Hier finden Sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.alles-deutschland.de

Altenheime	33, 45
Altenhilfeeinrichtungen	11
Ambulante Pflegedienste.....	3, 5, 39, 40, 45
Apotheken.....	4
Bank	5
Bauverein.....	5
Bestattungshaus.....	46
Betreutes Wohnen	40, 41, 43
Essen auf Rädern.....	45
Gemeinnütziger Bauverein.....	5
Geriatrische Tagesklinik	35
Haushaltshilfe	11
Häuslicher Pflegedienst.....	33, 39
Hörakustik	39
Hörgeräte	39
Krankenhäuser.....	35, 37
Kurzzeitpflege.....	U4
Medizinische Fußpflege	3
Öffentlicher Personennahverkehr	19
Orthopädietechnik	33
Pflegeberatung	37
Regionalverkehr	19
Sanitätshaus.....	33
Seniorenheime	5, 33, 41, 45, U4
Seniorenwohnungen	43
Service für Senioren.....	40
Sterbefall	46
Tagespflege.....	5, 33
Vermögensplanung	5

U = Umschlagseite



**HÄUSLICHER PFLEGE-
UND BETREUUNGSDIENST**

**Ihr Wohlbefinden ...
... ist unsere Aufgabe ...**

**Pflegen zu Hause, wir helfen Ihnen
als kompetenter Pflegedienst Ihres Vertrauens!**

Sie erreichen uns in:

Högggenstraße 1 · 59494 Soest
Jakobistraße 20 · 59494 Soest

Tel. 0 29 21/22 77
www.pflegedienst-duomed.de

- Individuelle Pflege
- Mobiler Sozialer Dienst
(Hauswirtschaftliche Hilfen)
- Hilfsmittelorganisation
- Beratung in allen
Pflegeangelegenheiten
- Finanzierung durch alle
Krankenkassen

SENIORENHEIM

Paulistraße

**Paulistraße 1 a-c
59494 Soest**

Telefon 0 29 21 / 48 50

Telefax 0 29 21 / 1 77 56

www.senioren-paulistrasse.de

SENIORENHEIM

Paulistraße

In ruhiger Zentrumslage von Soest bieten wir Ihnen in unserem herrschaftlichen Fachwerkhaus individuelle Pflege und Betreuung im Wohn- und Pflegebereich.



Seit 1896

Soester
Gemeinnütziger
Bauverein eG

**Müllingser Weg 60 a
59494 Soest**

Tel. 02921/74925

Fax 02921/369434

www.soester-bauverein.de

„Das gute Gefühl, alles geregelt zu haben!“

Zukunftsplanung durch zertifizierte Berater in Fragen der Vermögenssicherung, der eigenen Absicherung und der nahestehender Personen sowie der Vermögensnachfolgeplanung.

Vermögensnachfolgeplanung

Wir machen den Weg frei.

www.volksbank-hellweg.de

**Volksbank
Hellweg eG**



**Seniorenzentrum
St. Antonius**

- ▲ **zentral gelegen**
- ▲ **Tagespflege**
- ▲ **Sinnesgarten**
- ▲ **Pflege und Betreuung**
- ▲ **Kurzzeitpflege**

Seniorenzentrum St. Antonius
Thomästraße 8 a
59494 Soest

Tel. 0 29 21/59 03 00

www.st-antonius-soest.de



Caritas

SENIORENZENTRUM ST. ANTONIUS

Aktiv im Alter

Wer Anteil nimmt am Leben ringsum, wer Kontakte und Freundschaften pflegt, wer vielfältige Möglichkeiten nutzt, Sinnvolles und Nützlichendes zu tun, wer sich für andere engagiert und auch die schönen Dinge und Erfahrungen zu genießen versteht, der bleibt innerlich jung und ist weniger anfällig für Krankheiten. Ausgehend von diesen Erfahrungen gibt es in unserer Stadt viele Angebote. Diese reichen von Beratungsangeboten über Angebote zur Freizeitgestaltung bis hin zu Begegnungsstätten und Klubs, die allen interessierten Senioren offen stehen.

Treffpunkte/Begegnungsstätten

Von freien Verbänden, Kirchengemeinden und Senioreneinrichtungen wird eine Vielzahl von Veranstaltungen und Aktivitäten angeboten. Die Gruppen bieten Kontakt zu Alterskollegen. Oft findet man dort neben Gemütlichkeit auch Partner für Spiel und Unterhaltung, und man kann Vorträge hören und Erfahrungen austauschen.



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Seniorenbüros (v. l. Seniorenreferent Andreas Müller, Franziska Kossel, Eva Lipps, Günter Eickhoff, Annemarie Hecker)

Das Seniorenbüro

Das Seniorenbüro der Stadt Soest organisiert jedes Jahr eine Fülle von Veranstaltungen speziell für ältere Mitbürger. Die Palette reicht von Ausflügen, über Konzerte, das traditionelle Kaffeetrinken im Bayernzelt am Kirmes-Freitag, den Karneval in der Stadthalle bis zur Weihnachtsfeier. Seniorenreferent Andreas Müller ist Ansprechpartner der älteren Soester im Rathaus. Der Seniorenbeirat redet in den politischen Gremien der Stadt mit. Hier mischen sich gewählte Vertreter der älteren Generation in die Kommunalpolitik ein.

Angebote der Begegnungsstätte „Bergenthalpark“

Die Begegnungsstätte Bergenthalpark wird in Kooperation mit der Stadt Soest und der Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Soest, geführt, **Tel. 3 31 11**.

Neben gemütlichem Kaffeetrinken werden in dieser Begegnungsstätte Gedächtnistraining, Spielnachmittage sowie Bastelkreise und eine Walkinggruppe an folgenden Tagen angeboten: In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat der Stadt Soest und dem Bürgerzentrum „Alter Schlachthof“ findet einmal im Monat von 15.00 bis 18.00 Uhr ein Seniorentanznachmittag im Bürgerzentrum „Alter Schlachthof“ statt. Termine bitte im Seniorenbüro erfragen.

Neben diesen Aktivitäten existiert bei der Volkshochschule Soest ein Seniorenprogramm, das u.a. Gymnastik für Senioren, Bastelkurse für Senioren und Computerkurse für Senioren anbietet. Einzelheiten und Termine entnehmen Sie bitte dem Seniorenprogramm der Volkshochschule, das Sie kostenlos bei der VHS Soest bzw. im Seniorenbüro erhalten. Informationen erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadt Soest im Rathaus, **Tel. 02921/103 2202**. Ihr Ansprechpartner ist der Seniorenreferent der Stadt Soest, Andreas Müller.

Senioren- und Altencлубs

	Telefon
Seniorenbüro der Stadt Soest Am Vreithof 8 (Eingang Am Seel), Rathaus I	103-22 02
Begegnungsstätte Bergenthalpark Nöttenstr. 29	3 11 11
Altencлуб Heilig-Kreuz, Herr Hegemann Franz-Weger-Weg 3	6 01 48
Altencлуб St. Patrokli Grandweger-Ulricher-Wallstr. 8	1 59 58
Seniorenclub Albertus-Magnus Im Tabrock 49	8 40 49
Seniorenclub St. Bruno Akazienstr. 18	7 33 54
Seniorenclub West, Ardeyhaus Lerchenweg 1	6 01 05
Seniorenclub Hohne Gemeinde Nelmannwall 8	1 26 93
Seniorenkreis d. Wiese-Gemeinde Wiesenstr. 6	1 32 51
Seniorenkreis Ref. Gemeinde Schwemeckerweg 9	26 48

Ev. Frauenhilfe, Ampen-Jakobifeldmark Vöhdeweg 3	6 26 71
Seniorentreff Deiringsen Heideweg 4	6 26 77
Interessengemeinschaft Ostönnener Vereine Vogelkamp 31	5 96
Interessengemeinschaft der Vereine Katrop, Meckingsen, Thöningsen	8 07 55
Schlesische Landmannschaft Melanchthonweg 2	1 65 28
Seniorenclub der AWO Martin-Opitz-Str. 9	7 55 23
DRK Ortsverein Soest Höggenstr. 30	3 68 80
VDK Soest-Mitte Endloser Weg 54	8 16 47
VDK Soest-Süd Eichendorffstr. 11	7 55 25
ZWAR-Gruppe Nord St. Albertus-Magnus-Gemeindehaus	7 73 03
ZWAR-Gruppe West	6 10 10



Aktiv im Alter



Kirchen und kirchliche Einrichtungen

Evgl. Kirchengemeinden	Telefon
Johannes Steinkuhlenweg 1	7 34 01
St. Maria zur Höhe Düsterpoth 9	38 05 54
St. Maria zur Wiese Wiesenstr. 26	1 32 51
Bauhütte Wiesenkirche Walburgerstr. 56	5 01 11
St. Petri/Pauli Petrikirchhof 10	1 30 00
St. Thomä Thomästraße 74a	41 31
Meiningsen Kirchstr. 2	6 57 42
Ostönnen Im Schloot 10	02928/2 39
Diakonie Hochsauerland – Soest e. V. Wildemannsgasse 5	3620-0
Evgl. Gemeindedienst für innere Mission Propst-Nübel-Str. 5	3 62 02 50
Evgl. Jugend im Kirchenkreis Soest Propst-Nübel-Str. 5	3 30 53
Evgl. Kreiskirchenamt – Superintendentur Puppenstr. 3–5	396-0
Evgl. Freikirchliche Neue Feldmühle e. V. Feldmühlenweg 1	1 73 96
Evgl.– Reformierte Kirchengemeinde Soest Schonekindstr. 15	1 20 87
Evgl. Baptistengemeinde Soest e. V. Am Kümken 1a	76 82 88
Evgl. Freikirchliche Baptistengemeinde e. V. Emdenstr. 12	9 81 94 59
Evgl. Frauenhilfe in Westfalen e. V. Feldmühlenweg 19	371-0

Freikirchliche evgl. Gemeinde	8 24 92
Schwarzer Weg 10	
Kath. Kirchengemeinden	Telefon
Heilig Kreuz	6 10 10
Paradieser Weg 60	
St. Albertus Magnus	88 11
Im Tabrock 9	
St. Bruno	7 33 54
Akazienstr. 18	
St. Patrokli – Propstei Pfarrbüro	6 7106-60
Propst-Nübel-Str. 2	
BDKJ Bund der Kath. Jugend	1 66 81
Osthofenstr. 35 A	
Gemeindeverband katholischer Kirchengemeinden Hellweg	35 82-0
Osthofenstr. 35 A	
Seelsorgeregion Hellweg Regionalbüro	1 57 74
Osthofenstr. 35 A	
Sozialdienst Kath. Frauen e. V.	969 50-0
Osthofenstr. 35 A	
Caritas Sozialstation Soest	36 06-0
Kleine Osthofoe 11a	
Caritas-Verband für den Kreis Soest e. V.	35 90-0
Osthofenstr. 35A	
Rat Christlicher Gemeinden	1 32 51
Wiesenstr. 26	

Diakonie

Die verschiedenen diakonischen Einrichtungen bieten Beratungs-, Urlaubs-, Seelsorge- und Hilfsangebote (u. a. Häusliche Pflege, Essen auf Rädern, Begleitung im Trauerfall) an. Zum Angebot der evangelischen Kirche in Soest gehören auch drei Seniorenheime.

- Diakoniestation Soest**
 Essen auf Rädern und 24-Stunden Pflegenotruf, Service und Pflege gGmbH der Diakonie Hochsauerland-Soest e. V.
 Westenhellweg 30, 59494 Soest
Tel. 02921/3620-400, Fax 02921/3620-409
 E-Mail: diakoniestation@diakonie-hsk-soest.de
 Internet: www.diakonie-hsk-soest.de
- Ehe-, Familien- und Lebensberatung** im Haus der Diakonie, Einrichtung der Diakonie Hochsauerland-Soest e. V.
 Wildemannsgasse 5, 59494 Soest
Tel. 02921/3620-140, Fax 02921/3620-149
 E-Mail: efl-soest@diakonie-hsk-soest.de
 Internet: www.diakonie-hsk-soest.de
- Freizeit- und Erholungsdienst im Haus der Diakonie**, Einrichtung der Diakonie Hochsauerland-Soest e. V.
 Wildemannsgasse 5, 59494 Soest
Tel. 02921/3620-130, Fax 02921/3620-109
 E-Mail: reisen-soest@diakonie-hsk-soest.de
 Internet: www.diakonie-hsk-soest.de
- Lina-Oberbäumer-Haus, Alten- und Pflegeheim der Ev. Frauenhilfe von Westfalen e. V.**,
 Feldmühlenweg 17, 59494 Soest
Tel. 02921/371-250
 Internet: www.frauenhilfe-westfalen.de
- Adolf-Clarenbach-Haus**, Altenhilfeeinrichtung des Ev. Perthes-Werks e. V.
 Heinsbergplatz 12, 59494 Soest
Tel. 02921/356-0, Fax 02921/356-222
 Internet: www.clarenbachhaus.perthes-werk.de

Aktiv im Alter

- **Perthes-Zentrum**, Altenhilfeeinrichtung des Ev. Perthes-Werk e. V.
Bleskenweg 1-5, 59494 Soest
Tel. 02921/9688-0, Fax 02921/9688-70
E-Mail: pertheszentrum.soest@pertheswerk.de
Internet: www.pz-soest.perthes-werk.de

Evangelische Bildungsangebote

Evangelische Einrichtungen haben ein vielfältiges Kurs- und Weiterbildungsangebot, darunter spezielle Angebote für Seniorinnen und Senioren (z. B. Computerkurse).

- **Ev. Erwachsenenbildung im Kirchenkreis Soest**,
Puppenstr. 3-5, 59494 Soest
Tel. 02921/396-170, Fax 02921/396-155
www.kurse.kirchenkreis-soest.de
- **Familienbildungswerk der Ev. Frauenhilfe in Westfalen e. V.**
Feldmühlenweg 19, 59494 Soest
Tel. 02921/371-204, Fax 02921/371-236
www.frauenhilfe-westfalen.de



Öffentlichkeitsarbeit im Kirchenkreis Soest

- **Pfr. Johannes Majoros-Steinmetz**
Puppenstr. 3-5, 59494 Soest
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@kirchenkreis-soest.de
Internet: kirchenkreis-soest.de

Bildung

Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Denn viele Menschen haben erst im Alter die Zeit und die Muße, sich schon lang erwünschtes Wissen anzueignen.

Sei es das Hobby zu perfektionieren oder etwas zu lernen, was man schon immer können wollte.

Mit Gleichgesinnten zu lernen, bringt nicht nur neue menschliche Kontakte, sondern auch die Herausforderungen, die zur sinnvollen Beschäftigung anregen und somit zu mehr Zufriedenheit führen.

Volkshochschule

Die VHS bietet unter anderem auch spezielle Programme für Senioren an. Das Angebot ist umfangreich: Gesundheitsvorsorge, Sprach- und Computerkurse, Kreativkreise, Besichtigungen usw.

Das Seniorenprogramm erscheint halbjährlich in den Veröffentlichungen der Volkshochschule und im Veranstaltungskalender für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger.

Volkshochschule Soest

Tel.: 02921/3 21 03-0
Fax: 02921/3 21 03-99
Nöttenstraße 29
59494 Soest
www.vhsssoest.de

Die Altenhilfeeinrichtungen des Perthes-Werkes im Kreis Soest

Stationäre Pflege · Kurzzeitpflege · Altenwohnungen

In der angenehmen Atmosphäre unserer Häuser fühlen sich die Bewohnerinnen und Bewohner wohl.

Wir bieten individuelles Wohnen und professionelle Beratung, Pflege und Betreuung.



Perthes-Zentrum Soest | Altenhilfeeinrichtung

Bleskenweg 1-3 | 59494 Soest | Telefon: 02921 / 96880 | Telefax: 02921 / 968870
E-Mail: pertheszentrum.soest@pertheswerk.de | Web: www.pz-soest.perthes-werk.de

Adolf-Clarenbach-Haus | Altenhilfeeinrichtung

Heinsbergplatz 12 | 59494 Soest | Telefon: 02921 / 3560 | Telefax: 02921 / 356222
E-Mail: clarenbachhaus.soest@pertheswerk.de | Web: www.clarenbachhaus.perthes-werk.de

Unterstützung in Haushalt und Garten

Unser Service für Sie: Putzen, Kochen, Waschen, Bügeln, Gartenpflege, Einkaufen, ...

Außerdem: Haushaltsauflösungen, kleinere Renovierungsarbeiten und seniorengerechte Umzüge

Haushaltsnahe Dienstleistungen

Oestinghauser Straße 38 | 59494 Soest | Telefon: 02921 / 968735 | Telefax: 02921 / 968730
E-Mail: perthes-service.soest@pertheswerk.de | Web: www.sozialwerkstaetten.perthes-werk.de



Aktiv im Alter



Stadtbücherei

Unter den vielen Medien in der Stadtbücherei gibt es für die älteren Semester, die mit dem Sehen Schwierigkeiten haben, auch Romane im Großdruck; ferner Hörbücher, Sachliteratur, darunter viele spezielle Seniorenratgeber, Hobby- und Fachzeitschriften, regionale und internationale Zeitungen, Rad- und Wanderkarten sowie Stadtpläne.

Außerdem findet man dort auch Literaturverfilmungen, Sachvideos und CDs. Wer mit den Medien der neuen Zeit Schritt halten will, für den stehen CD-ROMs zur Verfügung. Auch ein öffentlicher Zugang ins Internet ist gewährleistet. Die Stadtbücherei lädt außerdem regelmäßig zu Veranstaltungen und Ausstellungen ein.

Stadtbücherei Soest, Severinstraße 10, 59494 Soest

Tel. 02921/103-1111, Fax 02921/103-1199

mail@stadtbuecherei-soest.de

www.stadtbuecherei-soest.de

Nachberufliches Studium

Immer mehr ältere Menschen nutzen die Möglichkeit für eine Weiterbildung in der dritten Lebensphase.

Wer seine Bildung erweitern möchte, kann an ein nachberufliches Studium denken. Informationen erhalten Sie bei:

KOLPING Bildungsstätte Soest

Gesellschaftspolitische Akademie, Detmolder Straße 7,

59494 Soest, **Tel. 02921/36 23-0, Fax 02921/166 39**

info@kolping-akademie-soest.de

www.kolping-akademie-soest.de



Eine weitere Möglichkeit wäre ein Fernstudium. Zu Hause lernen mit dem notwendigen Lernmaterial, das postalisch zur Verfügung gestellt wird.

Die Betreuung durch eine Lehrkraft erfolgt telefonisch bzw. per E-Mail. Anbieter sind z. B. die Studiengemeinschaft Darmstadt, www.sgd.de oder die HAF Hamburger Akademie für Fernstudien GmbH, www.fernunterricht-info.de

Kultur

Kultur vermittelt nicht nur Wissen. Sie ist der Ausdruck einer Gesellschaft und somit Bestandteil unseres Lebens. Viele Menschen nutzen die kulturellen Angebote nach dem aktiven Berufsleben wieder stärker.

Man hat einfach mehr Zeit und Muße, um interessante Ausstellungen zu besuchen, ins Theater oder Konzert zu gehen oder auch eine Zirkus- oder Varietévorstellung zu besuchen.

Theater

Telefon

White Horse Theatre

2921/33 93 39

Bördenstraße 17, 59494 Soest

Museen

Telefon

Museum der belgischen Streitkräfte

02921/1 31 71

Grandweg 33, 59494 Soest

Burghofmuseum

02921/3 45 03 24

Burghofstraße 22, 59494 Soest

Osthofentormuseum

02921/1 60 15

Osthofenstraße 2, 59494 Soest

Wilhelm-Morgner-Haus

02921/1 35 24

Thomästraße 1, 59494 Soest

Stadtarchiv

Telefon

Stadtarchiv und wissenschaftliche

Stadtbibliothek

02921/66 39 60

Jakobstraße 13, 59494 Soest

Feiern in Soest – (k)ein Problem!

Es ist es kein Problem, in Soest zünftig zu feiern und zwar egal, welcher Altersklasse und Geschmacksrichtung man angehört.



Aktiv im Alter

Ein Problem bekommt man höchstens, wenn es um die Auswahl einer Veranstaltung geht. Denn so beschaulich und romantisch sich die Stadt mit ihrem mittelalterlichen Ambiente auf der einen Seite gibt, so lebhaft, trendy und knallbunt gemischt präsentiert sie sich in Sachen Kulturveranstaltungen.

Mehrere Veranstaltungen am Abend? Das kommt nicht selten vor. Programmangebote wie in der Großstadt? Na klar, die Großstädter kommen inzwischen sogar zu uns. Highlights der Superlative? Mit der größten Altstadtkirchweih Europas, der Allerheiligenkirchweih, kein Problem. Publikumsrenner mit hohem Spaßfaktor? Da sollten Sie mal eine Zappelparty oder das Soester Kneipen-Festival erleben. Anspruchsvolle Veranstaltungen mit dem gewissen Etwas? Wir empfehlen Musik in alten Mauern z. B. im Rahmen der Sommerlichen Musiktage. Aber es sind durchaus nicht immer nur die vielen großen Veranstaltungen, die das besondere Flair der Soester Veranstaltungslandschaft ausmachen. Inzwischen gibt es davon übrigens fast in jedem Monat mindestens eine. Auch kleine, feine Veranstaltungen und Veranstaltungsreihen, wie z. B. der



**Soester Sommer ist unterhaltsam:
Keine Frage, das ist ein Versprechen.**

Soester Sommer, tragen durch ihre besondere, authentische Atmosphäre zum kulturellen „Wohlfühl-Klima“ bei. Ein weiterer Beweis für die ausgeprägte Kulturlandschaft in Soest sind engagierte „Bürgerinitiativen“ wie die MIGS (Musical-Interessengemeinschaft), die JIGS (Jazz-Interessengemeinschaft), die Macher-Mannschaft des Soestfestivals oder die Organisatoren und zahllosen Mitwirkenden bei der StadtOperSoest. Hier spielen, singen, tanzen und gestalten Soester Bürger für Soester Bürger und das mit unermüdlichem Engagement und riesigem Erfolg. Weitere Mitstreiter sind hier natürlich jederzeit herzlich willkommen.

Stadthalle und Bürgerzentrum „Alter Schlachthof“ sorgen darüber hinaus rund ums Jahr für zahlreiche große und kleine Highlights, die sicherlich für jeden Geschmack etwas bieten. Dabei hat das Programmkinos des Bürgerzentrums eine besondere Erwähnung verdient: Dank ungewöhnlichen Engagements wird hier mit viel Liebe zum Detail und noch größerem Spaß an witzigen Inszenierungen sowie durch das passende atmosphärische Drumherum der Kino-Genuss verdoppelt.

Zu guter Letzt wäre da noch unser Kulturbüro (ebenfalls beim Bürgerzentrum „Alter Schlachthof“ angesiedelt). Hier laufen alle Termine zusammen, können Kulturschaffende eigene Termine anmelden und bereits bestehende abfragen. Eine gute Chance für größtmögliche Terminkoordination! Übrigens wird hier auch die Radio-Sendung „Kulturtaxi“ produziert, ein absolutes Muss mittwochs um 18:03 Uhr auf Hellweg Radio, wenn man wissen will, was die Region so veranstaltet.

Feste in Soest zu feiern, ist – wie gesagt – kein Problem, sondern eine von vielen Möglichkeiten, die zahlreichen Facetten der Stadt für sich individuell zu entdecken.

Das Soester Kulturbüro

Mitte November 1998 fing Klaus Moennig und mit ihm das Kulturbüro im „Alten Schlachthof“ an zu arbeiten. Das bundesweit einmalige Modell, dass ein Verein kommunale Aufgaben



Aktiv im Alter



übernimmt, arbeitet seither ausgesprochen erfolgreich. Nach einer Neu-Organisation in der Stadtverwaltung wurde das ehemalige Kultur- und Verkehrsamt aufgelöst und das Kulturbüro als Ersatz für Teile der dort angesiedelten Arbeitsfelder, aber auch für neue Aufgabenbereiche, eingerichtet.

Fünf Aufgabenschwerpunkte hat das Soester Kulturbüro mit auf den Weg bekommen:

Terminkoordinierung, Öffentlichkeitsarbeit, Beratung, Kulturprojekte und Vernetzung. Akribisch sammelt Klaus Moennig („das personifizierte Kulturbüro“) Kulturtermine für Soest und nutzt diese Datenbank für Koordination und Öffentlichkeitsarbeit. Ein monatliches Infoheft für die Presse wird an über 150 Medienadressaten gesandt.

Mit Internetkalender und wöchentlicher Radiosendung wird die Soester Kultur direkt zum (potentiellen) Publikum transportiert.

Schützenhilfe für Künstler und deren Projekte wird in Form von Beratung geleistet. Ausgewählte Künstlerprojekte werden mit Formulierungshilfen für Förderanträge, aber auch durch die komplette Betreuung, unterstützt.

Bei größeren Veranstaltungen wirkt das Kulturbüro auch selbst mit: Mit dem Soester Sommer wurde eine wichtige Kulturinstitution in Soest nicht nur gerettet, sondern jetzt ins 20. Jahr geführt.

Ganz wichtig ist der Punkt Vernetzung: Das Kulturbüro beschränkt sich nicht nur auf die Kooperation mit Soester Kulturträgern und Institutionen. Bewusst wird auch die regionale Vernetzung betrieben.

Mit dem Internet-Kulturportal <http://www.hellweg.org> hat das Kulturbüro echte Pionierarbeit geleistet.

Kultur, Unterhaltung, Medien	Telefon
Bürgerzentrum Alter Schlachthof Ulrichertor 4	3 11 01
Dom-Museum Domplatz	6 71 06 60
Feuerwehrmuseum Brüderstr. 11	0170/3 45 65 66
Islam-Archiv Deutschland, Zentralinstitut Am Kuhfuß 8	6 07 02
Kreisfahrbücherei Senator-Schwartz-Ring 21	378-300
Künstlerhaus BEM Adam e.V., Verein für Künstlerqualifizierung und Ateliermanagement Postfach 1341, 59473 Soest	1 47 50
Kunstverein Kreis Soest e. V. Klosterstr. 13	66 63 46
Malschule Soest Niederbergheimer Str.	3 35 64
Städtische Musikschule Schültingerstr. 3 + 5	42 53
Stadtbücherei Severinstr. 10	103-11 11
Stadthalle Soest	
Veranstaltungszentrum GmbH Dasselwall 1	363-301
Technik-Museum Soest, Haus der nützlichen Künste Lübecker Ring 2	37 83 39
Kinos	Telefon
Neues Universum Grandweg 44	1 66 63
Kino im Alten Schlachthof Ulrichertor 4	3 11 01

Medien	Telefon
Hellweg Radio Jakobistr. 46, Redaktion	3 77 77
Soester Anzeiger Schloitweg 19-21, Geschäftsstelle	688-0
Schützenvereine	Telefon
Bürgerschützenbund Osthofe e. V. 1926 Kleine Osthofe 36	147 80
Bürgerschützenverein Ruploh-Hiddingsen-Lendringsen Brunnenstraße 19	7 14 79
Bürgerschützenverein Soest e. V. Feldmühlenweg 20b	
Schützenverein Ampen-Jakobifeldmark e. V. Im Scheuning 8	6 31 15
Schützenverein Balksen-Katrop-Thöningsen 1870 e. V. Wolfsweg 15, 33758 Schloß Holte-Stuckenbrock	05207/88 98 77
Schützenverein Bergede-Elfsen e. V. Kressweg 12	02927/441
Schützenverein Brandenburgertor 1921 e. V. Müllingser Weg 66	75757 / 125 29
Schützenverein Deiringsen e. V. Heide 1, 59519 Möhnesee	02921/6 04 48
Schützenverein Einigkeit Soest 1926 Schwarzer Weg 20	813 50
Schützenverein Enkesen-Paradiese 1824 Holtkamp 6	02928/671
Schützenverein Große Westhofe 1926 Am Hengstbach 5	1 25 45
Schützenverein Hattrop e. V. Brückenstr. 3	6 24 07
Schützenverein Hattropholsen-Dörmen e. V. Hammer Landstr. 50	8 06 28

Aktiv im Alter

Schützenverein Meiningsen-Epsingsen e. V.	02928/595
Erzväterring 15	
Schützenverein Müllingsen e. V.	7 79 59
Bördenstr. 15	
Schützenverein Ostönnen-Röllingsen	02928/574
An der Lanner 7	

Theatergruppen	Telefon
Ensemble Halb Fünf, Theatergruppe des Conrad-von-Soest-Gymnasiums	64 22
Paradieser Weg 92	
Kits, Jugendtheater	38 06 39
Katzengasse 7	
STAGE – SoesterTheaterArbeits-GEMEinschaft	8 22 20
Emminghausweg 15	
MIGS – Musical Interessen Gemeinschaft	38 06 39
Soest, Katzengasse 7	
White Horse Theater	33 93 39
Bördenstr. 17	

Chöre	Telefon
A Capella Soest	05251/40 84 00
Chorgemeinschaft Liederkranz Meiningsen	6 57 47
Twiete 19	
Chorgemeinschaft Pro Musica	66 50 28
In der alten Schule, Ampen	
DRK Akkordeonorchester	7 19 43
Ensemble „Dreiviertelacht“	1 78 61
Hellweg-Quartett	5 54 72
Viktoriastraße 50, Bad Sassendorf	
Jagdhornbläserkorps Soest	6 24 67
Bahngasse 6	
Kammerphilharmonie Amadé	1 28 62
Niederbergheimer Str. 17	
Kirchenchor Heilig Kreuz	6 01 48
Paradieser Weg 60	
Liederfreunde Deiringsen	6 06 14

Alte Dorfstr. 46, Deiringsen	
Männerchor Frohsinn	7 91 93
Siegmond-Schultze-Weg 42a	
MGV Harmonie 1950 Soest	7 10 82
Hiddingsen	
MGV Ostönnen	02928/474
Im Schloot 5, Ostönnen	
Musikschule des Städtischen Musikvereins Soest	42 53
Schültingerstr. 3+5	
Musikzug Freiwillige Feuerwehr Soest	7 37 14
Geseker Str. 4	
Musikzug Ostönnen, Vogelkamp	02928/658
Ostönnen	
Orgelfreunde St. Petri e. V.	1 30 90
Petrikirchhof 10	
Sängerkreis Soest e. V.	66 62 61
Postfach 1417	
Singekreis Hattrop	616 92
Bahngasse 7a, Hattrop	
Senioren-Orchester Soest (SOS)	8 00 47
Schottenteich 25	
Soester Kinder- und Jugendchor	7 53 54
Ilgenweg 7	
Soester Madrigal Syndikat	67 24 89
Dreckhoffsfeld 53a	
Soester Männerchor Concordia 1879	7 38 13
Herringer Weg 2	
Soester Posaunenchor	5 53 91 oder 02941/6 07 23
Auf dem Kampe 15, Bad Sassendorf	
Soester Stadtkantorei	67 21 32
Petrikirchhof 10	
Soester Volksmusikantenchor	02943/31 48
Holtkamp 13, Erwitte-Völlinghausen	
Sommerliche Musiktage	34 31 03
Niederbergheimer Str. 17	
Städt. Musikverein Soest e. V.	42 53
Schültingerstr. 3+5	

Aktiv im Alter

St. Bruno-Kirchenchor	7 95 95
St. Patrokli-Kirchenchor	24 88
Nottebohmweg 10	
Spielmanszug Bergede-Elfsen	1 73 31
Meiningser Weg 10	

Reisen

Die Deutsche Bahn

Für ältere Menschen ist die Bahn ein relativ sicheres Beförderungsmittel.

Eine Sparmöglichkeit für häufige Bahnnutzer ist die BahnCard, die in mehreren Versionen angeboten wird. Informieren Sie sich direkt bei der Bahn über die Kosten, und lassen Sie sich beraten, welche Version der BahnCard in Frage kommen könnte. Nutzen Sie aber auch die immer wieder aktuellen Angebote, die speziell für Senioren interessant sein könnten. Sofern Sie die Möglichkeit haben, können Sie Fahrkarten auch online buchen unter www.bahn.de.

Reisen im Alter

Es gibt inzwischen neben Wohlfahrtsverbänden, die Reisen für ältere Menschen mit Erkrankungen anbieten, auch zahlreiche Reiseunternehmen mit Angeboten speziell für Senioren bzw. Menschen mit gesundheitlichen Problemen. Reisen trägt nicht nur zur Kommunikation bei, es regt an und trägt zum Wohlbefinden bei. Die Reisebüros informieren gern.

Sport und Bewegung

Die gesundheitlichen Vorteile für Menschen jeden Alters durch Sport, Bewegung und Spiel sind inzwischen unbestritten. Aus diesem Grund ist die gezielte Bewegung auch im REHA-Bereich unverzichtbar geworden. Auch Menschen, die in jüngeren Jahren nie oder wenig Sport getrieben haben, können im Alter durch sanften Sport die Fitness steigern.

60plusAbo: Bus & Bahn für alle ab 60



Mobilität zum kleinen Preis

Aktiv im Alter



Vorteilhaft für ältere Menschen sind Schwimmen, Walking oder Wandern, Radfahren, Gymnastik und Skilanglauf, also vor allem Ausdauersportarten mit einer moderaten Belastung.

Golf	Telefon
Golfclub Möhnesee e. V.	02925/98 29 50
Frankenufer 17, 59519 Möhnesee	
Golfclub Stahlberg im Lippetal e. V.	02527/81 91
Ebbeckeweg 3, 59510 Lippetal	

Tennis	Telefon
Soester Turnverein 1862 e. V.	02921/1 63 13
Stadtpark 2, 59494 Soest	
Tennisclub Silberg e. V.	
Opmünder Weg 101, 59494 Soest	
Tennisverein Deiringsen e. V.	
Köttersweg 4, 59494 Soest	
TuS Ampen e. V.	02921/6 15 11
Im Spring 18, 59494 Soest	
TC Blau-Weiss Soest e. V.	02921/1 63 13
Stadtpark 2, 59494 Soest	

Nähere Informationen zu den städtischen Sportstätten und zur Sportförderung durch die Stadt Soest sind erhältlich bei der **Stadt Soest, Postfach 2252, 59491 Soest**
Tel. 02921/103-11 44, Fax 02921/103-10 99

Informationen zu den Sportvereinen und Sportarten finden Sie unter:

- Stadtsportverband Soest: www.stadtsportverband-soest.de
- Kreissportbund Soest: www.ksb-soest.de

Schwimmen **Telefon**

Schwimmclub Hellweg Werl	
Herenfridstraße 33, 59494 Soest	
Aqua Fun Soest GmbH	3 92-700
Ardeyweg 35	
Lehrschwimmbecken Wiese-Grundschule	8 12 53
Stadt Soest, Im Tabrock 18	
Lehrschwimmbecken Hansa-Realschule	1 30 73
Stadt Soest, Troyesweg 4	
Lehrschwimmbecken Johannes-Grundschule	7 34 15
Stadt Soest, Hamburger Str. 29	

Sportverbände / -verwaltung **Telefon**

Stadtspportverband Soest 1	6 09 73
Kölner Ring 69	
Kreissportverband Soest	34 73 66
Geschäftsstelle, Nöttenstraße 5	
Stadt Soest, AG Schule und Sport	103-11 44
Rathaus I, Vreithof	oder 103-11 43

Turn- u. Sportvereine **Telefon**

Automobil- u. Motorrad-Club AMC	1 36 11
Petrikirchhof 4, 59494 Soest	
Athletik-Club Soest e. V.	3 36 50 und 34 19 07
Postgasse 7, 59494 Soest	
Ay-Yildiz-Gücü Soest e. V.	7 22 83
Frankenweg 22, 59494 Soest	
Baseballteam IGCS-GARRISSON 5	02927/18 90 62
Postfach 1524, 59475 Soest	
Basketball-Club 1970 Soest e. V.	7 33 35
Kölner Ring 69, 59494 Soest	
Boxsport-Verein 1934 e. V. Soest i. Westf.	7 74 07
Hamburger Str. 7, 59494 Soest	
Bürger-Schützen-Bund Osthofe e. V. 1926	1 51 98
Kleine Osthofe 18, 59494 Soest	

Schießsportgemeinschaft des Bürger-Schützen-Vereins zu Soest **36 58-0**

Nöttentor 2 + 4, 59494 Soest	
Club für Bogenschützen e. V. Soest	
Wiltrop 31, 59510 Lippetal	
DLRG e. V., Ortsgruppe Soest	34 20 51
Kreuzpfad 15, 59494 Soest	
DJK Westfalia Soest 1920 e. V.	7 74 23 oder 7 45 48
Jägerkenweg 13, 59494 Soest	
Eissportclub Soest e. V.	6 36 66
Stemweg 3b, 59494 Soest	

Turn- u. Sportvereine **Telefon**

Fallschirmsportclub	0 29 27/18 90 07
Soest-Bad Sassendorf	0 52 52/48 07
	0 52 52/93 23 42
Flugsportgemeinschaft Soest e. V.	0 29 27/340
Flugplatz Soest-Bad Sassendorf	0 29 27/12 60
Enkesen im Klei, 59505 Bad Sassendorf	
FBV-Grün-Weiß Ostönnen e. V.	0 29 28/13 64
Soester Straße 25, 59469 Ense	
Handballspielgemeinschaft Soest	6 52 12 abends
Von-Köppen-Weg 46a, 59494 Soest	
Judo-Sport-Club Soest e. V.	
Steinkuhlenweg 84, 59494 Soest	
Kneipp-Verein Soest e. V.	8 28 32
Schwarzer Weg 13 a, 59494 Soest	
Koronarsport Soest e. V.	1 33 47
59494 Soest	
Kreissportbund Soest	3 19 31 50
Bahnhofstraße 2, 59494 Soest	
Laufgruppe Deiringsen e. V.	6 27 69
Alte Dorfstr. 49, 59494 Soest	
LAZ Soest e. V.	0 25 27/6 09
Bruchstraße 1a, 59514 Welver	
Leichtathletik-Club Soester Börde e. V.	1 65 11
Schwemeckerweg 20, 59494 Soest	

Aktiv im Alter

Marathon Soest e. V.	8 41 13	Soester Hockey-Club 1996 e. V.	8 41 99
Rochollweg 2a, 59494 Soest		Franz-Becker-Weg 22a, 59494 Soest	
Modellflug-Sportclub Soest e. V.	66 57 96	Soester Eishockey-Gemeinschaft	
Am Mühlenweg 8, 59494 Soest		„Die Bördeindianer“	34 39 19
MSC Soester Börde e. V. im ADAC		In den Gärten 5, 59494 Soest	
Postfach 11 06, 59471 Soest		Sportgemeinschaft Meckingsen von 1973 e. V.	8 43 00
Pool-Billard-Club Soest 1990	9 36 86 oder 34 81 81	Milchstr. 2, 59494 Soest	
Josef-Stern-Weg 8, 59494 Soest		Sportschützen-Club Soest-Süd e. V.	0 29 23/15 90
Radsportverein Hansa Soest e. V.	6 11 49	Hultroper Straße 24, 59510 Lippetal	
Ruhrstraße 27, 59494 Soest		Sportschützen Soest Nord-West e. V.	87 83
Reit- u. Fahrverein Soest/		Ilgenweg 12, 59494 Soest	oder 8 16 86
Bad Sassendorf e. V.	0 29 23 / 15 84	Kleinkaliber-Schützenverein Deiringsen – KKS V	6 35 42
Am Romberg 6, 59510 Lippetal		Alte Dorfstraße 50, 59494 Soest	
Reit- u. Fahrverein Ostönnen e. V.	6 19 90	Sportverein Soester Werkstätten	
Twiete 7, 59494 Soest		für Behinderte e. V.	96 89-0
Sauerländischer Gebirgsverein	88 22 oder 6 17 55	Bleskenweg 7, 59494 Soest	
Vorwerckweg 11, 59494 Soest		Tanzclub Blau-Weiß e. V. Soest	18 68
SV Wasserfreunde von 1913 e. V. Soest	8 29 83	Postfach 22 21, 59482 Soest	
Rochollweg 3, 59494 Soest		Tauchteam Manta	6 05 14
Schachverein Soest	6 08 84	Am Lippenkamp 2a, 59494 Soest	
Alte Dorfstraße 51, 59494 Soest		Tennisclub Blau-Weiß e. V.	45 45 oder 66 76 26
Schwarz-Rot Soest e. V. – Eisstockschiützen	6 04 15	Postfach 22 23, 59482 Soest	
Hermann-Prüßmann-Weg 4, 59494 Soest		Tennisclub Silberg Soest	8 27 91
Ski-Klub Soest, Friedrich Lohmann	7 65 53	Vor dem Schültingertor 3b, 59494 Soest	
Gotlandweg 37, 59494 Soest		Tennisverein Soest-Deiringsen	7 85 42
Soester Fechtschaft e. V. 1956	7 77 11	Simplicissimusweg 7, 59494 Soest	
Siegmund-Schultze-Weg 49, 59494 Soest		Sportgemeinschaft Soest-Hattrop	6 20 62
Soester Spielverein 09 e. V.	93 30 2	Eselsweg 3, 59494 Soest	
Postfach 2027, 59480 Soest		Turn- u. Sportgemeinde Soest-Süd e. V.	7 99 53
Soester Sportanglerverein e. V. 1992	34 40 50	Bresinaweg 3, 59494 Soest	
Rostockweg 1		Turn- u. Sportverein Ampen e. V.	6 16 37
Soester Turnverein von 1862 e. V.		Werler Landstraße 248, 59494 Soest	
Isenacker 12		„Jahn“ 1888/1926 e. V.	8 15 15
SSV Grün-Weiß Müllingsen 1960	6 00 13	Ilgenweg 1a, 59494 Soest	
Ahneweg 10, 59494 Soest		Turnverein Enkesen-Paradiese	6 00 13
		Ahneweg 10, 59494 Soest	

Aqua Fun – Bade- und Wellness-Oase unter einem Dach

Durch die Vielfalt des Angebotes ist für alle Wasserfreunde (fast) alles möglich. Den sportlichen Besuchern stehen zwei 25-Meter-Becken zur Verfügung, die mit zwei Sprungtürmen – ein Meter und drei Meter – ausgestattet sind. Spiel und Spaß garantieren das Planschbecken und vor allem die 90 Meter lange Rutsche. Bei einem Höhenunterschied von mehr als acht Metern geht hier die Fahrt im „Doppelbob“ so richtig ab. Und wer noch nicht richtig schwimmen kann, unternimmt in einem Lehrschwimmbecken seine ersten Versuche. In diesem Bereich wird es auch ein Angebot an Wassergymnastik geben. Das alles ist selbstverständlich behindertengerecht ausgebaut. Neben der Badelandschaft sorgen natürlich auch eine Restauration, Solarien und gemütliche Ruhezonen für den nötigen Komfort, den man heute ganz einfach von einem modernen Bad erwartet. Dazu gehört auch der Wellnessbereich, der durch Innen- und Außensaunen geprägt wird. Dort sind Wohlbefinden und Relaxen pur angesagt. Der liebevoll gestaltete Saunagarten lädt zum Verweilen ein: mit wohliger Wärme im Whirlpool, Abkühlung im Außenpool oder Tauchbecken, Entspannung bei einem Spaziergang oder einem Nickerchen.



Aktiv im Alter

Gesundheit im Alter

Essen und Trinken haben im Alter besondere Bedeutung. Wer richtig isst, hat auch mehr Spaß im Leben, weil er gesünder und damit fröhlicher bleibt. Die Gefahr der Fehlernährung nimmt im Alter wegen des nachlassenden Hunger- und Durstgefühls und wegen des veränderten Energiebedarfs zu. Spezielle Ernährungs-Tipps zum Beispiel bei Osteoporose, Diabetes, hohem Blutdruck, erhöhtem Cholesterinspiegel etc. erhält man bei der Krankenkasse.

Darüber hinaus ist Gesundheitsfürsorge in jedem Alter wichtig. Je älter der Mensch jedoch wird, desto mehr natürliche Verschleißerscheinungen stellen sich ein und manche Belastung, die man mit „20“ belächelt, über die man mit „30“ noch nicht nachgedacht hat und mit „40“ locker bewältigt hat, strengt mit „60“ an oder ist bereits ein Problem.

Auch rüstigen Senioren, die sich fit fühlen, ist von Zeit zu Zeit ein Besuch beim Hausarzt zu empfehlen.

Was sollte also aus der Sicht des Allgemeinmediziners von Zeit zu Zeit kontrolliert werden? Auch wenn keine Beschwerden



auftreten, ist es gut, folgende Untersuchungen als Vorsorge durchführen zu lassen:

- Blutzuckeruntersuchung
- Blutdruckmessen
- Impfschutz
- Blutuntersuchungen auf Entzündungszeichen

Abweichungen von Normalwerten können durch diese Untersuchungen rechtzeitig erkannt und häufig bereits durch Diäten oder Umstellung der allgemeinen Lebensführung verbessert werden. Ist der Impfschutz nicht mehr gegeben, ist es besonders für ältere, anfälligere Menschen wichtig, den Impfschutz auffrischen zu lassen. Manche Impfung empfiehlt sich auch zusätzlich, wenn eine Reise in Krankheitsgebiete geplant ist.

Was kann der Senior für seine Gesundheit tun? Nach Rücksprache mit dem Hausarzt sollte jeder gezielte Bewegung, gesunde, schlackenreiche Kost, ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie Spaß an Unterhaltung in der Gemeinschaft auf sein Tagesprogramm setzen.

Wenn's zwickt -

Was sind Alarmzeichen, was ist Normalität?

Sicher zwickt es jeden mal hier, mal da. **Bedenkliche Alarmzeichen**, bei denen man unbedingt umgehend seinen Hausarzt aufsuchen sollte, sind:

- Druck in der Brust
- Luftnot beim Treppensteigen und Einkaufskorb tragen
- Starkes Schlafbedürfnis
- Starker Durst

Alzheimer

Die Alzheimer-Krankheit ist eine fortschreitende Demenz-Erkrankung des Gehirns, die vorwiegend im Alter auftritt und mit einer Abnahme der Gehirn- und Gedächtnisleistung einhergeht. Die Krankheit beginnt mit scheinbar zufälliger Vergesslichkeit und endet im Verlust des Verstandes.

Erste Symptome sind Erinnerungslücken, Desorientierung und Antriebslosigkeit. In späteren Stadien der Krankheit verstärken sich die Symptome, so dass der Patient immer orientierungsloser wird.

Im Endstadium erkennt der Erkrankte nahe Verwandte nicht mehr. Es kommt zum Kontrollverlust und schweren Koordinationsstörungen.

Zahlreiche Maßnahmen, die vorbeugend für andere Krankheiten wirken, haben sich auch in der Alzheimerbehandlung bewährt. Hier sind ausreichende Bewegung ebenso zu nennen wie eine gesunde Ernährung. Der Verzicht auf Nikotin und ein hohes Ausbildungsniveau wirken ebenso schützend. Häufiger Fernsehkonsum steht dagegen im Verdacht, das Risiko an einer Alzheimererkrankung zu erhöhen.

Weitere Auskünfte erhalten Sie in der

Alzheimer Gesellschaft im Kreis Soest e. V.

Feldmühlenweg 11, 59194 Soest

Tel. 02921/9 81 05 12, Fax 02921/9 81 05 76

E-Mail: info@alzheimer-soest.de, www.alzheimer-soest.de

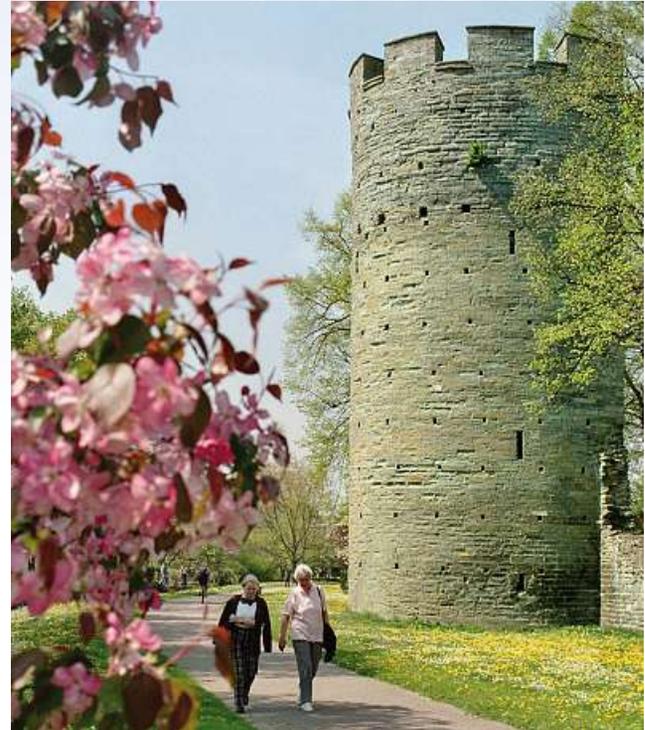
Soziales Engagement

Viele Menschen schenken anderen Menschen nach dem Berufsleben einen Teil ihrer Zeit, um sie zu unterstützen und um Hilfe anzubieten.

Der ehrenamtliche Einsatz kann in den verschiedensten Bereichen stattfinden. Von Know-How-Transfer bis hin zu den vielfältigsten sozialen Aufgaben.

Der Zeitaufwand kann von den freiwilligen Helferinnen und Helfern individuell eingesetzt werden. Initiativen und Gruppierungen sind auf Mithilfe angewiesen und freuen sich über Unterstützung.

Informationen und teilweise auch Schulungsmaßnahmen sind deshalb selbstverständlich.



Beratung und Hilfe

Beratung wird in den unterschiedlichsten Bereichen von verschiedenen Ämtern, Institutionen, Verbänden, Vereinen, Kirchen und privaten Trägern angeboten.

Seniorenberatung der Stadt Soest

Ziel der Beratungsangebote ist es, die selbstständige und selbstbestimmte Lebensführung älterer Menschen zu unterstützen und sie bei Problemen kompetent zu beraten.

Angebote:

- Beratung über die Versorgungsmöglichkeiten, Dienstleistungen und Angebote der Altenhilfe, auf Wunsch Vermittlung von Leistungen
- Information über Kostenträger und Leistungen, z. B. der Kranken- und Pflegekassen, Informationen zur Grundsicherung
- Unterstützung bei der Antragstellung und im Umgang mit Behörden
- Vermittlung von weiterführenden Hilfeangeboten und in Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige
- Gesprächsmöglichkeiten in persönlichen und familiären Konfliktsituationen und schwierigen Lebenslagen

Ansprechpartner ist Wilko Lebkücher

Stadt Soest- Seniorenbüro

Am Vreithof 8, 59494 Soest

Tel. 02921/103 22 01, Fax: 02921/103 22 99

Seniorenberatung der Wohlfahrtsverbände

Wohlfahrtsverbände bieten allen Menschen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität oder Religionszugehörigkeit soziale Hilfen und Beratung an.

Seniorenservice der Caritas

Filzenstraße 11, 59494 Soest

Tel. 02921/35 90 68

Soziale Einrichtungen und gemeinnützige Organisationen

	Telefon
Adolf-Clarenbach-Haus Heinsbergplatz 12	35 60
Aids-Beratung im Kreis Soest, FB Soziales/Jugend/Gesundheit	30 21 52
Hoher Weg 1-3	
Aids-Hilfe im Kreis Soest e. V.	28 88
Walburgerstr. 38, Postfach 1101	
Aktion „Nachbar in Not“	103-21 00
Am Seel 3	
Altenheim Adolf-Clarenbach-Haus	356-0
Heinsbergplatz 12	
Altenheim Caritas St. Antonius	5 90 30-0
Thomästr. 8a	
Alten- und Pflegeheim Lina-Oberbäumer-Haus	371-250
Feldmühlenweg 17	
Altenheim Perthes-Zentrum	96 88-0
Bleskenweg 3	
Altenheim Senioren-Pflege- und Wohnheim	48 50
Paulistr. 1a	
Altenheim Thomä-Residenz	376-0
Lütgengrandweg 4-6	
Anonyme Alkoholiker	Barbara: 02924/2737
Petrigemeindehaus	Klaus: 82364
Petrikirchhof 10	
Arbeiterwohlfahrt	
Unterbezirk Hochsauerland-Soest	7 32 31
Asyl-Beratungsstelle	3620-160
Wildemannsgasse 5	
Aussiedlerberatung des DRK	3688-0
Högenstr. 28	
Bewohnerzentrum der AWO	
in der ehem. Englischen Siedlung	7 32 31
Maik Glormann, Britischer Weg 10	

Beratung und Hilfe

Schulpsychologischer Beratungsdienst	35 90-40	Sozialdienst Kath. Frauen e. V.	96 95 00
Osthofenstr. 35a		Osthofenstr. 35a	
Caritasverband für Kreis Soest e. V.	35 90-0	Telefonseelsorge (Gebührenfrei!) 0800-111 0 111	
Osthofenstr. 35a		THW Technisches Hilfswerk Ortsverband Soest	6 00 81
– Pädagogische Frühförderung	35 90-30	Ortsbeauftragter Andy Ladouceur, Senator-Schwarz-Ring 23	
Osthofenstr. 35a		Sozialwerkstatt Soest	9 68 70
– Pflegestation, Wohnberatung	35 90-64	Oestinghauser Str. 38	
Erholungswesen, Filzenstr. 11		Verband der Kriegs- und Wehrdienstopfer VdK	1 36 72
– Lehrküche/Berufsförderung	35 90-60	Wiesenstr. 6	
Osthofenstr. 35a		Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte	
CeBeeF Club Behinderter		Kreis Soest e. V.	7 98 74
und ihrer Freunde Kreis Soest e. V.	5 52 23	Schürhoffweg 4	
R. Anemüller, Kaiserstr. 26, 59505 Bad Sassendorf		Weißer Ring e. V., Hilfe für Kriminalitätsoffer	
Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Soest	36 88-0	Außenstelle Soest	02922/8 59 72
Höggenstr. 28		Plaschkestr. 41, 59457 Werl	
Diakonisches Werk Soest e. V.	3 62 00	Westf. Blindenverein	7 54 71
Wildemannsgasse 5		Müllingser Weg 80a	
Evgl. Kindergartenverein Soest e. V.	9 81 78 49	Wohnhaus	67 22 10
Tabrock 12		Briloner Str. 44	
Evangelisches Perthes-Werk e. V.			
– Altenhilfeeinrichtungen Perthes-Zentrum	96 88-0		
Bleskenweg 3			
– Börde-Werkstätten für Behinderte	96 89-0		
Bleskenweg 7			
– Behindertenwohnheim			
Heinrich-Oberwinter-Haus	9692-0		
Bleskenweg 9			
Frauenhaus Kreis Soest e. V.	1 75 85		
Hilfe für Skoliose-Kranke	8 21 36		
Kontaktstelle Soest, Theo und Gerti Schröer			
Landesverband der Westfälischen			
Frauenhilfe in Westfalen e. V.	37 10		
Feldmühlenweg 19			
Malteser Hilfsdienst e. V.	8 03 61		
Schwarzer Weg 13			
Seniorenbeirat	1 32 84		
Werner Mushold, Westenhellweg 4b			

Beratungsstellen

	Telefon
für Behinderte	36 20-240
Propst-Nübel-Str. 5	
für Ehe, Familien- und Lebensfragen (ev.)	36 20-140
für Ehe, Familien- und Lebensfragen (kath.)	1 50 20
Osthofenstr. 35	
für Eltern, Jugendliche und Kinder (kath.)	35 90-50
Osthofenstr. 35a	
für Gehörlose	36 20-240
Propst-Nübel Str. 5	
für Personen mit besonderen	20 28
sozialen Schwierigkeiten	
Postgasse 2	
für Schuldner	35 90-0
Osthofenstr. 35a	

Beratung und Hilfe

für Suchtgefährdete und Abhängige	36 20-300
Nöttentor 2	
Sozialberatungsstelle	2028
Postgasse 2	
Übernachtungsstelle	1 64 76
Brüder-Walburger-Wallstr. 4	
Wohnstätte für Behinderte, Walpurgis-Haus	9 69 90
Oestinghauser Str. 18	

Rentenberatung

Fragen zur Rente sind nicht immer leicht zu beantworten. Deshalb ist kompetente Beratung auf diesem Gebiet besonders wichtig. Vor allem Versicherte „rentennaher Jahrgänge“ haben viele Fragen wie z. B.:

- Wann habe ich Anspruch auf Altersrente?
- Kann ich vorzeitig in Rente gehen? Welche Konsequenzen kann das haben?
- Darf ich zur Rente noch hinzuverdienen?
- Was bedeutet eine Teilrente?
- Was ist Altersteilzeit?

Für Auskünfte steht Ihnen folgende Stelle zur Verfügung:

Stadt Soest- Seniorenbüro

Am Vreithof 8, 59494 Soest

Tel. 02921/103 22 01, Fax: 02921/1 03 22 99

Deutsche Rentenversicherung

Service-Nummer **0800-100004800**

Montag-Donnerstag 07.30–19.30 Uhr

Freitag 07.30–15.30 Uhr

Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe

Für alle rechtlichen Fragen und Probleme stehen Ihnen die Rechtspfleger beim Amtsgericht zur Verfügung. Dort können

Anträge gestellt und rechtsrelevante Äußerungen zu Protokoll gegeben werden. Personen, die nur über ein geringes Einkommen verfügen, können bei Bedarf Prozesskostenhilfe in Anspruch nehmen.

Auskünfte erteilt das **Amtsgericht Soest**

Nöttenstraße 28, 59494 Soest

Tel. 02921/39 80, Fax 02921/39 81 98

Verzeichnis der Schiedsfrauen /-männer im Bezirk des Amtsgerichts Soest:

Bezirk	Schiedsperson	Telefon
I – nördliche Stadtmitte	Schultz, Jürgen	1 52 02
	Soest, Auf der Klocksborg 1	
	Niermann, Heinz	2 4 05
	Soest, Heinsbergplatz 7	
II – östliche Stadtmitte Müllingsen, Bergede, Lendringsen	Hans Werner Dulleck	7 12 00
	Lendringsen, Huerweg 8	
	Widmayer, Petra	6 28 51
	Soest, Hermann-Kätelhöhn-Weg 6	
III – westliche Stadtmitte	Steller, Manfred	1 22 77
	Soest, Kletterpotsgasse 9	
	Marks, Heribert	34 58 99
	Soest, Ostöner Weg 17	
IV – Ortsteile Ampen, Deiringsen, Enkesen, Epsingsen, Hiddingsen, Meiningsen, Ostönnen, Paradiese, Röllingsen, Ruploh	Romberg, Gertraud	6 07 91
	Deiringsen, Am Kreuzpfad 34	
	Grotjohann, Arnd	3 54 46 32
	Deiringsen, Dreckhoffsfeld 50a	

V – Ortsteile	Trillmann, Ernst Fritz	8 21 88
Hattrop, Hattropholsen, Katrop, Meckingsen, Thöningsen	Lühringsen, Lühringser Weg 11 Keinemann, Heinrich Meckingsen, Am Schloßberg 40	8 13 19

Beratung zur Grundsicherung (Sozialhilfe)

Personen, die nicht in der Lage sind, ihren Lebensunterhalt aus eigenem Einkommen oder Vermögen zu bestreiten, haben Anspruch auf Sozialhilfe. Auf Leistungen aus der Sozialhilfe besteht bei Berechtigung ein Rechtsanspruch. Mit Hartz IV wurde zum 01.01.2005 die bisherige Regelung zur Sicherung des Lebensunterhaltes im Alter und bei dauerhafter Erwerbsminderung ersetzt. Zur Sicherung des Lebensunterhaltes im Alter haben Personen ab dem vollendeten 65. Lebensjahr Anspruch auf Leistungen der Grundsicherung. Es handelt sich um Geldleistungen, die der bisherigen Sozialhilfe ähnlich sind und auf Antrag gewährt werden. Die Höhe der Leistungen richtet sich im Einzelfall nach den besonderen Verhältnissen.

Auskünfte zur Berechtigung erteilt die

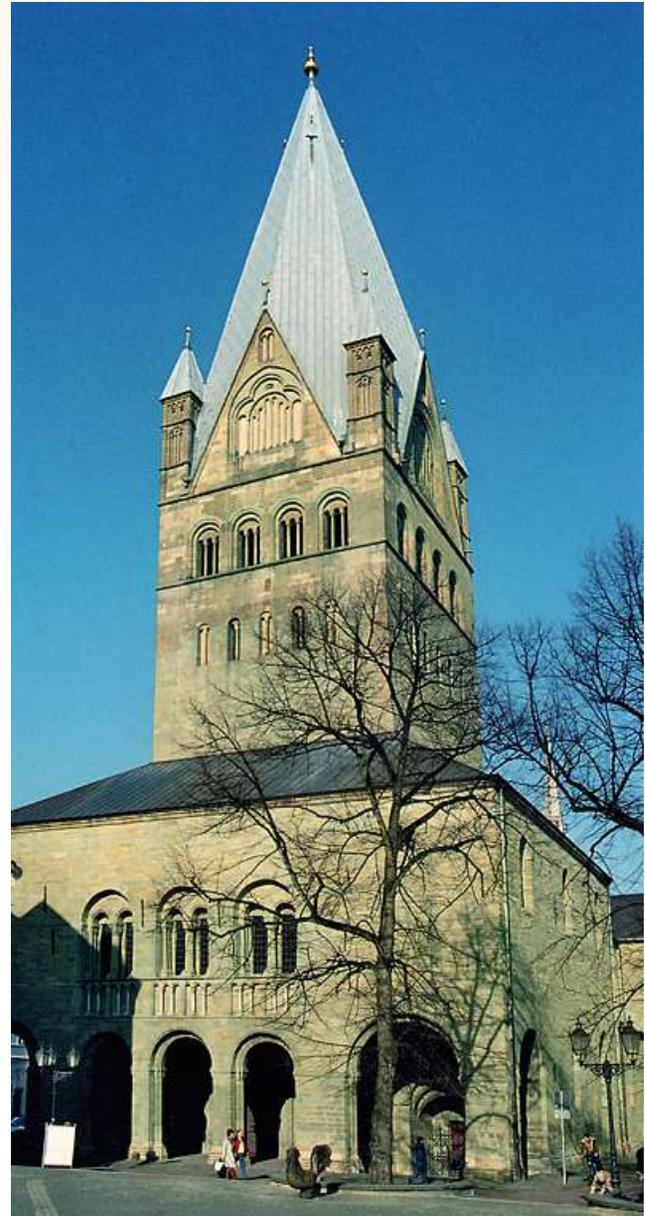
Stadt Soest-AG Soziales

Am Vreithof 8, 59494 Soest

Tel. 02921/1 03 22 10, Fax: 02921/1 03 22 99

Wichtige Rufnummern

Notruf/Polizei	110
Feuerwehr/Rettungsdienst/Notarzt	112
Polizeistation Soest	91 00-0
Krankentransporte	02941/19222
Marienkrankenhaus	391-0
Klinikum Stadt Soest	90-0
Ärztlicher Notdienst	76649 oder 76449
Störungen – Strom, Gas, Wasser	392-300



Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Die gestiegene Lebenserwartung ermöglicht es immer mehr Menschen, nach dem aktiven Berufsleben noch Dinge zu tun, die Spaß machen und ein erfülltes Leben ermöglichen.

Mit höherem Alter sind viele Menschen aber auch auf Hilfe und Pflege angewiesen.

Die Leistungen der Pflegekassen sind vielfältig und umfangreich. Bei der Beurteilung der jeweiligen Pflegebedürftigkeit ist eine Einzelfallprüfung unumgänglich. Deshalb ist es nicht möglich, alle Fälle aufzuführen.

Bitte wenden Sie sich deshalb immer im Einzelfall an Ihre Pflegekasse.

Wer ist pflegebedürftig?

Pflegebedürftig sind Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Erkrankung oder Behinderung für die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen im Alltag für längere Zeit oder auf Dauer in erheblichem Maße Unterstützung benötigen.

Hilfebedarf kann in vier Bereichen bestehen:

- Bei der Körperpflege (z. B. Waschen, Duschen, Kämmen)
- Bei der Ernährung (beispielsweise mundgerechte Zubereitung der Nahrung, Hilfe bei der Nahrungsaufnahme)
- Bei der Mobilität (beispielsweise Aufstehen, An- und Auskleiden, Gehen, Stehen, Treppensteigen)
- Bei der hauswirtschaftlichen Versorgung (beispielsweise Einkaufen, Kochen, Putzen, Waschen, Heizen)

Die Leistungen der Pflegeversicherung bemessen sich nach dem Schweregrad der Pflegebedürftigkeit und dem dadurch bedingten Umfang des Hilfebedarfs. Der Gesetzgeber hat drei Stufen der Pflegebedürftigkeit, insbesondere nach Zeitaufwand, definiert.

Daraus ergibt sich folgendes Bild:

Pflegestufe I (erhebliche Pflegebedürftigkeit)

Pflegerischer Aufwand: Hilfeleistung 1 x täglich bei wenigstens 2 Verrichtungen in den Bereichen Körperpflege, Ernährung oder Mobilität und zusätzlich mehrfach wöchentlich bei der hauswirtschaftlichen Versorgung.

Zeitlicher Aufwand: Zeitaufwand im wöchentlichen Tagesdurchschnitt mindestens 90 Minuten, davon auf die Grundpflege mehr als 45 Minuten.

Pflegestufe II (Schwerpflegebedürftigkeit)

Pflegerischer Aufwand: Hilfeleistung 3 x täglich zu verschiedenen Tageszeiten und zusätzlich mehrfach wöchentlich bei der hauswirtschaftlichen Versorgung.

Zeitlicher Aufwand: Zeitaufwand im wöchentlichen Tagesdurchschnitt mindestens 3 Stunden. Hierbei müssen auf die Grundpflege mindestens 2 Stunden entfallen.

Pflegestufe III (Schwerstpflegebedürftigkeit)

Pflegerischer Aufwand: Hilfeleistung rund um die Uhr, auch nachts, und zusätzlich mehrfach wöchentlich bei der hauswirtschaftlichen Versorgung.

Zeitlicher Aufwand: Zeitaufwand im wöchentlichen Tagesdurchschnitt mindestens 5 Stunden. Hierbei müssen auf die Grundpflege mindestens 4 Stunden entfallen.

Pflegekassen

Die Pflegekassen sind bei den Krankenkassen angesiedelt und arbeiten eng mit ihnen zusammen. Die Pflegeversicherung erbringt folgende Leistungen:

Pflegegeld

Pflegegeld wird gezahlt, wenn Pflegebedürftige in einer häuslichen Umgebung z. B. von Angehörigen in geeigneter Weise gepflegt werden.

Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Pflegesachleistungen

Die Pflegesachleistung wird durch ausgebildete Pflegekräfte erbracht, die bei ambulanten Pflegeeinrichtungen (Sozialstationen, private häusliche Krankenpflege usw.) angestellt sind. Die Pflegeeinrichtung muss mit der jeweiligen Pflegekasse einen Versorgungsvertrag abgeschlossen haben.

Kombinationsleistungen

Eine Kombination von Pflegegeld und Pflegesachleistungen ist möglich. Pflegebedürftige haben die Möglichkeit, Geld- und Sachleistungen zu kombinieren. Bei einer solchen Kombination wird der nicht genutzte Prozentsatz der Pflegesachleistungen anteilmäßig als Pflegegeld ausbezahlt.

Pflegehilfsmittel

Kosten für Pflegehilfsmittel werden von der Pflegekasse übernommen, wenn sie zur Erleichterung der Pflege, zur Linderung der Beschwerden oder einer selbständigen Lebensführung des Pflegebedürftigen dienen.

Pflegekurse

Um soziales Engagement im Bereich der Pflege zu fördern und Pflege und Betreuung zu erleichtern, bietet die Pflegekasse kostenfreie Kurse an.

Zuschüsse zur Wohnumfeldverbesserung

Pflegebedürftige können finanzielle Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes erhalten.

Verhinderungspflege

Wenn eine private Pflegeperson wegen Urlaub, Krankheit oder aus anderen Gründen verhindert ist, finanziert die Pflegeversicherung für maximal vier Wochen im Jahr eine Ersatzpflegekraft. Voraussetzung ist, dass der Pflegebedürftige vorher mindestens zwölf Monate von der Pflegekraft versorgt worden ist.

Tages- und Nachtpflege

Wenn die Pflege zu Hause nicht in ausreichender Form möglich ist, besteht ein Anspruch auf teilstationäre Pflege. Dies kann auch bei kurzfristig erhöhtem Pflegebedarf möglich sein. Die Leistungshöhe ist nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit gestaffelt.

Thomä-Residenz

Tel. 02921/3 76-0

Tagespflege „NOAH“

Fax 02921/37 64 46

Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest

Kurzzeitpflege

Falls vorübergehend weder die häusliche noch eine teilstationäre Pflege realisierbar ist, besteht die Möglichkeit der vorübergehenden Unterbringung in einer vollstationären Pflegeeinrichtung (Pflegeheim). Die Kosten dafür übernimmt die Pflegekasse für maximal vier Wochen, unter Berücksichtigung der jeweils festgelegten Pflegestufe.

Adolf-Clarenbach-Haus

Tel. 02921/35 60

Heinsbergplatz 12, 59494 Soest

Fax 02921/35 62 22

Alten- und Pflegeheim

Lina Oberbäumer-Haus

Tel. 02921/37 12 50

Ev. Frauenhilfe Westfalen e. V.

Fax 02921/40 26

Feldmühlenweg 17, 59494 Soest

Seniorenheim Paulistraße

Tel. 02921/48 50

Paulistraße 1a-1c, 59494 Soest

Fax 02921/1 77 56

Perthes-Zentrum

Tel. 02921/9 68 80

Bleskenweg 3, 59494 Soest

Fax 02921/96 88 70

Thomä-Residenz

Tel. 02921/37 60

Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest Fax 02921/37 64 46



Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Vollstationäre Pflege

Reichen häusliche, teilstationäre oder Kurzzeitpflege nicht mehr aus, kann die pflegebedürftige Person in einem Pflegeheim untergebracht werden. Um einen Heimplatz müssen sich die Angehörigen allerdings selbst bemühen. Der Antrag zur Heimaufnahme muss direkt bei dem betreffenden Alten- und Pflegeheim erfolgen.

	Telefon
Adolf-Clarenbach-Haus	02921/35 60
Heinsbergplatz 12, 59494 Soest	Fax 02921/35 62 22

Alten- und Pflegeheim	
Lina Oberbäumer-Haus	02921/37 12 50
Ev. Frauenhilfe Westfalen e.V.	Fax 02921/40 26
Feldmühlenweg 17, 59494 Soest	

Seniorenheim Paulistraße	02921/48 50
Paulistraße 1a-1c, 59494 Soest	Fax 02921/1 77 56

Perthes-Zentrum	02921/9 68 80
Bleskenweg 3, 59494 Soest	Fax 02921/96 88 70

Thomä-Residenz	02921/37 60
Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest	Fax 02921/37 64 46

Alten- und Pflegeheim	02921/59 03 00
St. Antonius	Fax 02921/5 90 30 45
Thomästraße 8a, 59494 Soest	

Ambulante Pflege:	
Diakoniestation Service	02921/3 60 20-4 10
und Pflege gGmbH	Fax 02921/3 62 04 09
Westenhellweg 30, 59494 Soest	

Duo med. Häusliche Pflege	0291/22 77
und Betreuung	Fax 02921/3 10 47
Högggenstraße 1, 59494 Soest	

Häusliche Krankenpflege	02921/3 33 00
Michael Coester	Fax 02921/3 33 01
Westenhellweg 62, 59494 Soest	

Soester Pflegedienst	02921/32 03 20
Bernhard Schäfer	Fax 02921/3 20 32 32
Hauptlinder Weg 38, 59494 Soest	

Petras Pflegeteam	Soest 02921/5 40 05
	Ense 02938/80 09 30
Kaiserstraße 33, 59505 Bad Sassendorf	
Westhellweg 42, 59494 Soest	

Diakoniestation Soest	02921/3 62 04 00
Service und Pflege GmbH	Fax 02921/3 62 04 09
Westenhellweg 30, 59494 Soest	

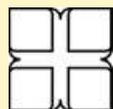
Caritas Sozialstation Soest	02921/35 90 90
– Serviceruf	
– Essen auf Rädern	
– Kranken- u. Behindertenfahrdienst	
Kleine Osthofo 35a, 59494 Soest	

Caritas Tagespflege und Kurzzeitpflege Werl	02922/80 18 25
Unnaer Straße 15, 59457 Werl	

Caritas Seniorenreisen	02921/35 90 66
Filzenstraße 11, 59494 Soest	

Caritas Wohnberatung	02921/35 90 64
Filzenstraße 11, 59494 Soest	

Klinikum Stadt Soest,	
Akademisches Lehrkrankenhaus der	
Universität Münster,	
Senator-Schwartz-Ring 8	Tel. 90-0
Marienkrankenhaus	
Widumgasse 5	Tel. 3 91-0



**HANSE-
ZENTRUM**

ALTEN- UND PFLEGEHEIM



**Für ein
umsorgtes,
zufriedenes
Leben.**

**Für Frauen,
Männer und
Paare.**

Kasernenweg 11 ♦ 59494 Soest

☎ 02921 96975-0

info@hanse-zentrum.de
www.hanse-zentrum.de



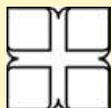
DAS SANITÄTSHAUS

Werkstatt/Büro

Schüttweg 3
59494 Soest

Tel. 02921/665 44-0
Fax 02921/665 44-1

- Rehathechnik/Orthopädietechnik
- Parkplätze direkt am Haus
- kostenlose Beratung für Hilfsmittel
auch bei Ihnen zu Hause



**Lina-
Oberbäumer-
Haus**

ALTEN- UND PFLEGEHEIM



**Unser Haus
soll Ihr
Zuhause
sein!**

**Geborgenheit.
Sicherheit.
Für Frauen.**

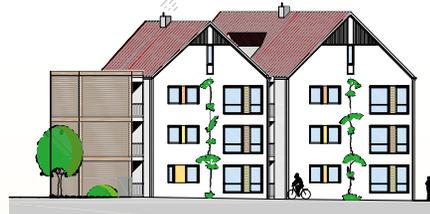
Feldmühlenweg 17 * 59494 Soest

Tel.: 02921 / 371-250

info@lina-oberbaeumer-haus.de
www.lina-oberbaeumer-haus.de

Komfort und Sicherheit im Atrium

Neue Seniorenwohnungen in Soest
ermöglichen selbstbestimmtes Leben



- Barrierefreie Wohnungen zwischen 47 qm bis 87 qm
- Zentrale Lage
- Komfort und Sicherheit durch persönlichen Ansprechpartner vor Ort
- Geselligkeit durch gemeinsame Aktivitäten und Veranstaltungen
- Umfassende ambulante Pflege Tag und Nacht
- Und viele weitere Serviceangebote ...

Pflege- und Beratungszentrum
Thomä Residenz
Lütgen Grandweg 4-6
Telefon 02921/37 60
www.thomae-residenz.de

**THOMÄ
Residenz**

Pflege- und Beratungszentrum

Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Geriatrisches Zentrum im Klinikum Stadt Soest

Das Klinikum Stadt Soest übernimmt mit seinen umfangreichen Angeboten im geriatrischen Bereich eine entscheidende Rolle für die älteren Mitbürger in unserer Stadt. Die immer älter werdende Gesellschaft braucht viel Hilfe, insbesondere von Spezialisten und gutem Fachpersonal, das den ganzheitlichen Ansatz der geriatrischen Arbeit nutzt, bei dem nicht nur Diagnosen im Vordergrund stehen, sondern ein umfangreiches Konzept zur Erhaltung der Selbständigkeit, der Mobilität und damit der Lebensfreude.



Das medizinische, therapeutische und beratende Angebot des Klinikum Stadt Soest rundet die ganzheitliche Behandlung zu einem geschlossenen Konzept ab. Der ältere Patient ist im akuten Krankheitsfall in der vollstationären Geriatrie durch z.B. die geriatrische Komplexbehandlung optimal versorgt. Im Anschluss daran, oder auch alternativ zur vollstationären Behandlung, kann der Haus-/Facharzt seine Patienten in die Geriatrische Tagesklinik einweisen.

Eine umfangreiche rehabilitative therapeutische Behandlung ergänzt die medizinische Versorgung und fördert die Erhaltung und Wiederherstellung der Selbständigkeit. Ein auf diese Zielsetzung ausgerichteter Beratungsservice unterstützt den Patienten durch kompetente Informationen und Unterstützung, insbesondere durch Pflegeberatung, Ernährungs-, Diabetes- und Inkontinenzberatung sowie durch Hilfestellung der psycho-sozialen Beratungsstelle. Ergänzt wird das Geriatrische Konzept durch das Angebot ambulanter Leistungen wie, Gedächtnis-Ambulanz, Ergotherapie, Logopädie und zukünftig auch im Bereich Physiotherapie. Genauere Informationen erhalten Sie unter den im Anhang aufgeführten Telefonnummern der einzelnen Abteilungen:

	Telefon
Geriatrische Abteilung	02921/90-14 70
Geriatrische Tagesklinik	02921/90-17 01
	Fax 02921/90-17 10
Gedächtnisambulanz	02921/90-14 70
Pflegeberatung	02921/90-15 69
Psychosoziale/Gerontologische Beratung	02921/90-12 05
	Fax 02921/90-11 11
Ernährungsberatung	02921/90-12 57
Ambulante Therapie (Logopädie/Sprachtherapie, Ergotherapie, Physiotherapie)	02921/90-0
Gynäkologische Abteilung	02921/90-13 87
Apotheke	02921/90-12 24

Tagsüber bei uns in guten Händen - abends wieder zuhause!



KlinikumStadtSoest

Das GenerationenKrankenhaus

Unsere Geriatriische Tagesklinik

Wir bieten Ihnen eine Verbindung aus den stationären Möglichkeiten eines Klinikums mit den Vorteilen einer ambulanten Therapiemaßnahme.

Für wen ist die Geriatriische Tagesklinik geeignet?

Patienten, die durch chronische oder akute Erkrankungen in Ihrer Eigenständigkeit gefährdet sind, aber noch nicht einer stationären Behandlung bedürfen oder dieser vorbeugen wollen.

Dazu gehören z.B:

- durchgemachter Schlaganfall oder eine Schädel-Hirn-Verletzung
- Parkinsonsche Erkrankung
- Durchblutungsstörungen
- nachlassende geistige Beweglichkeit
- Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems
- Multimorbidität oder erschwerte Rehabilitation nach operativen Eingriffen
- Erkrankungen des Bewegungsapparates



© Yuri Arcurs - Fotolia.com

Gerne informieren wir Sie über unser vielfältiges medizinisches und therapeutisches Angebot!

Tel. 02921 90-2728

Senator-Schwartz-Ring 8

59494 Soest

www.klinikumstadtsoest.de

Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Leistungen des Marienkrankenhauses

Schwimmbad

Folgende Gruppen bieten regelmäßige Kurse im Schwimmbad an: Wasserfreunde Soest (Seniorengymnastik), Soester Turnverein (Osteoporose), Selbsthilfegruppe Rheuma-Liga, Selbsthilfegruppe Lungensport, Selbsthilfegruppe Morbus Bechterew, Selbsthilfegruppe Gewichtsreduktion und der Kneipp-Verein.

Gymnastikraum

Im Gymnastikraum bieten folgende Gruppen entsprechende Angebote an: Selbsthilfegruppe Osteoporose, Soester Turnverein (Osteoporose), Selbsthilfegruppe Rheuma-Liga, Selbsthilfegruppe Lungensport und die Selbsthilfegruppe Adipositas. Nähere Informationen, bezüglich Schwimmbad und Gymnastikraum erhalten Sie unter **Tel. 02921/391-22 01**.

Essen auf Rädern

Das Café Mariengarten bietet auch „Essen auf Rädern“ für Privatpersonen an. Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an die Diakonie Soest **Tel. 02921/3 62 04 20**.

Hospiz

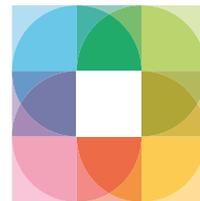
Die „Hospizbewegung im Kreis Soest e.V.“ erreichen Sie im Marienkrankenhaus unter **Tel. 02921/391-17 78**.

Ansprechpartnerin ist Frau Neugebauer (**Rufbereitschaft 0172/2 33 04 48**).

Pflegeheim

Das Marienkrankenhaus ist Träger des St. Elisabeth Wohn- und Pflegeheimes in Möhnesee-Körbecke. Fragen diesbezüglich beantwortet Ihnen gerne die Pflegeleitung unter **Tel. 02924/87 11-22**.





MARIEN KRANKENHAUS SOEST

Widumgasse 5

59494 Soest

Tel. 02921 / 391-0

info@mkh-soest.de

www.mkh-soest.de

Hochwertige Medizin und Pflege im Herzen der Stadt und ein modernes Ambiente für die Patienten - das bietet das Marienkrankenhaus Soest. Das alles wird getragen von über 500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Tag und Nacht mit ihrer Qualifikation und ihrem Engagement für die wichtigsten Menschen zur Verfügung stehen, die der Hilfe des Krankenhauses benötigen: die Patientinnen und Patienten. Das Soester Marienkrankenhaus ist Teil des Katholischen Hospitalverbundes Hellweg. In diesem starken Zusammenschluss werden medizinische Innovationen schnell und unbürokratisch um- und eingesetzt.

**WIR ERMÖGLICHEN
MEDIZIN UND PFLEGE
AUF HÖCHSTEM NIVEAU!**

ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN / KARDIOLOGIE

Chefarzt Prof. Dr. Markus Fleisch

Tel. 02921 / 391-1101

m.fleisch@mkh-soest.de

GASTROENTEROLOGIE / HEPATOLOGIE

Chefarzt Prof. Dr. Norbert Lügering

Tel. 02921 / 391-1110

n.luegering@mkh-soest.de

THORAXCHIRURGIE

Chefarzt Dr. Dietrich Stockhausen

Tel. 02921 / 391-1045

d.stockhausen@mkh-soest.de

DIABETOLOGIE

Chefarzt Dr. Stephan Morbach

Tel. 02921 / 391-1101

s.morbach@mkh-soest.de

ORTHOPÄDIE / UNFALLCHIRURGIE

Chefarzt Dr. Thomas Schockenhoff

Tel. 02921 / 391-1001

t.schockenhoff@mkh-soest.de

ALLGEMEIN- UND VISZERALCHIRURGIE

Chefarzt Huschang Amir-Kabirian

Tel. 02921 / 391-1110

h.amir-kabirian@mkh-soest.de

GEFÄSS- UND ENDOVASKULÄRE CHIRURGIE / PHLEBOLOGIE

Chefärztin Dr. Ulrike Klemp

Tel. 02921 / 391-1032

u.klemp@mkh-soest.de

ANÄSTHESIOLOGIE / INTENSIVMEDIZIN / SCHMERZTHERAPIE

Chefarzt Dr. Dr. Peter Lierz

Tel. 02921 / 391-1201

p.lierz@mkh-soest.de

PNEUMOLOGIE / ALLERGOLOGIE / SCHLAFMEDIZIN / ONKOLOGIE

Chefarzt Dr. Matthias Elbers

Tel. 02921 / 391-1101

m.elbers@mkh-soest.de

Wohnen im Alter

Telefon

Caritas Beratung und Begleitung zur 02921/3 60 60

Anerkennung nach der Pflegeversicherung oder 3 59 00

Kleine Osthofe 11a, 59494 Soest

Caritas Gesprächskreis für 02921/35 90 15

Angehörige von Alzheimererkrankten

Kleine Osthofe 35a, 59494 Soest

Caritas Sozialfonds 02921/35 90 15

Kleine Osthofe 35a, 59494 Soest

Häuslicher Pflege- und 02921/37 65 00

Betreuungsdienst Fax 02921/37 64 45

Thomä-Residenz GmbH

Grandweg 25a, 59494 Soest

SODA Soester 02921/66 39 2-11

Dienstleistungs-Agentur Mobil 0160/99 360 300

Doyenweg 23, 59494 Soest

E-Mail: soda@sen-ev.de, Internet: www.sen-ev.de

Auskünfte erteilen die Pflegekassen der Krankenkassen.

Mit Fragen zu den einzelnen Einrichtungen wenden Sie sich bitte an das Stadt Soest – Seniorenbüro, Am Vreithof 8, 59494 Soest, Tel. 02921/1 03 22 01, Fax 02921/1 03 22 99.

Nach dem Ende der Berufstätigkeit bekommen die Wohnung und das Wohnumfeld oftmals eine größere Bedeutung. Der Kontakt zu den Nachbarn und die vertraute Umgebung werden wichtiger, auf Bekanntes und Bewährtes möchte man ungern verzichten. Deshalb wollen die meisten Menschen gerne so lange wie möglich in ihrer vertrauten Wohnung oder in ihrem Haus bleiben. Mehr als 90 Prozent der über 60jährigen lebt in der eigenen Wohnung, in einem Ein- bzw. Zwei-Personen-Privat Haushalt. Die Zahl belegt, dass diese Wohnform einen sehr hohen Wert für Senioren darstellt. Es kann angenommen werden, dass alte Menschen keine grundsätzlich anderen Wohnbedürfnisse

haben als jüngere Menschen. Auch Ältere wollen, eingebunden in nachbarschaftliche Kontakte, selbständig sein und möglichst lange bleiben. Mit Rücksicht auf ihre eingeschränkte Mobilität sind sie aber mehr, als jüngere Menschen, auf ein möglichst barrierefreies Umfeld und nahe gelegene Versorgungs- und Kommunikationsangebote angewiesen.

Wohnraumberatung

Für den Fall, dass die Wohnung den Anforderungen im Alter nicht mehr gerecht wird, ist nicht immer ein Umzug notwendig. Häufig ist es möglich, mit einfachen Mitteln und geringem Aufwand die Wohnung altersgerecht auszustatten.

Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, die das Leben schwer machen. Zum Beispiel fehlende Haltegriffe im Bad, zu wenig Platz im Schlafzimmer oder schwer erreichbare Hängeschränke in der Küche. Wohnberatung soll älteren Menschen helfen, solange wie möglich selbständig in ihren eigenen Wänden zu leben. Unter Umständen kann sogar ein Umzug in ein Alten- oder Pflegeheim überflüssig oder der Bedarf an ambulanter Betreuung oder Pflege reduziert werden.

In den Wohnberatungsstellen finden ältere Menschen und ihre Angehörigen ein, auf ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnittenes Angebot. So können dort Fragen der Wohnungsanpassung und Wohnungsvermittlung geklärt werden. Durch einen Wohnungswechsel, z. B. in Altenwohnungen, wird oftmals ein Leben in Selbständigkeit in den eigenen vier Wänden ermöglicht.

Die Wohnberatungsstellen

- machen auf Wunsch Hausbesuche mit Wohnungsbesichtigung
- helfen bei der Vermittlung einer alten- und/oder behindertengerechten Wohnung (Tauschwohnung, Regelung des Umzugs und alle damit verbundenen Formalitäten)
- informieren, beraten und helfen, die Wohnung sicherer und zweckmäßiger zu gestalten
- bieten organisatorische und praktische Hilfen an

- begleiten die älteren Menschen, um die physischen Belastungen, möglicher Veränderungen, so gering wie möglich zu halten
- geben Informationen zu möglichen Finanzierungen.

Neben den Wohnberatungsstellen geben auch die trägerunabhängigen Beratungsstellen, die Pflegekassen und Wohlfahrtsverbände Informationen und Beratungen zu Fragen der Wohnberatung und ihrer Finanzierung.

Wohnen im Alter

Caritas-Wohnberatungsstelle für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung – Soest

Filzenstraße 11, 59494 Soest, Tel. 02921/35 90 64
www.caritas-soest.de

Caritas-Wohnberatungsstelle für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung – Lippstadt

Klosterstraße 37, 59555 Lippstadt, Tel. 02941/2 84 88 80
www.caritas-soest.de



**Börde
Pflege team**
Hausliche Kranken-, Altenpflege
und Service

**Wir sind rund
um die Uhr
für Sie da.**

- Beratung
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Familienpflege
- Betreuung
- Verhinderungspflege
- Hausnotruf
- Vermittlung von:
 - Fußpflege
 - Haarpflege
 - Essen auf Rädern

Schlossstr. 18 • 59510 Lippetal | Hellweg Forum 1 • 59469 Ense-Bremen
Tel.: 0 29 23 - 9 72 99 97 | Tel.: 0 29 38 - 9 77 66 40

www.boerde-pflege-team.de • info@boerde-pflege-team.de

ZUFRIEDENE KUNDEN SIND KEIN ZUFALL -
ZU UNS LOHNT SICH JEDER WEG!

Über
25 Jahre
Meisterin



34 Jahre
Berufserfahrung ...SPRECHEN
FÜR SICH

Glückliche
Ohren mit

michaela
GRÜNEBERG
HÖR A K U S T I K

- Kostenloser Hörtest u. Beratung
- Modernste Hörtechniken
- Individueller Lärmschutz
- Säuglings- u. Kinder- versorgung
- Tinnitusversorgungen
- TV / Lichtsignalanlagen / Telefone
- Hausbesuche
- Kurierdienst

Grandweg 4 (direkt am Potsdamer Platz) • 59494 Soest • Fon (02921)15455
www.hoerakustik-grueneberg.de • info@hoerakustik-grueneberg.de
Seit über 15 Jahren Ihr privat Inhabergeführtes Hörakustik-Fachgeschäft
in Soest mit 25 Jahren Meistererfahrung. Barrierefrei.

Wohnen im Alter

Wohnungsanpassung

Die Mehrzahl der Senioren möchte – selbst bei notwendigem Bedarf an Hilfe und Betreuung – in der eigenen vertrauten Umgebung verbleiben. Oftmals gefährdet auch nicht das Alter, sondern eine nicht altersgerechte Wohnung die selbständige Lebensführung. Daher sollte man seine Wohnung frühzeitig entsprechend verändern. An erster Stelle auf dem Wege der Wohnungsanpassung steht zunächst die Aufstellung einer Mängel-Liste, mit gleichzeitiger Nennung von Unfallquellen. Lösungsmöglichkeiten zur Beseitigung von Mängel können z. B. sein:

- Veränderungen von Alltagsgewohnheiten
- Umstellen der Wohnungseinrichtung
- Hilfsmittel (unter Umständen mit Unterstützung durch Sanitätsfachgeschäfte, wie z. B. Gehhilfen, Haltegriffe etc.)

- Instandsetzung und Umbau (Vorschläge für Umbau/Anpassungsmaßnahmen)
 - Hilfen durch ambulante Dienste
- Veränderungen könnten z. B. bei Beleuchtung, Möbeln, Sitzgelegenheiten, Fußböden (Rutschfestigkeit und Pflegeleichtigkeit) und vielen anderen Punkten erfolgen. Auch kleine Veränderungen können dabei hilfreich sein.

Spezielle und umfassende Beratung geben die Wohnberatungsstellen ab, bei denen

- für Betroffene nach einer individuellen Lösung für ihre Wohnprobleme gesucht wird
- man Informationen finden kann und bei notwendigen Veränderungen am Wohnraum geholfen wird, geeignete Kostenträger zu finden
- für die Organisation und Durchführung von Umbauten sowie bei der Einholung aller erforderlichen Formalitäten Unterstützung angeboten wird.

Auch die trägerunabhängigen Beratungsstellen, die Pflegekassen und die Wohlfahrtsverbände beantworten Fragen zur Wohnungsanpassung und ihrer Finanzierung.

Wohnungsanpassung kann vielleicht einen Umzug ins Alten- oder Pflegeheim überflüssig machen, wenn Wohnungsmängel und Sicherheitsrisiken frühzeitig abgestellt werden.

Betreutes Wohnen

Das Betreute Wohnen wird für ältere, noch rüstige Menschen immer mehr zur interessanten Alternative.

Spezielle altersgerechte Wohnanlagen ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung. Darüber hinaus werden vom Betreiber der Anlage verschiedene Grund- und Wahlleistungen, wie die Vermittlung und Organisation von Hilfe und Pflege, von Freizeit- und Beschäftigungsangeboten, Erledigung von Besorgungen usw. angeboten.

Service



Wohnen



Qualität



BRAUKHOF

**Das Konzept für anspruchsvolles
Wohnen mit Service für Senioren**

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!

Avita
Pflege und Gesundheit

Kooperationspartner - Private Universität Witten/Herdecke - Pflege

Avita GmbH Pflege und Gesundheit
Braustraße 15
59556 Lippstadt

Telefon: 02941 28980
www.avita-pflege.de
info@avita-pflege.de





DAS ALTER SOLL DER URLAUB UNSERES LEBENS SEIN.

Wo finde ich eine Residenz mitten im Leben und gleichzeitig voller Ruhe? Im Zentrum des attraktiven Kurortes Bad Sassendorf - dem Ort mit Zeit - in unmittelbarer Nähe zum Kurpark.

FAST WIE IM URLAUB: SERVICEWOHNEN FÜR SENIOREN WIE IM HOTEL.

Wir tun alles dafür, dass sich Ihr Aufenthalt bei uns wie ein rundum gelungener Urlaub anfühlt. Das beginnt beim gepflegten Ambiente innen wie außen, setzt sich fort mit unserem Rundum-Sorglos-Service und endet noch lange nicht bei unserem Café-Restaurant mit herrlicher Parkterrasse, der Bibliothek mit Internetnutzung, Veranstaltungs- und Kreativräumen, Musikzimmer, Schwimmbad und Sauna, alles steht Ihnen offen.

IHR ZIMMER ZEIGT GESCHMACK. NATÜRLICH IHREN EIGENEN.

Wohnen Sie in komfortablen Apartments, behaglich und ganz nach Ihrem Geschmack eingerichtet. Vor der Tür warten gute Nachbarn, mit denen man sich versteht und gemeinsam etwas unternimmt, wenn man Lust hat.

BAD SASSENDORF. EINFACH MAL URLAUB MACHEN.

Wenn Sie Urlaub machen möchten und dabei auf gute Betreuung nicht verzichten wollen, wir vermieten in unserem Hause stilvolle Apartments mit Bad, Küche und teilweise Balkon.

WO LEBENSFREUDE ZU HAUSE IST: PFLEGEINRICHTUNG RESIDENZ AM MALERWINKEL.

Liebevolle Betreuung und professionelle Pflege erwartet Sie in unserem überschaubaren Pflegewohnbereich mit 20 Plätzen. Anerkannt durch alle Pflegekassen. Kurzzeitpflege möglich.

WOHNEN. LEBEN. GENIEßEN: RESIDENZ AM MALERWINKEL.

Wasserstr. 3 | 59505 Bad Sassendorf | Tel. 02921 509-0 | Fax. 02921 509-123
info@residenz-bad-sassendorf.de | www.residenz-bad-sassendorf.de



**RESIDENZ
AM MALERWINKEL**

Wissen, was dem Menschen dient.

Wohnen im Alter

Altenpflegeheime

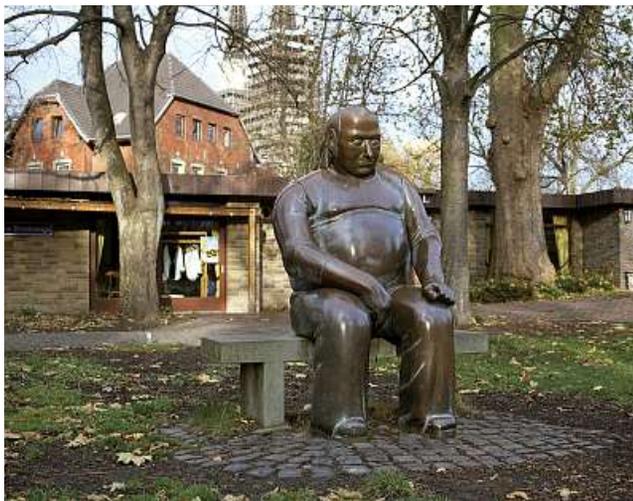
Wenn die notwendige Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist, kann man stattdessen in ein Altenpflegeheim ziehen. Dort wird eine umfassende Betreuung gewährt.

Grundsätzlich kann jeder ältere Mensch in ein Altenpflegeheim ziehen. Doch nur wer die Voraussetzungen für Pflegebedürftigkeit erfüllt, hat einen Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung.

Die Feststellung der Pflegebedürftigkeit erfolgt durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen.

Die Pflegeversicherung übernimmt die Kosten für die pflegebedingten Aufwendungen. Die Unterkunfts- und Verpflegungskosten muss der Bewohner selbst zahlen.

	Telefon
Lina Oberbäumer-Haus Feldmühlenweg 17, 59494 Soest	02921/37 12 50 Fax 02921/40 26
Seniorenheim Paulistraße GmbH Paulistraße 1, 59494 Soest	02921/48 50



Seeuferresidenz **02924/80 20**
Möhnesee-Wamel GmbH & Co.
 Bahnhofstraße 8, 59519 Möhnesee

Perthes-Zentrum **02921/9 68 80**
 Bleskenweg 1-3, 59494 Soest **Fax 02921/96 88 70**

Seniorenwohnheim
Thomä-Residenz GmbH **02921/37 60**
 Lütgen Grandweg 4-6, 59494 Soest

Wohnen im Park Gabriele Träger e.K.
 Bischofstraße 2, 59494 Soest

Adolf-Clarenbach-Haus **02921/35 60**
 Heinsbergplatz 12, 59494 Soest **Fax 02921/35 62 22**

Alten- und Pflegeheim
St. Antonius **02921/59 03 00**
 Thomästraße 8a, 59494 Soest **Fax 02921/5 90 30 45**



THOMAE Residenz

Pflege- und Beratungszentrum

Lütgen Grandweg 4-6
59494 Soest

Telefon: 02921/3760
info@thomae-residenz.de
www.thomae-residenz.de



- Wohnen mit Service
- Betreutes Wohnen
- Häuslicher Pflegedienst
- Tagespflege Noah
- Kurzzeitpflege
- Pflegeheim

Wohnen im Alter

Kontaktstelle für ehrenamtlich Tätige:

Kreis Soest – Bürgerservice 02921/30-20 01
Hoher Weg 1-3, 59494 Soest
E-Mail: Buergerservice@kreis-soest.de

Leistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege:

Häusliche Pflege: 02921/30-29 09
Ingrid Prasuhn, E-Mail: ingrid.prasuhn@kreis-soest.de



Stationäre Pflege

(in einem Pflegeheim): 02921/30-29 08
Anton Schulte, E-Mail: anton.schulte@kreis-soest.de

Haus Müller GmbH

02924/81 00
Fax 02924/8 13 33
Zum Weiher 7, 59519 Möhnesee-Günne
E-Mail: pflegeheim-mueller@t-online.de
Internet: www.pflegeheim-mueller.de

CURA Seniorenzentrum

02921/50 60
Fax 02921/58 16
Auf der Breite 20/28 und
Wasserstraße 8, 59505 Bad Sassendorf

Seniorenheim Sonneneck

02921/ 59 02 81 80
Fax 02921/59 02 81 43
Am Bahnhof 6, 59505 Bad Sassendorf
E-Mail: seniorenheim-sonneneck@t-online.de
Internet: www.seniorenheim-sonneneck.de

DRK-Seniorenzentrum

02921/ 95 00
Fax 02921/ 9 50 05
Weststraße 12-20, 59505 Bad Sassendorf

Eingliederungshilfe für Behinderte

02921/30-29 14
Detlef Hekel, E-Mail: detlef.hekel@kreis-soest.de
02921/30-29 23
Annette Märte, E-Mail: annette.maerte@kreis-soest.de

Kriegsgeschädigte

(und deren Hinterbliebene) 02921/30-29 05
Helga Ahlert, E-Mail: helga.ahlert@kreis-soest.de

Geschäftsstelle der Pflegekonferenz beim Kreis Soest

Pflegeatlas: 02921/30-21 13
Birgit Nicolaus, E-Mail: birgit.nicolaus@kreis-soest.de

**Beschwerdestelle der
Geschäftsstelle der Pflegekonferenz
des Kreises Soest:** **02902/5 25-649**
Ruth Albers, E-Mail: ruth.albers@kreis-soest.de

**Kreis Soest – Sozialplanung
Heimaufsicht** **02921/30-21 69**
Gabriele Albrand, E-Mail: gabriele.albrand@kreis-soest.de

Auskünfte erteilt auch die
Stadt Soest – Seniorenbüro
Am Vreithof 8, 59494 Soest
Tel. 02921/1 03 22 01, Fax 02921/1 03 22 99

Wohnen im Alter

Diakoniestation

Wir helfen Ihnen pflegen



- ➔ Ambulante Pflege für Jung und Alt
- ➔ Pflegeberatung
- ➔ Haushaltshilfe
- ➔ Betreuungsleistungen
- ➔ Wundmanagement
- ➔ Palliativpflege
- ➔ Essen auf Rädern
- ➔ 24 Stunden Betreuung

Diakoniestation Soest

Senator-Schwartz-Ring 8, 59494 Soest
Telefon: 02921 3620-400
diakoniestation@diakonie-ruhr-hellweg.de
www.diakoniestation.org

Seniorenose am Aldegreverwall



- gehobener Standard
- gemütliches, einladendes Ambiente
- Platz für 12 Bewohner, die 24 Stunden betreut, unterstützt, versorgt und gepflegt werden
- eigenes Zimmer mit Badezimmer, Zugang zum Balkon oder Terrasse, mit direkter Anbindung zum Garten
- Gemeinschaftsraum mit Ausblick auf den schönen Garten
- zentrale Lage mit Durchgang in die Gräfte



Edith Mihatsch

Aldegreverwall 31 • 59494 Soest
Tel. 02921/1 57 94 • Fax 1 57 95
E-Mail: e.mihatsch@t-online.de
www.betreutwohnen24.com

Vorsorge, Testament und Todesfall

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Eine Krankheit oder ein Unfall können jeden in eine Situation bringen, in der er außerstande ist, für sich selbst zu entscheiden, Wünsche zu äußern und selbstbestimmt zu handeln. Auch wenn Angehörige und andere Vertrauenspersonen um die Wünsche des jeweils anderen wissen, können sie nicht rechtsverbindlich entscheiden und tätig werden. Dafür benötigen sie eine Vertretungsvollmacht.

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

In einer Vorsorgevollmacht werden eine oder mehrere Personen benannt, die im Bedarfsfall handeln sollen. Die Vollmacht gilt nur für die Angelegenheiten, die in ihr genannt werden. Sie ermöglicht ein hohes Maß an Selbstbestimmtheit. Neben rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten kann zum Beispiel für den Fall einer Betreuungsbedürftigkeit eine Person vorgeschlagen werden, die die Betreuung übernehmen soll. Eine Vorsorgevollmacht ist eine absolute Vertrauenssache. Man sollte deshalb bedenken, dass es im Notfall vielleicht keine Möglichkeit mehr gibt, den Bevollmächtigten zu kont-

rollieren bzw. kontrollieren zu lassen. Die Vorsorgevollmacht unterliegt keiner besonderen Formvorschrift, muss aber unbedingt persönlich unterschrieben werden. Es ist ratsam, die Vollmacht notariell bestätigen zu lassen.

Weitere Informationen gibt es unter www.sen-info.de.

Patientenverfügung

Die Patientenverfügung gibt den Willen einer Person wieder, wie im Krankheitsfall von den Ärzten mit sogenannten lebensverlängernden Maßnahmen umgegangen werden soll. Weil der Verzicht auf lebensverlängernde Maßnahmen eine schwerwiegende Entscheidung ist und diese Verfügungen umstritten sind, sollte man sich die Formulierungen genau überlegen und möglichst mit seinen Ärzten abstimmen.

Die Patientenverfügung ist an keine besondere Form gebunden. Vertrauenspersonen sollten darüber informiert sein.

Testament

Notariell aufgesetztes Testament

Das öffentliche, vor einem Notar mündlich erklärte, gebührenpflichtige Testament bietet den Vorteil, dass der Notar sachkundig berät und über die Konsequenzen der geplanten Verfügungen aufklärt. Das Testament wird beim Amtsgericht hinterlegt. Zweifel darüber, ob überhaupt ein Testament vorliegt, ob es echt ist oder wie es zu verstehen ist, können in der Regel nicht aufkommen.

Eigenhändiges Testament

Ohne Kosten kann man auch selbst ein Testament aufsetzen. Hierfür muss der gesamte Text eigenhändig niedergeschrieben werden. Das Schriftstück muss mit Ort und Datum versehen sein sowie mit Vor- und Zunamen unterschrieben werden. Das Testament kann zu Hause verwahrt oder sicherheitshalber bei einem Notar hinterlegt werden.



Vorsorge, Testament und Todesfall

Gemeinsames Testament von Ehegatten

Das Gesetz ermöglicht es Ehegatten, ein gemeinschaftliches Testament, das für den Tod eines jeden Ehegatten gilt, entweder in eigenhändiger oder notarieller Form zu verfassen. Es reicht aus, wenn ein Ehegatte das Schriftstück handschriftlich niederschreibt und beide Ehegatten mit Vor- und Zunamen unterschreiben.

Hospizgruppen

Sterbebegleitung wird meist von kirchlichen oder sozialen Verbänden angeboten. Auch sterbensranke Menschen sollen in ihrer letzten Lebensphase daheim sein können. Die ehrenamtlichen Frauen und Männer einer Hospizgruppe begleiten, auf Wunsch, Kranke, Sterbende und deren Angehörige. Sie helfen Angehörigen bei der Betreuung Schwerkranker und begleiten Kranke und Sterbende entsprechend deren Bedürfnissen.

Auch gibt es nach einem Todesfall die Möglichkeit, an einem Trauer-Gesprächskreis teilzunehmen, in dem versucht wird, die Trauer zu begreifen und zu bewältigen. Die Arbeit der Hospizgruppen ist als Ergänzung zu anderen sozialen Diensten zu sehen. Die Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Nähere Informationen gibt es bei der

Hospizbewegung im Kreis Soest e. V.

Widumgasse 5, 59494 Soest

Tel. 02921/3 91 33 20, Fax 02921/3 91 22 40

Todesfall

Bei einem Todesfall macht es die persönliche Trauer oft schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu fassen. Die nachfolgenden Hinweise können dabei helfen:

1. Arzt benachrichtigen, der den Totenschein ausstellt.
2. Nächste Angehörige unterrichten.



3. Meldung des Todesfalls spätestens am folgenden Werktag beim Standesamt.
4. Grabstelle besorgen und beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis, die das Standesamt ausstellt, die Beerdigung anmelden.
5. Bestattungsinstitut einschalten.
6. Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse
7. Abgabe des Testaments beim Nachlassgericht.
8. Todesanzeige aufgeben.
9. Kündigung laufender Verträge, Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden, Organisationen, denen der/die Verstorbene angehört hat.



Senioren- und Pflegeheime in Bad Waldliesborn



DEMENTZ KOMA

VergißBismarck
LEBEN IN MEINER WELT
Wohngruppen & Sinnesgarten

Ausgezeichnet für hohe Lebensqualität

HAUS GISELA
Heimleiter M. Draheim
Grüner Weg 31
59556 Lp-Bad Waldliesborn
Tel.: 0 29 41 / 94 48 0
information@haus-gisela.org
www.haus-gisela.org

Metropol
Senioren- und Pflegeheim

Alle Einzelzimmer mit Balkon
Kurzzeitpflege · Vollstationäre Pflege
Wachkoma · Demenzbetreuung

Metropol Kneippweg 1
Heimleiter Martin Winkler
59556 Bad Waldliesborn
☎ 0 29 41 / 94 33 0
www.Pflegeheim-Metropol.de



RESIDENZ
Senioren- und Pflegeheim

Vollstationäre Pflege
Kurzzeitpflege

„Gemeinschaft leben“

Residenz • Eichenweg 1
59556 Bad Waldliesborn
Leitung D. Grawe
Tel.: 0 29 41 / 94 26 0
www.residenz-seniorenheim.de

Walkenhaus
Gute Pflege und ein Lächeln

QUALITÄT
sehr gut
(Note 1,1)
gemäß MDK Prüfung

Die exklusive Einrichtung für gehobene Ansprüche

Walkenhaus Seniorenheim
Leitung Dr. Martin Krane
Walkenhausweg 1
59556 Lp-Bad Waldliesborn
Tel. (0 2941) 15 00 20
www.walkenhaus.org