

A close-up photograph of an elderly couple with white hair, smiling warmly at each other. The woman is on the left, and the man is on the right. They are both looking towards the center of the frame.

Älter werden in Siegen

Ein Handbuch mit vielen Tipps,
Adressen und Ansprechpartnern.





Mitten im Leben!



Vom bewegten Arbeitsleben in den aktiven Ruhestand: ein neues Freizeitgefühl erleben, Versäumtes nachholen, das Leben genießen. Wir helfen Ihnen dabei – ganz gleich, ob's um Ihre Bankgeschäfte, Ihre Absicherung, Ihre Gesundheit oder die Gestaltung Ihres Wohnumfeldes geht. Mit uns mitten im Leben. Sparkasse Siegen: Hierzulande echt starke Partner.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Bürgermeister Steffen Mues	5
Zentrale Anlaufstellen	6
Ehrenamt	7

Beratung und Information

Altersjubiläum	8
Integration/Migration	9
Integrationsrat	9
Behindertenberatung	10
Behindertenbeirat	10
Beratungshilfe / Prozesskostenhilfe	10
Bürgerbüro	11
Ehejubiläum	12
Frauenberatung / Gleichstellungsstellen	12
Kriminalität, Gewalt und Verkehr	13
Leben im Alter, Regiestelle der Stadt Siegen	14
Öffentliche Verkehrsmittel	15
Rentenberatung	15
Rundfunk-, Fernseh- und Telefongebühren	16
Schuldnerberatung	16
Seniorenbeirat	16
SeniorenServiceStellen	17. 24
Siegener Ausweis	18
Soziale Leistungen	18
Telefonseelsorge	21
Verbraucherberatung	21
Wohlfahrts- und Sozialverbände	22

Freizeitangebote, Bildung und Kultur

Clubs und Begegnungsstätten	23
Haus Herbstzeitlos	23
ALTERAktiv Siegen–Wittgenstein e.V.	24
„durchblick“ – SeniorInnenzeitung	24
Seniorenhilfe Siegen e.V.	25
Bibliotheken & Archiv	26
Kino	31
KulturSiegen	27
Museen	30
Musikschule	31
Reisen	20
SeniorInnentheater	31
SeniorInnenveranstaltungen	32
Stadtführungen	32
Studieren	32
Theater	33
Theater- und Konzert-Taxi	33
Volkshochschulen	34

Gesundheitsvorsorge, Gesundheitspflege, Selbsthilfe

Blindheit, Sehbehinderung, Gehörlosigkeit	36
Schwerbehindertenausweis	37
Selbsthilfe	37
Sport	38
Suchtberatung	38
Kriegsopferfürsorge / Soziale Entschädigung	39

Wohnen

Altengerechte Wohnungen	40
Alten- und Pflegeheime	40
Betreutes Wohnen	42
Wohnberechtigungsschein	43
Wohngeld	41
Wohnraumanpassung / Wohnberatung	24/ 42
Gemeinschaftliches, selbstbestimmtes Wohnen	44

Krankheit und Pflege

Ambulante Pflege	45
Demenz	46
Hausnotruf	48
Hospiz und Trauerbegleitung	49, 50
Krankenhaus-Sozialdienste / Pflegeüberleitung	50
Kurzzeitpflege	51
Pflegende Angehörige	47
Pflegeberatung	51
Pflegeversicherung / Pflegestufen	51
Tagespflege	53

Vorsorge und Vorbereitung auf schlechtere Tage

Betreuungen für Volljährige	56
Nachlassregelung	56
Notfall- und Dokumentenmappe	57
Patientenverfügung	57
Todesfall	58
Vorsorgevollmacht	59

Stichwortverzeichnis	60
----------------------	----



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

älter werden wir alle. Das ist ein Umstand, der ganz von selbst geschieht. Genauso wie die Zahl der Lebensjahre verändern sich dabei auch die Ansprüche, die man an sich und an seine Umwelt stellt – genau wie die Bedürfnisse, die man hat.

Mit unserem Handbuch „Älter werden in Siegen“ möchten wir Ihnen einen Wegweiser an die Hand geben, in dem die wichtigsten Informationen, Angebote, Einrichtungen und Dienste kompakt zusammengefasst sind. Das hat zum einen den Vorteil, dass man nicht lange suchen muss. Zum anderen erfahren Sie so vielleicht auch von Angeboten, die Sie noch gar nicht kannten.

Seniorenpolitik ist eine wichtige Querschnittsaufgabe. Das wird gerade durch die Vielfalt der Beiträge dieser Broschüre deutlich. So finden Sie hier wichtige Kontaktadressen und Informationen zu den sechs Themenbereichen „Beratung und Information“, „Freizeit, Bildung und Kultur“, „Gesundheitsvorsorge, Gesundheitspflege, Selbsthilfe“, „Wohnen“, „Krankheit und Pflege“ sowie „Vorsorge und Vorbereitung auf schlechtere Zeiten“.

Wir sind stets bemüht, Ihnen den größtmöglichen Überblick zum „Älter werden in Siegen“ zu geben, aber selbstverständlich kann dieses Handbuch nicht den Anspruch auf Vollständigkeit erheben. Zu groß ist die umfangreiche Palette seniorenspezifischer Angebote und Dienstleistungen und immer wieder kommen neue hinzu.

Von daher lohnt sich auch immer ein Blick ins Internet. Viele von Ihnen gehören mittlerweile zur Generation der sogenannten „Silver-Surfer“ oder haben Freunde und Bekannte, die über einen Computer verfügen. Auf der Homepage der Stadt Siegen – www.siegen.de – finden Sie unter der Rubrik „Leben in Siegen“ die speziellen Hinweise für Senioren in einer noch ausführlicheren Darstellung, als es ein Handbuch dieser Art zulässt.

Für das persönliche Gespräch stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Regiestelle Leben im Alter aber natürlich auch gerne weiterhin zur Verfügung. Ob in der Zentrale im Rathaus Weidenau oder in einer der SeniorenServiceStellen in den Bezirken, freuen wir uns, wenn Sie Kontakt mit uns aufnehmen.

Ich würde mich freuen, wenn die zahlreichen Informationen und Angebote für Sie persönlich nützlich und wertvoll sind. Ich freue mich aber genauso über Ihre Hinweise, welche Angebote Sie möglicherweise noch vermissen.

Ihr



Steffen Mues
Bürgermeister





Zentrale Anlaufstellen

Stadt Siegen
Regiestelle Leben im Alter
Rathaus Weidenau
Weidenauer Straße 211
57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404-2200

**Siegerer Agentur
für Ehrenamt / SAfE**

Stadt Siegen
Regiestelle Leben im Alter
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/404-2200

Arbeiterwohlfahrt
KV Siegen-W/O
Koblenzer Str. 136, 57072 Siegen
Telefon: 0271/3386-280

www.SAfE-siegen.de

Polizei
Telefon: 110

Notarzt/Feuerwehr
Telefon: 112

Ärztlicher Notfalldienst
Telefon: 19292

Giftnotrufzentrale
Telefon: 0228/ 192 40

St. Marien-Krankenhaus
Kampenstraße 51
57072 Siegen
Telefon: 0271/ 231-0

Ev.-Jung-Stilling-Krankenhaus
Wichernstraße 40
57074 Siegen
Telefon: 0271/ 333-3

Kreisklinikum Siegen gGmbH
Haus Hüttental
Weidenauer Straße 76
57076 Siegen
Telefon: 0271/ 705-0

Haus Siegen
Kohlbettstraße 15
57072 Siegen
Telefon: 0271/ 2340-0

Sozialpsychiatrischer Dienst
Telefon: 0271/ 333-1501

Telefonseelsorge
Telefon: 08001/ 111 01 11

Fahrplanauskunft Bus + Bahn
Telefon: 01803/ 504030

Siegener Agentur für Ehrenamt – SAfE

Das Ehrenamt ist eine feste Größe innerhalb der gesellschaftlichen Strukturen in Siegen. Ohne das ehrenamtliche Engagement mit all seinen Facetten wären die Möglichkeiten vieler Vereine und Institutionen stark eingeschränkt. Gerade vor dem Hintergrund des demographischen Wandels ist Freiwilligenarbeit unverzichtbar, weil die vielfältigen Erfahrungen und Kompetenzen – nicht nur älterer Menschen – zur Stärkung eines solidarischen Gemeinwesens beitragen.

Die Siegener Agentur für Ehrenamt – SAfE – hilft interessierten Menschen, ein für sie passgenaues Ehrenamt zu finden. Organisationen werden darin unterstützt, Strategien zur Einbindung ehrenamtlicher Tätigkeiten zu entwickeln und Ehrenamtliche zu finden.

SAfE ist ein Kooperationsprojekt zwischen der Stadt Siegen und der Arbeiterwohl-

fahrt Kreisverband Siegen-Wittgenstein/Olpe, vermittelt ausdrücklich Träger unabhängig und Träger übergreifend.

Möchten Sie sich engagieren? Suchen Sie ehrenamtliche MitarbeiterInnen?

Stadt Siegen

Regiestelle Leben im Alter/ SAfE
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/404-2204

Arbeiterwohlfahrt

KV Siegen-W/O/ SAfE
Koblenzer Str. 136, 57072 Siegen
Telefon: 0271/3386-142
www.SAfE-siegen.de

Ehrenamtskarte

Die Ehrenamtskarte ist ein Zeichen des Dankes und der Anerkennung für intensives bürgerschaftliches Engagement. Min-

destens fünf Stunden ehrenamtliche Arbeit pro Woche, bereits mindestens drei Jahre Tätigkeit ohne Aufwandsentschädigung, sind die Voraussetzungen für den Erhalt der Ehrenamtskarte. Diese bietet zahlreiche Vergünstigungen. Für die Hallen- und Freibäder, die Volkshochschule (pro Jahr ein Kurs) sowie die Fritz-Busch-Musikschule wird ein 50%iger Preisnachlass gewährt, Saunapreise werden um 1/3 reduziert. Besuche des Siegerlandmuseums und der Siegener Seniorenveranstaltungen sind kostenlos. Der Eintrittspreis für das Museum für Gegenwartskunst reduziert sich. Für die Stadtbibliothek wird ein kostenloser Leseausweis ausgestellt.

Nähere Informationen bei:

Stadt Siegen

Büro Bürgermeister, Dirk Helmes
Markt 2, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 404-1239
E-Mail: d_helmes@siegen.de

HOLLY



OBJEKTBAU

- Schreinerei
- Innenausbau
- Möbel
- Küchen
- Objekte
- Fenster

Seniorengerechtes Wohnen

Es sind oft die kleinen Probleme, die das zunehmende Alter mit sich bringt. Dabei sind es meist schon Kleinigkeiten, die Senioren den Alltag erheblich erleichtern.

Unsere Schreinerei möchte Ansprechpartner für die kleinen oder großen Reparaturen im Haus- und Wohnbereich sein. Klemmt irgendwo ein Fenster oder die Tür, gibt es Probleme mit dem Fußboden oder dem alten Lieblingsmöbelstück, möchten Sie Wohnraum seniorengerecht gestalten – wenden Sie sich an uns – mit Leidenschaft zu unserem Handwerk, Sachverstand und dem Blick für das Machbare, unterstützen wir Sie gerne.



Holly Objektbau · Fabian Holly · Dreis-Tiefenbach · Telefon: 0271/75386

11

Beratung & Information



Altersjubiläum

Die Stadt Siegen gratuliert durch eine/n Vertreter/in des Rates der Stadt Siegen ab Vollendung des 90. Lebensjahres und überreicht dabei ein Blumenpräsent.

Zur Vollendung des 100. und des 105. Lebensjahres gratuliert der Bürgermeister der Stadt Siegen persönlich oder ein/e Vertreter/in mit einem Gratulationsschreiben und einem Blumenpräsent.

Der Kreis Siegen-Wittgenstein gratuliert zur Vollendung des 100. Lebensjahres und jedem weiteren Lebensjahr mit einem Gratulationsschreiben.

Der Ministerpräsident des Landes Nordrhein-Westfalen übermittelt ab dem 100.

und jedem weiteren Lebensjahr ein Gratulationsschreiben. Der Bundespräsident gratuliert zur Vollendung des 100. Lebensjahres und ab Vollendung des 105. Lebensjahres mit einem Gratulationsschreiben.

Informationen dazu:

Stadt Siegen

Rathaus Siegen

Referat für Medien- und Öffentlichkeitsarbeit

Markt 2, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-1352 (vormittags)

E-Mail: c_schmidt@siegen.de

Integration / Migration

Der Integrationsrat der Stadt Siegen eröffnet nichtdeutschen MitbürgerInnen die Möglichkeit, auf kommunalpolitische Entscheidungen, die sie besonders betreffen, beratend einzuwirken, da sie in der Bundesrepublik Deutschland kein Wahlrecht haben.

Die Geschäftsstelle des Integrationsrates vermittelt Kontakte zu den in der Stadt Siegen existierenden Nationalitätengruppen.

Stadt Siegen

Geschäftsstelle Integrationsrat

Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/404-1445

E-Mail: integrationsrat@siegen.de

Das Interkulturelle Seniorennetzwerk ist eine Arbeitsgemeinschaft verschiedener Organisationen. Das Netzwerk fördert die Bildung von Seniorenkreisen gleicher Ethnien, vermittelt Informationen, fachliche Begleitung, Ressourcenakquise und unterstützt die Programmgestaltung und Ver-

netzung. Leitung und Koordination liegen beim Förderverein für die spanischsprachige kath. Gemeinde Siegen, mit Unterstützung der Stadt Siegen und dem Land NRW.

Interkulturelles Seniorennetzwerk

c/o Alfonso López García

St. Michaelstr. 3, 57072 Siegen

Telefon: 0271-42517, Telefax: 0271-7702147

E-Mail: alfonsolopez@web.de

www.ik-seniorennetzwerk.de

Die folgenden Institutionen bieten Rat und Hilfe in verschiedenen Lebenslagen, auch in der jeweiligen Muttersprache der MigrantInnen.

Stadt Siegen

Beratungsstelle für Spätaussiedler

Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/404-2242

E-Mail: k_boller@siegen.de

Arbeiterwohlfahrt

Koblenzer Straße 136, 57072 Siegen

Telefon: 0271/3386-280

mit Integrationsagentur in der SeniorenServiceStelle Stadt Siegen, Weidenauer Str. 211 (Do 10-17 Uhr)
migration@awo-siegen.de

Caritas

Häutebachweg 5, 57072 Siegen

Telefon: 0271/23602-18,

0271/23 602 31

k.barbera@caritas-siegen.de

i.zalewski@caritas-siegen.de

Diakonisches Werk

Friedrichstraße 27, 57072 Siegen

Telefon: 0271/5003-107

integrationsagentur@diakonie-suedwestfalen.de

Internationaler Bund

Sieghütt. Hauptweg 129, 57072 Siegen

Telefon: 0271/4853523

Verein für Soziale Arbeit und Kultur

Hinterstraße 52, 57072 Siegen

Telefon: 0271/21900



Behindertenberatung

Die Beauftragten für Behindertenfragen der Stadt Siegen sind mit der individuellen Beratung von Menschen mit Behinderungen in allen Fragen des Behindertenrechts vertraut. Hierzu gehört auch, ggf. Kontakte zu den zuständigen Rehabilitationsträgern herzustellen, bei Problemen von Menschen mit Behinderungen vermittelnd einzugreifen (z.B. innerhalb der Stadtverwaltung, zu Krankenhäusern usw.), möglicherweise auch bei der Durchsetzung ihrer Rechte zu unterstützen.

Stadt Siegen

Beauftragte für Behindertenfragen

A - J: Gisela Dittmar, Regina Weinert

Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 404-2140, 0271/ 404-2338

Telefax: 0271/404-2716

E-Mail: g_dittmar@siegen.de

r_weinert@siegen.de

K - Z: Rainer Damerius

Telefon: 0271/ 404-2142

E-Mail: r_damerius@siegen.de

(s. auch S. 35 Schwerbehindertenausweis)

SoVD

Sozialverband Deutschland

Brüderweg 17, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 51754

Sozialverband VdK NRW e. V.

Kreisverband

Siegen-Olpe-Wittgenstein

Morleystraße 15, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 3038290

E-mail: kv-siegen@vdk.de

Beratungsstunden:

Montags und Dienstags: 8:00 – 12:00 Uhr,

Mittwochs: 12:00 – 17:00 Uhr

Beirat der Menschen mit Behinderung

Die Interessenvertretung für alle Menschen mit Handicap gibt dem Rat der Stadt Siegen Hinweise und Empfehlungen, um zum einen auf Mißstände aufmerksam zu machen und zum anderen Benachteiligungen von Menschen mit Behinderung zu beseitigen. Die Sitzungen des Beirates sind öffentlich, so dass jede Bürgerin und jeder Bürger die Möglichkeit hat, seine Vorschläge in den Beirat einzubringen. Die Sitzungen finden im Rathaus Weidenau statt. Kontakt:

Stadt Siegen

Beauftragter für Behindertenfragen

Rainer Damerius

Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/404-2142

Beratungshilfe / Prozesskostenhilfe

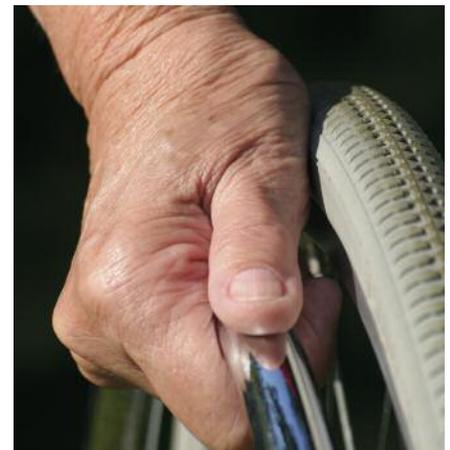
Das Beratungshilfegesetz sichert Menschen mit niedrigem Einkommen gegen eine geringe Eigenleistung Rechtsberatung und Rechtsvertretung außerhalb eines gerichtlichen Verfahrens und im so genannten obligatorischen Güteverfahren zu. Wenn die Bemühungen um eine außergerichtliche Einigung scheitern und ein Gericht mit der Sache befasst werden muss, können Sie Prozesskostenhilfe in Anspruch nehmen.

Zur Beratungshilfe erhalten Sie weitere Informationen auf der Internetseite des Amtsgerichts Siegen unter www.ag-siegen.nrw.de unter der Rubrik „Aufgaben/Abteilungen/ Beratungshilfe“.

Amtsgericht Siegen

Berliner Straße 21-22, 57072 Siegen

Telefon: 0271/33 73-0



Bürgerbüro

Mit der Einrichtung von Bürgerbüros im Jahre 1998 in den Stadtteilen Siegen, Geisweid, Weidenau und Eiserfeld hat die Stadt Siegen für ihre BürgerInnen die Möglichkeit geschaffen, Serviceangebote an einer zentralen Stelle im Stadtteil zu erhalten.

Ohne lange Wege und Wartezeiten können Sie so eine Vielzahl von unterschiedlichen Anliegen an einer zentralen Stelle erledigen. Folgende Aufgaben werden in den Bürgerbüros wahrgenommen:

- **Abmeldungen des Wohnsitzes** (nur in das Ausland)
- **Allgemeine Auskünfte über die Zuständigkeiten innerhalb der Stadtverwaltung**
- **Anmeldungen des Wohnsitzes**
- **Aufenthaltsbescheinigungen**
- **Beglaubigungen**
- **Biomüll-Säcke** (Verkauf)
- **Fischereischeine**
- **Führungszeugnisse**
- **Fundsachenannahme**
- **Schwerbehindertenausweise** (Antragsausgabe und Verlängerungen)
- **Städtische Seniorenveranstaltungen** (Verkauf von Eintrittskarten)
- **Ummeldungen des Wohnsitzes**
- **Kinderpässe** (-Ausweise)
- **Lebensbescheinigungen**
- **Lohnsteuerkarten** (Ausstellungen und Änderungen)
- **Meldebescheinigungen**
- **Personalausweise**
- **Reisepässe**
- **Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiungen** (nur Antragsannahme)
- **Untersuchungsberechtigungsscheine**
- **Wohngeldanträge** (Annahme und Ausgabe)
- **Wohnungsberechtigungsscheine** (Annahme und Ausgabe)



Bürgerbüros:

- Rathaus Siegen
Markt 2, 57072 Siegen
Telefon: 0271/404-1217,-1314
Mo, Di 8:00 – 16:00,
Mi, Fr 8:00 – 12:00,
Do 8:00 – 18:00, Sa 8:00 – 12:00
- Rathaus Weidenau
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/404-2025
Mo, Di 8:00 – 16:00,
Mi, Fr 8:00 – 12:00,
Do 8:00 – 18:00
- Rathaus Geisweid
Lindenplatz 7, 57076 Siegen
Telefon: 0271/404-3402
Di 8:00 – 16:00, Do 8:00 – 18:00
- Sparkasse Eiserfeld
Eiserfelder Straße 474, 57080 Siegen
Telefon: 0271/404-1701, -1702
Mo 8:00 – 18:00, Mi 8:00 – 12:00

Ehejubiläum

Die Stadt Siegen gratuliert durch eine/n Vertreter/in des Rates der Stadt Siegen zu den Jubiläen Goldene, Diamantene, Eiserne Hochzeit, 70-jährigem, 75-jährigem und jedem weiteren Ehejubiläum mit einer Urkunde. Ab dem Eisernen Ehejubiläum gratuliert der Bürgermeister der Stadt Siegen persönlich oder sein/e Vertreter/in.

Der Kreis Siegen-Wittgenstein gratuliert zu den Jubiläen Goldene, Diamantene, Eiserne Hochzeit, 70-jährigem, 75-jährigem und jedem weiteren Ehejubiläum mit einer Urkunde.

Die Bezirksregierung Arnsberg gratuliert ebenfalls zur Diamantenen Hochzeit mit einer Urkunde.

Der Ministerpräsident des Landes Nordrhein-Westfalen und der Bundespräsident gratulieren ab dem Jubiläum Eiserne Hochzeit und jedem weiteren Jubiläum mit einem Gratulationsschreiben.

Information: Sollten die Jubilare nach vorheriger Absprache mit der Stadt Siegen, die telefonisch oder schriftlich erfolgt, keinen offiziellen Besuch wünschen, werden alle Glückwünsche mit der Post versandt. Weil nicht immer alle Heiratsdaten der Ehejubiläen bei der Stadt Siegen vorliegen, können auch noch nachträglich gemeldete Ehejubiläen berücksichtigt werden.

Stadt Siegen

Referat für Medien- und Öffentlichkeitsarbeit
Markt 2, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-1352 (vormittags)

E-Mail: c_schmidt@siegen.de

Frauenberatung / Gleichstellungsstellen

Fragen und Probleme, die sich mit dem älter werden stellen, können für Frauen und Männer durchaus unterschiedlich sein. Während Frauen mehr als Männer von Altersarmut aufgrund geringerer Rentenleistungen betroffen sind, stehen für Männer beispielsweise die Themen Ausstieg aus dem Erwerbsleben oder Gesundheit im Alter im Vordergrund. Ob die Aufbesserung des Renteneinkommens durch einen Mini-Job, die Teilhabe am kulturellen Leben oder das Knüpfen sozialer Kontakte – für Frauen und Männer sind mit dem älter werden ganz eigene Fragestellungen verbunden.

Die Gleichstellungsstelle der Stadt Siegen bietet u.a. Infos zu Gesetzen, führt Kulturveranstaltungen und Ausstellungen durch und informiert über Frauengruppen und -initiativen und deren Angebote („wer macht was in Siegen“). Wenn Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen, wenden Sie sich an:

Stadt Siegen, Gleichstellungsstelle

Haus Seel, Kornmarkt 20, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-3412 oder 0271/ 404-3457

Telefax: 0271/ 404-3354

E-Mail: k_flender@siegen.de

m_kratzel@siegen.de

Die Frauenberatungsstelle, eine Einrichtung des Vereins „Frauen helfen Frauen Siegen“, bietet Frauen jeden Alters, jeder kulturellen Herkunft und sexuellen Orientierung psycho-soziale Beratung an.

In persönlichen Einzelgesprächen haben Frauen die Möglichkeit, ihre Lebenssituation zu klären, sich zu orientieren und neue Perspektiven zu entwickeln. Wege aus Konfliktsituationen und Krisen finden, eigene Gefühle und Bedürfnisse besser wahrnehmen und eine selbstbestimmte Gestaltung des Lebens sind Ziele der Beratungsarbeit.

Die Beratung ist themenoffen und am Anliegen der Frau orientiert. Frauen suchen die Beratungsstelle auf, wenn sie mit ihrer Lebenssituation unzufrieden sind, Probleme in ihrer Beziehung haben, Gewalt oder Belästigung erleben, sich in einer Krise befinden, Informationen suchen, Probleme mit ihrem Essverhalten oder andere Anliegen haben. Die Beratung ist anonym und kostenfrei, die Mitarbeiterinnen stehen unter Schweigepflicht.

Das Angebot der Frauenberatungsstelle umfasst:

- Einzelgespräche nach Terminvereinbarung
- Gewaltschutzberatung
- tägliche telefonische Sprechzeiten
- terminunabhängige offene Beratungszeit
- angeleitete themenbezogene Gruppen und Informationsveranstaltungen
- Unterstützung beim Aufbau von Selbsthilfegruppen
- Fortbildungen

Frauenberatungsstelle

Freudenberger Straße 28 , 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 2 18 87

Telefax: 0271/ 2 52 11

Offene Beratungszeit:

Mi 16:00 – 18:00 Uhr

Telefonische Sprechzeiten:

Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 12:00 Uhr

E-Mail:

frauenberatung@frauenhelfenfrauen-siegen.de

Kriminalität, Gewalt und Verkehr

Kriminalprävention, Verkehrssicherheitsberatung und Opferschutz für ein sicheres Leben im Alter.

Nicht nur die immer größere Angst vor Gewalt, sondern auch das Austricksen und Ausnutzen von Gutgläubigkeit sind begründete Probleme, die ältere Menschen bewegen.

Um bestehende Ängste, ob berechtigt oder möglicherweise unberechtigt, zu relativieren und SeniorInnen vor Straftaten wie Trickdiebstählen, Straßenraub, Einbruch, Betrug, Enkeltrick usw. zu schützen, steht allen das Kommissariat Vorbeugung mit einer Menge an Ratschlägen und Tipps sowie konkreten Empfehlungen zur Seite (Vorträge in Seniorengruppen, Einzelgespräche).

Wenn sie Opfer einer Straftat geworden sind, informieren wir sie gerne zu Hilfs- und Unterstützungsangeboten.

Ebenfalls in Vorträgen und Gesprächen werden Ratschläge, Tipps und Empfehlungen im Bereich der Sicherheit im Straßenverkehr vermittelt, damit SeniorInnen sich sicher im Straßenverkehr bewegen können.

Dies gilt für die Bereiche:

- Sicheres Radfahren
- Sicher zu Fuß
- Sicheres Autofahren
- Fahrsicherheitstrainings mit erfahrenen Fahrsicherheitstrainern

Kreispolizeibehörde Siegen-Wittgenstein

Zentrale Kriminalitätsbekämpfung

Kommissariat Vorbeugung

Weidenauer Str. 231, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 7099-4300

Telefax: 0271/ 7099-4366

Internet: www.polizei.nrw.de/siegen

Weisser Ring

Der WEISSE RING hat es sich als gemeinnütziger Verein zur Aufgabe gemacht, Kriminalitätsoffern mit Rat und Tat zu helfen. Er versteht sich als Gesprächspartner für alle, die durch eine Straftat unverschuldet in Not geraten sind.

Die Hilfe des Weißen Ringes ist weder an eine Mitgliedschaft noch an sonstige Verpflichtungen gebunden. Finanzielle Zuwendungen müssen nicht zurückgezahlt werden.

Der Weisse Ring kann Opfern helfen durch:

- Menschlichen Beistand und persönliche Betreuung nach der Straftat
- Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht
- Hilfestellung im Umgang mit Behörden
- Begleitung zu Gerichtsterminen
- Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen
- Unterstützung bei materiellen Notlagen im Zusammenhang mit der Straftat, u. a. durch:
 - Beratungsschecks für eine frei wählbare anwaltliche sowie psychotraumatologische Erstberatung
 - Übernahme von Anwaltskosten, insbesondere
 - zur Wahrung von Opferschutzrechten im Strafverfahren
 - zur Durchsetzung von Ansprüchen nach dem Opferentschädigungsgesetz

- Finanzielle Unterstützung zur Überbrückung tatbedingter Notlagen
- Bundesweites Opfer-Telefon:
0800 0800 343

Weisser Ring

Außenstelle Siegen
Birgit Kexel-Bruns
Waldstraße 38, 57080 Siegen
Telefon: 0271/ 3180136

Handeln statt Misshandeln

In manchen Lebenslagen tauchen Krisensituationen auf – nicht selten durch Überforderung –, die manche/r gewaltsam zu lösen versucht. Auch ältere Menschen fühlen sich mit den für sie sehr belastenden Situationen häufig allein gelassen.

Die Folgen von schwierigen Ereignissen lassen sich besser verarbeiten, wenn es eine Anlaufstelle gibt, die Unterstützung und Beratung anbietet.

Die Siegener Initiative „Handeln statt Misshandeln“ (HsM) hat praktische Hilfen entwickelt, um Opfern von Gewalthandlungen Hilfe und Unterstützung durch ein niederschwelliges Angebot zu geben. Häufig lassen sich Krisensituationen vermeiden, wenn rechtzeitig Hilfe von außen gesucht wird.

Der Verein ist Mitglied in der Bundesarbeitsgemeinschaft der Krisentelefone, Beratungs- und Beschwerdestellen für alte Menschen (BAG), mit Sitz in Bonn (Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e.V., HSM). Ziel und Zweck aller vertretenen Kontaktstellen in Deutschland ist es, die Lebenssituation alter Menschen mit Pflegebedarf in Deutschland zu verbessern. Hierzu gehören u.a. die Beseitigung von Missständen und die Bewältigung von Gewalt-situationen im häuslichen Umfeld und in der Pflege.

HSM bietet Ihnen:

- Persönliche Krisenberatung und Beratungsgespräche durch Experten wie Ärzte, Seelsorger, Psychologen, Sozialarbeiter, Sozialpädagogen und Pflegefachkräfte
- Vermittlung weiterführender Hilfen und Unterstützung
- Hausbesuche
- Öffentlichkeitsarbeit
- Krisenintervention
- Schutz der Anonymität

Handeln statt Misshandeln

Initiative gegen Gewalt im Alter e. V.
Am Lohgraben 1, 57074 Siegen
Telefon: 0271/ 6609787
Telefax: 0271/ 25049777
E-Mail: hsm-siegen@arcor.de
Internet: www.hsm-siegen.de
Mo und Fr 9:00 – 12:00 Uhr

Regiestelle Leben im Alter

Die Regiestelle Leben im Alter der Stadt Siegen versteht sich als Anlaufstelle für ein vernetztes und facettenreiches Tätigkeitsfeld im Bereich der Seniorenarbeit. In der hier angesiedelten zentralen SeniorenServiceStelle erhalten Sie Informationen, Rat und Hilfe in allen Fragen, die mit dem älter werden zu tun haben.

Die Regiestelle unterstützt darüber hinaus die Mitwirkungsmöglichkeiten Älterer bei kommunalen Entscheidungen und begleitet entsprechende Initiativen. Zu den weiteren Arbeitsfeldern gehört die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates.



Die Regiestelle Leben im Alter trägt mit ihrer Arbeit dazu bei, persönliche und organisatorische Fähigkeiten und Kenntnisse, soziale Kompetenz, Kreativität und Ideenreichtum älterer Menschen für das Gemeinwohl sichtbar zu machen.

Die Regiestelle entwickelt und fördert in diesem Zusammenhang Modelle, die ermöglichen, dass ältere Menschen etwas für sich, etwas mit anderen und etwas für andere tun können. Hierzu gehören das Entdecken von Ressourcen Älterer, das Zusammenführen gleicher Interessen und das Schaffen von Strukturen zur Umsetzung von Projekten. Wenn Sie sich also ehrenamtlich engagieren möchten oder Kontakt zu anderen Älteren suchen, wenden Sie sich an die Regiestelle.

Neben dieser Beratungs- und Vermittlungsarbeit ist die Entwicklung von Strukturen für alle Lebenslagen älterer Menschen zentrale Aufgabe der Regiestelle. Hinzu kommt die Koordination der Zusammenarbeit der Anbieter sozialer Dienstleistungen sowie die Entwicklung quartiersbezogener Angebote und die Betreuung und Begleitung der dezentralen SeniorenServiceStellen. Weitere Informationen der Regiestelle Leben im Alter erhalten Sie auch in unserem Handbuch im Internet unter www.siegen.de.

Stadt Siegen

Regiestelle Leben im Alter
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404-2200
E-Mail: m_krafft@siegen.de
Internet: www.siegen.de

Öffentliche Verkehrsmittel

Seit dem 01.08.2010 gibt es in der VGWS ein neues Angebot für SeniorInnen.

Verkehrsgemeinschaft Westfalen Süd

Spandauerstr. 36, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 770188-0
Telefax: 0271/ 770188-20
E-Mail: info@vgws.de
Internet: www.vgws.de

BRS Busverkehr Ruhr-Sieg GmbH

Hindenburgstr. 6, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 230990
Telefax: 0271/ 2309950
E-Mail: info@busverkehr-ruhr-sieg.de

Regionale Fahrplan- und Tarifauskunft für Bus und Bahn

Telefon: 01803/ 504030 (0,09 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.)
Internet: www.zws-online.de



Rentenberatung

Die Rente als finanzielle Versorgung für ältere und chronisch kranke Menschen trägt zur Selbständigkeit im Alter bei. Wenn Sie Fragen bezüglich Ihrer Rente oder der verschiedenen Rentenarten (z.B. Altersrente, Hinterbliebenenrente, Rente wegen Erwerbsminderung) haben, wenden Sie sich an:

Stadt Siegen

Versicherungsamt
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404-2130

Deutsche Rentenversicherung

Auskunft- und Beratungsstelle Siegen
Spandauer Str. 32, 57072 Siegen
Telefon: 0271 33841-20 und Service-
Telefon Münster: 0800 100048011
E-Mail: ab-siegen@drv-westfalen.de



SoVD Sozialverband Deutschland

Brüderweg 17, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 51754

E-Mail: sov-d-siegen@web.de

Sozialverband VdK, NRW e. V.

Kreisverband Siegen-Olpe-Wittgenstein

Morleystraße 15, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 3038290

Rundfunk-, Fernseh- und Telefongebühren

Sie als Rundfunk- und FernsehteilnehmerInnen können bei Erfüllung der Antragsvoraussetzungen die Befreiung von den Gebühren beantragen. Anträge werden in den Bürgerbüros entgegengenommen. Personen, die von der Rundfunk- und Fernsehgebühr befreit sind, haben auch Anspruch auf einen „Sozialanschluss“ der Telekom. Anträge sind bei der Deutschen Telekom (T Punkt-Laden) zu stellen.

Schuldnerberatung

Wenn Sie Schulden haben und keinen Ausweg aus Ihren finanziellen Belastungen sehen, hilft häufig der Weg in eine Schuldnerberatungsstelle. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort gehen vertrauensvoll und verschwiegen mit den ihnen anvertrauten Informationen um. Sie können sich Rat und Hilfe holen bei:

Schuldnerberatung des Caritasverbandes Siegen-Wittgenstein e.V.

Häutebachweg 5, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 236020

Telefonische Beratung und ggf. Terminvereinbarung:

mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr

E-Mail: schuldnerberatung@caritas-siegen.de

Schuldnerberatungsstelle des Diakonischen Werkes

Friedrichstr. 27, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 50030

Es empfiehlt sich, bei allen Schuldnerberatungsstellen zuvor telefonisch einen Termin zu vereinbaren.

Seniorenbeirat

Seit 1997 wird in der Stadt Siegen ein Seniorenbeirat gewählt. Die Wahlen 1997 und 2002 fanden per Urwahl in den sechs Stadtbezirken statt. 2007 konnte erstmals durch ein Briefwahlverfahren abgestimmt werden. Der Seniorenbeirat ist die Interessenvertretung Hilfe und Rat suchender Menschen ab dem 60. Lebensjahr, führt Informations- und Beratungsarbeit durch und setzt sich aus 18 Mitgliedern (plus 18 Stellvertretern) zusammen.

Der Seniorenbeirat hat die Aufgabe, die Mitwirkungsmöglichkeiten Älterer bei kommunalen Entscheidungen zu verbessern, Initiativen Älterer zu begleiten und zu unterstützen. Der Seniorenbeirat trägt dazu bei, persönliche Fähigkeiten, Kreativität und Ideenreichtum für das Gemeinwohl nutzbar zu machen.

Sie erreichen die Mitglieder des Seniorenbeirats auch in den dezentralen Seniorenservicestellen – sie stehen Ihnen gern tatkräftig zur Seite.

Geschäftsstelle Seniorenbeirat

Stadt Siegen

Weidenauer Straße 211, 57072 Siegen

Telefon: 0271/404-2202

Mitglieder und stellvertretende Mitglieder des bis 2012 gewählten Seniorenbeirates (in der Reihenfolge der Wahlergebnisse):

Bezirk I – Geisweid

Bernd Alberts (Vorsitzender)

Dr. Horst Bach (Pressesprecher)

Hans Amely

Siegfried Köhl

Wolfgang Heyde

Bezirk II – Weidenau

Dr. Jochen Münch

Helmut Peter

Waltraud Gottschalk

Rotraud Ewert

Alfonso Lopez-Garcia

Christel Henke

Bezirk III – Ost

Dr. Wolfgang Bauch

Ingrid Röhl-Hirsch

Ursula Steuber

Helga Mücke

Bezirk IV – Mitte

Heinrich Killet

Jürgen Ritter

Bezirk V – West

Dr. Maria Czell (stellv. Vorsitzende)

Helmut Plate (stellv. Vorsitzender)

Ernst Göckus

Friedrich Burk

Fritz Schutz

Bezirk VI – Süd

Annette Schmidt

Rolf Holdinghausen

Michael Horak (Schriftführer)

Manfried Wagener

Georgis Dhanis

SeniorenServiceStellen

Wohnort- und bürgernah hat die Stadt Siegen verschiedene SeniorenServiceStellen geschaffen, die Ihnen den Weg zu Rat und Hilfe verkürzen. Aktuell sind dies:

Siegen-Ost:

Haus Herbstzeitlos

Marienborner Straße 151, 57074 Siegen

Mo, Mi von 9:00 – 12:00 Uhr

Telefon: 0271/ 3846108

E-mail:

seniorenservice-siegen-ost@web.de

Siegen-Geisweid:

Mehrgenerationenhaus

Obere Kaiserstraße 6, 57078 Siegen

Mo, Mi 10:00 – 12:00 Uhr

Telefon: 0271/ 233 92519

E-mail:

seniorenservice-siegen-geisweid@web.de



Siegen-Weidenau:

Regiestelle Leben im Alter
Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen
Mo bis Fr von 8:00 – 12:00 Uhr
Telefon: 0271/ 404–2200, –2208
E-mail: m_krafft@siegen.de

Siegen-Süd

Sparkasse/Bürgerbüro
Eiserfelder Straße 474, 57080 Siegen
Di, Do 10:00 – 12:00 Uhr
Telefon: 0271/809378-25

Siegener Ausweis

EmpfängerInnen von Arbeitslosengeld II sowie andere Anspruchsberechtigte, die im Stadtgebiet Siegen wohnhaft/gemeldet sind, können den Siegener Ausweis erhalten, der sie berechtigt weitere Vergünstigungen und soziale Leistungen in Anspruch zu nehmen.

Im Einzelnen gehören dazu:

- Veranstaltungen der Siegener Altenhilfe
- Kulturelle Veranstaltungen der Stadt Siegen
- Musikschule
- Museum
- Stadtbücherei
- Volkshochschule der Stadt Siegen
- Hallen- und Freibäder

- Veranstaltungen der Jugendhilfe der Stadt Siegen

Nähere Informationen hierzu erhalten Sie bei:

Stadt Siegen

Fachbereich 5/2
Förderung von jungen Menschen
Frau Baier
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404 – 2230

Soziale Leistungen

Hilfe zum Lebensunterhalt

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Grundleistungen für ausländische Flüchtlinge

Aufgabe der Sozialhilfe / Sozialen Leistungen ist es, den Leistungsberechtigten, also Personen in finanziellen Notlagen, die Führung eines Lebens zu ermöglichen, das der Würde des Menschen entspricht. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist eine ausreichende finanzielle Grundlage.

Das Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGBXII) und das Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) sind die gesetzlichen Grundlagen für existenzsichernde Leistungen, die Personen gewährt werden, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Ein-

kommen und Vermögen oder aus dem Einkommen und Vermögen ihres Ehegatten/Partners bestreiten können, sofern keine Ansprüche nach dem Sozialgesetzbuch Zweites Buch (SGB II) – Arbeitslosengeld II / Hartz IV – bestehen.

Die Leistungssysteme unterscheiden für bestimmte Personen bzw. Zielgruppen drei Arten von Sozialleistungen:

- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem 3. Kapitel SGB XII
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem 4. Kapitel SGB XII
- Grundleistungen für ausländische Flüchtlinge nach dem AsylbLG

Die vorgenannten Leistungen umfassen die notwendigen Aufwendungen für Ernährung, Unterkunft, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Heizung und persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens sowie in vertretbarem Umfang auch Beziehungen zur Umwelt und eine Teilnahme am kulturellen Leben. Hinzu kommen einige sogenannte Mehrbedarfzuschläge u.a. wegen Mehrbedarf bei Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „G“ oder „aG“ oder für besondere krankheitsbedingte Ernährungsformen.

Auf die Sozialleistungen besteht ein Rechtsanspruch, soweit die persönlichen und wirtschaftlichen Möglichkeiten ausgeschöpft sind, nämlich:

- Selbsthilfe
- Einsatz von Einkommen und Vermögen (u.a. Renten, Pensionen, Krankengeld, Arbeitslosengeld, Einnahmen aus Vermietung und Verpachtung, Haus- und Grundvermögen, Wertpapiere)

Zur Sozialhilfe und zu den Sozialen Leistungen gehören auch besondere Lebenslagen wie im Krankheitsfall, bei Pflegebedürftigkeit, bei Behinderung oder bei Betreutem Wohnen. Über die persönlichen Voraussetzungen (u.a. Alter, Erwerbsminderung, ausländerrechtlicher Status), über Freibeträge und Vermögensschongrenzen sowie über Unterhaltspflichten von Angehörigen und Sonderleistungen (Siegener Ausweis, familienfördernde Maßnahmen, Leistungen für Behinderte, Renten- und Versicherungsangelegenheiten) erhalten Sie nähere Informationen bei:

Stadt Siegen

Rathaus Weidenau (1. Obergeschoss)
 Abtl. 5/11-Leistungen nach SGB XII/AsylbLG
 Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen
 Zimmer 109, 110, 111, 112, 126 und 127
 Bitte Termine vereinbaren unter:
 Telefon: 0271/ 4 04 – 2109, – 2110, – 2112,
 – 2111, – 2917, – 2912, – 2181, -2114

Kleidung, Hausrat, Möbel, Lebensmittel

An vier Standorten in Siegen, Kreuztal und Freudenberg bietet die Diakonie gebrauchte Kleidung für die gesamte Familie an. Zusätzlich zum Verkauf der Kleidung existiert in jedem Kleiderladen ein Bügelservice, der Bügelwäsche während der Öffnungszeiten annimmt und innerhalb weniger Tage bügelt.

Im Möbelladen Kreuztal finden sie gut erhaltene, gebrauchte Möbel und Hausrat zum kleinen Preis. Wer gut erhaltene Gebrauchtmöbel und Hausrat zur Verfügung stellen möchte, kann einen Transportservice nutzen, der diese kostenlos bei ihnen zu Hause abholt. Auf Wunsch wird die Wohnung auch besenrein ausgeräumt.

Diakonie netzwerkarbeit

Handwerk, Handel, Projektarbeit
 Daimlerstraße 50, 57072 Siegen
 Telefon: 0271/ 303210

Diakonie netzwerkarbeit

Kleiderladen Siegen
 Friedrichstraße 27, Telefon: 0271/ 2346755
 Öffnungszeiten: Mo – Mi 10:00 – 16:00
 Uhr, Do 10:00 – 18:00 Uhr,
 Fr 10:00 – 16:00 Uhr, Sa 10:00 – 13:00 Uhr

Diakonie netzwerkarbeit

Kleiderladen Siegen - Heidenberg
 (im Sozialkaufhaus „net(t)werk“)

Achenbacher Straße 115, Tel.: 0271/ 2341534
 Öffnungszeiten: Mo – Mi 10:00 – 17:00
 Uhr, Do 10:00 – 18:00 Uhr, Fr 10:00 –
 17:00 Uhr, Sa 10:00 – 13:00 Uhr

DRK-Siegen Kleiderladen

Hammerstraße 10, 57072 Siegen
 Tel.: 0271/2386921

Auskunft über Öffnungszeiten:
 DRK-Kreisverband Siegen-Wittgenstein e.V.
 Tel.: 0271/33716-0
 E-Mail: info@drk-siegen.wittgenstein.de
 Internet: www.drk-siegen-wittgenstein.de

Die **Siegerer Tafel** unterstützt Menschen in der Stadt Siegen, die am Rande des Existenzminimums leben und sich deshalb nicht ausreichend ernähren können. Das können einkommensschwache Alleinerziehende, Familien, RentnerInnen und andere Menschen in Not sein. Die Unterstützung erfolgt durch Lebensmittel, die noch gut sind, aber nicht mehr verkauft oder gelagert werden können.

Ausgabestelle der Siegerer Tafel e.V.

Hammerwerk 1, 57076 Siegen
 Telefon: 0271/ 2384520 (Anrufbeantworter)
 Fax: 0271/ 2385795
 Handy: 0172/ 7371546
 E-Mail: info@siegerer-tafel.de
 Internet: www.siegerer-tafel.de
 Bürozeiten:
 Mo und Mi 8:30 – 14:30 Uhr

Di und Do 8:30 – 17.00 Uhr
Fr und Sa geschlossen
Ausgabetage Di und Do ab 13:30 Uhr

Urlaub

Viele ältere Menschen können sich aus eigenen Mitteln keinen Urlaub leisten. Informationen über Angebote und eventuelle Zuschüsse können bei den Kirchengemeinden, Wohlfahrts- oder Sozialverbänden nachgefragt werden.

Seit mehr als 20 Jahren bietet der AWO-Kreisverband „Reisen mit Herz“ an und hat sich dabei besonders auf die Bedürfnisse und Wünsche reisefreudiger Menschen in der zweiten Lebenshälfte spezialisiert.

AWO-Reisen

AWO KV Siegen-Wittgenstein /Olpe
Koblenzer Straße 136, 57072 Siegen
Ansprechpartner: Matthias Hess
Telefon: 0271/3386-132
E-Mail: m.hess@awo-siegen.de
Internet: www.awo-siegen.de

Der Caritasverband Siegen-Wittgenstein e. V. bietet Urlaubs- und Erholungsreisen für Senioren an.

Caritasverband Siegen-Wittgenstein e. V.

Häutebachweg 5, 57072 Siegen
Telefon: (0271) 23602-13

Abwechslungsreiche Reiseangebote in unterschiedliche Regionen des In- und Auslandes.



*unterwegs mit
netten Menschen*

Genießen Sie das Leben in fröhlicher Gesellschaft und profitieren Sie von der Mobilität einer Busfahrt bei unseren speziellen Angeboten für Senioren und rüstige Rentner

TAGES-, STADT- & ERHOLUNGSREISEN

Unsere Leistungen für Sie:

- ✓ Reisebegleitung als persönlicher Ansprechpartner an Bord, Rundum-Service und perfekte Organisation
- ✓ Höchster Komfort, Bequemlichkeit & Sicherheit im First Class Bus mit Profi-Fahrer
- ✓ Stressfreie & umweltfreundliche Reise mit vielen leicht zu erreichenden Zustiegsmöglichkeiten im Siegerland
- ✓ u. U. Möglichkeit, Rollatoren mitzunehmen – sprechen Sie uns einfach an
- ✓ Bei mehrtägigen Reisen: Haustürabholung möglich

Kostenlosen
Katalog
anfordern:
www.idealreisen.de

TEL.: 02732/59 15-0

Diakonisches Werk

im Kirchenkreis Siegen

Friedrichstraße 27, 57072 Siegen

Tel. 0271/5003-108 / 5003-219 / 5003-0

Fax 0271/5003-109

dorothee.kahm@diakonie-suedwestfalen.de

Weitere Informationen finden Sie unter Verweis zu <http://www.diakonie-suedwestfalen.de>

Der DRK-Kreisverband Siegen-Wittgenstein e.V. bietet spezielle Reise-Angebote für jung gebliebene Senioren, die nicht mehr alleine reisen möchten.

DRK-Kreisverband

Siegen-Wittgenstein e. V.

Bismarckstraße 68, 57076 Siegen

Telefon: 0271/33716-0

Fax: 0271/33716-66

E-Mail: info@drk-siegen-wittgenstein.de

Ansprechpartnerin: Frau Werthmann

Telefonseelsorge

Die TelefonSeelsorge Siegen ist ein Beratungs- und Seelsorgeangebot der evangelischen und der katholischen Kirche unserer Region.

Jeder Mensch kann unvermutet in eine Lebenskrise geraten, bei einem Problem nicht weiter wissen oder sich allein fühlen. Oft ist dann die TelefonSeelsorge die einzige Möglichkeit, jemanden zu finden, mit dem man sprechen kann, auch nachts und

am Wochenende. Wer sich etwas von der Seele reden oder schreiben will, findet bei der TelefonSeelsorge ausgebildete Menschen, die sich einlassen, die raten und helfen.

Sie können auf zwei Wegen Kontakt aufnehmen:

Telefonberatung: Unter der kostenfreien Rufnummer 0 800 111 0 111 finden Sie rund um die Uhr ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ein offenes Ohr für Ihre Anliegen haben und bereit sind, mit Ihnen gemeinsam schwierige Lebenssituationen zu besprechen und nach Lösungswegen in Problemen zu suchen, die Sie beschäftigen.

Mailberatung- und Chatberatung: Manchen Menschen fällt es leichter, sich den Kummer von der Seele zu schreiben. Dies ist möglich, indem Sie sich anonym unter www.telefonseelsorge.de anmelden und dort ihre Mail von der TelefonSeelsorge beantwortet wird. Oder Sie führen unter www.telefonseelsorge.de ein Beratungsgespräch als Chat. Hier können Sie fast zeitgleich mit einer/einem Mitarbeitenden der TelefonSeelsorge Ihr Anliegen in einem geschützten Chatroom besprechen.

Weitere Informationen unter www.telefonseelsorge-siegen.de

Verbraucherberatung

Die Verbraucherzentrale in Siegen ist Ihre Anbieter unabhängige Anlaufstelle für alle Verbraucherthemen und unterstützt Sie außergerichtlich bei der Wahrnehmung Ihrer Verbraucherrechte. Darüber hinaus bietet die Verbraucherzentrale aktuelle Informationen zu vielen Themen:

in selbst verlegten Ratgebern und Materialien, in Publikationen von Kooperationspartnern wie der Stiftung Warentest in der Infothek, einer Sammlung von Verbrauchertipps und Testergebnissen.

Informationsangebot:

- Bauen und Wohnen
- Haushalt
- Energie
- Medien- und Telekommunikation
- Ernährung
- Umwelt und Klimaschutz
- Finanzen
- Verbraucherrecht
- Versicherungen
- Baufinanzierung
- Mietrechtsberatung
- Energieberatung
- Ernährungskurse
- Geldanlage
- Versicherungsberatung
- Altersvorsorge
- Verbraucherrecht, Beratung und Vertretung

Verbraucherzentrale NRW

Beratungsstelle Siegen
Friedrichstraße 1, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 33 10 81

E-Mail: siegen@vz-nrw.de

Internet: vz-nrw.de/siegen

Öffnungszeiten:

Mo, Di 9:30 – 17:00 Uhr

Do 9:30 – 18:00 Uhr

Fr 9:30 – 13:00 Uhr

Verbraucherrecht,

Beratung und Vertretung

(Rechtsvertretung beinhaltet eine Kontaktaufnahme mit dem Gegner und ist immer außergerichtlich)

- Rechtsberatung – 7 Euro
- Rechtsvertretung inkl. Rechtsberatung – 19 Euro
- Rechtsberatung durch Anwalt – 26 Euro
- Rechtsvertretung inkl. Rechtsberatung durch Anwalt – 44 Euro

Verbrauchertelefon NRW

Landesweite Rechts- und Verbraucherberatung per Telefon: 0900–1–89 79 69

(1,86 Euro/Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunkpreise abweichend)

Mo – Fr von 9:00 – 17:00 Uhr

E-Mail-Beratung

Schriftliche Rechtsberatung unter:

www.vz-nrw.de/emailberatung

(19 Euro inkl. MwSt. pro Antwort. Bei

höherem Zeitaufwand kostet die E-Mail-Rechtsberatung 26 Euro inkl. MwSt. pro Antwort. Per E-Mail werden Sie vorab benachrichtigt.)

Wohlfahrts- und Sozialverbände

Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Siegen-Wittgenstein/Olpe

Koblenzer Straße 136, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 3386–0

Telefax: 0271/ 3386–199

E-Mail: info@awo-siegen.de

Internet: www.awo-siegen.de

Caritasverband Siegen-Wittgenstein e.V.

Häutebachweg 5, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 23602–0

Telefax: 0271/ 23602–69

E-Mail: info@caritas-siegen.de

Internet: www.caritas-siegen.de

Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband

Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V. (DPWM)

Kreisgruppe Siegen-Wittgenstein/Olpe

Sandstraße 12, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 54966

Telefax: 0271/ 57026

E-Mail:

siegen-wittgenstein-olpe@paritaet-nrw.org

Internet: www.paritaet-nrw.org

Diakonisches Werk

im Kirchenkreis Siegen e.V.

Wichernstraße 40, 57074 Siegen

Telefon: 0271/3336744, Telefax: 0271/3336748

E-Mail: volker.guerke@diakonie-sw.de

Internet: www.diakonie-suedwestfalen.de

DRK-Kreisverband

Siegen-Wittgenstein e.V.

Bismarckstraße 68, 57076 Siegen

Telefon: 0271/33716-0

Öffnungszeiten: Mo – Fr. 7:30-18:00 Uhr

E-Mail: info@drk-siegen.wittgenstein.de

Internet: www.drk-siegen-wittgenstein.de

SoVD Sozialverband Deutschland

Brüderweg 17 , 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 51754

E-Mail: sovd-siegen@web.de

Sozialverband VdK, NRW e. V.

Kreisverband Siegen-Olpe-Wittgenstein

Morleystraße 15, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 3038290

Clubs und Begegnungsstätten

In den einzelnen Stadtteilen der Stadt Siegen existiert eine Vielzahl von Gruppen für und mit älteren Menschen, die zum überwiegenden Teil bei den Kirchengemeinden oder einem der Wohlfahrtsverbände angesiedelt sind. Diese Gruppen bieten ihren Mitgliedern unterschiedliche Möglichkeiten der Begegnung, Freizeitgestaltung oder Möglichkeiten zum ehrenamtlichen Engagement. Um die für Sie richtige Gruppe zu finden, nehmen Sie Kontakt zu den Wohlfahrtsverbänden oder Kirchengemeinden auf. Weitere Informationen erhalten Sie auch bei der Regiestelle Leben im Alter der Stadt Siegen (Telefon 0271/ 404-2200).

An dieser Stelle nennen wir nur diejenigen Gruppen, die im städtischen SeniorInnenselbsthilfe- und Begegnungszentrum Haus Herbstzeitlos und den Senioren-ServiceStellen der Stadt Siegen tätig sind.

Haus Herbstzeitlos

1997 baute die Stadt Siegen mit Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen einen ehemaligen Schulpavillon zu einer Begegnungsstätte für ältere Menschen um. Im Haus Herbstzeitlos werden Modelle und Projekte entwickelt und realisiert, die ermöglichen, dass ältere Menschen

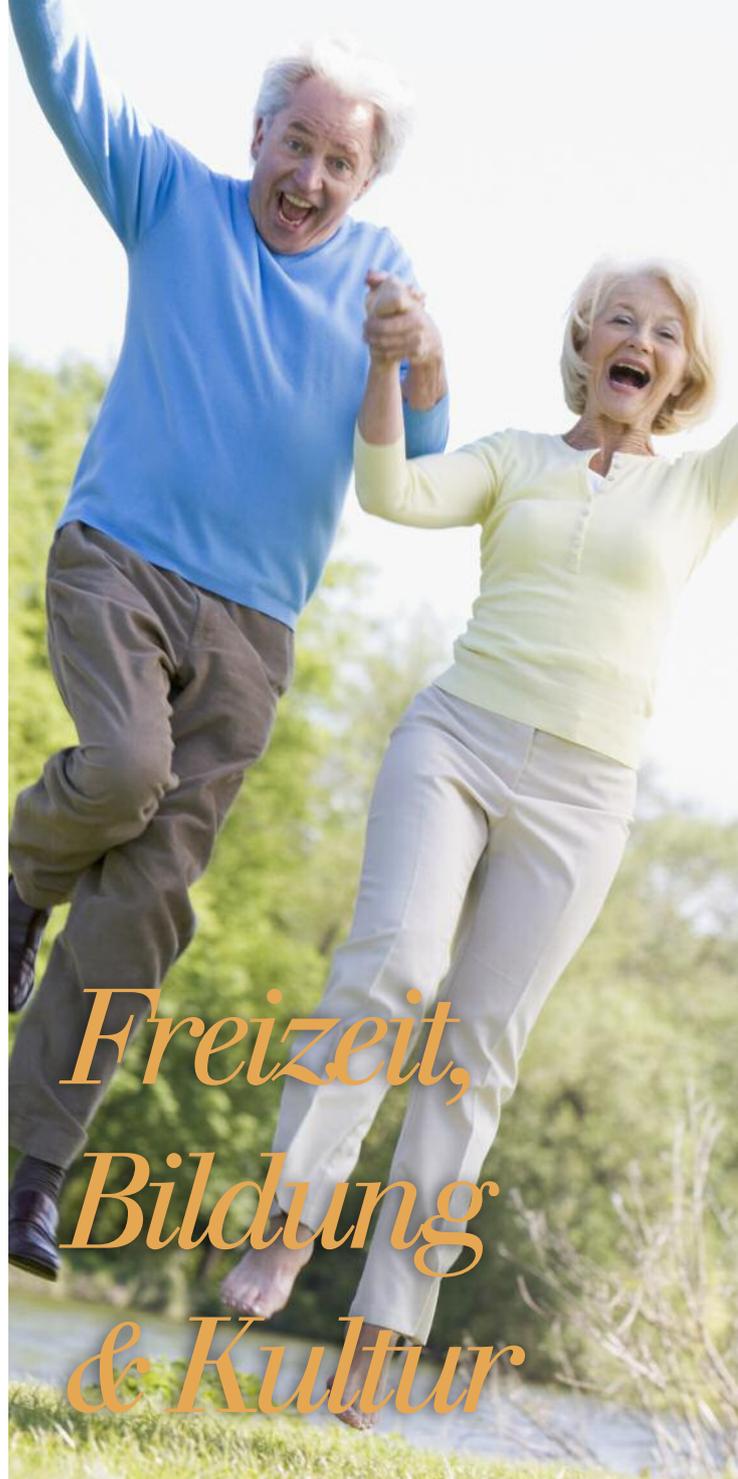
- etwas für sich,
- etwas für andere oder
- etwas mit anderen tun können.

Mehr als 20 unterschiedliche Gruppen bieten monatlich ca. 80 Angebote. Hier können Sie Englisch und Computer lernen, am Mittagstisch teilnehmen, Bücher ausleihen und vieles andere mehr.

Im monatlich erscheinenden Veranstaltungskalender werden die jeweils aktuellen Angebote veröffentlicht.

Haus Herbstzeitlos

Marienbornerstr. 151,
57074 Siegen
Telefon:
0271/ 3846108,
0271/ 404-2139



*Freizeit,
Bildung
& Kultur*

SeniorenServiceStellen

In den SeniorenServiceStellen der Stadt Siegen finden Sie neben Beratung und Information auch zahlreiche Begegnungs- und Freizeitangebote, wie z.B.

- Interkultureller Singkreis (Weidenau)
- Handarbeitsgruppe (Weidenau)
- 3000-Schritte-Spaziergang (Weidenau)
- Montagstreff (Geisweid)
- Selbstverteidigungskurs (Geisweid)

In den monatlich erscheinenden Veranstaltungskalendern der SeniorenServiceStellen werden die jeweils aktuellen Angebote veröffentlicht (siehe auch Seite 17).

ALTERAktiv Siegen–Wittgenstein e.V.

Ziel des Vereins ist es, Handlungspotenziale älterer Menschen für die Allgemeinheit zu erhalten und nutzbar zu machen. Hierzu gehört die Förderung der nachberuflichen freiwilligen gemeinnützigen (ehrenamtlichen) Tätigkeit älterer Menschen im Sinne eines bürgerschaftlichen Engagements. Gemeinsames Ziel ist eine unabhängige und sinnvolle Lebensgestaltung im Alter.

Internet: www.senioren-siegen.de
und www.senioren-si.de

ALTERAktiv Siegen–Wittgenstein e.V.

St.-Johann-Str. 7, 57074 Siegen
(MehrGenerationenZentrum Martini),
Telefon: 0271/ 2339425
E-Mail: info@senioren-siegen.de

Öffnungszeiten: Di und Do von 9:00 – 12:00 Uhr, weitere Öffnungs- und Sprechzeiten nach Vereinbarung

ALTERAktiv ist Träger folgender Projekte:

Internet-Café (Senecafé)

Marienborner Straße 151, 57074 Siegen,
(Haus Herbstzeitlos), Tel.: 0271/ 2503239
E-Mail: senecafe@senioren-siegen.de
Öffnungszeiten: Mo 14:00 – 18:00 Uhr,
Mi 09:00 – 12:00 und 14:00 – 18:00 Uhr

Zugang und Nutzung der PC's auch ohne Vereinsbindung (3 Euro/Std.). Schulung nur für Mitglieder des Vereins ALTERAktiv.

Wohnberatung

St.-Johann-Straße 7, 57074 Siegen
Tel.: 0271/ 2346066
E-Mail:
wohnberatung@senioren-siegen.de

Wohnpartnerschaft

Koordinationsstelle Annette Becker
St.-Johann-Straße 7, 57074 Siegen
Telefon: 0271/2346066
E-Mail: wohnpartnerschaft@senioren-si.de

Taschengeldbörse

Koordinationsstelle Camilla Stettner
St.-Johann-Straße 7, 57074 Siegen
Telefon: 0271/2346066
E-Mail: taschengeldboerse@senioren-si.de

Weitere Aktivitäten:

- AG Alt & Jung
- AG Aquarellmalen
- AG „Mensch und Umwelt“

Zu aktuellen Themen und nach Bedarf: Informationsveranstaltungen und Fortbildungen – auch mit Kooperationspartnern.

Der Vorstand des Vereins ist stets interessiert an der Verbindung mit älteren Erwachsenen, die die gemeinsame Zielsetzung – auch mit neuen Ideen – unterstützen wollen.

Vorsitzender: Alois Michalek
Marienweg 23, 57234 Wilsdorf
Stellv. Vorsitzende: Lucia Schwarzwälder
Am Ginsterhang 65, 57080 Siegen

SeniorInnenzeitung „durchblick“

Zwar im Ruhestand, aber arbeitsam in Bewegung; zwar journalistisch zum größten Teil nicht vorgebildet, aber in der Lage, mit dem „durchblick“ eine gute informative Zeitung zu machen. „Von Senioren für Senioren, aber nicht nur für diese“ – das ist das Motto des ehrenamtlich arbeitenden Redaktionsteams der seit 1986 ersten und einzigen Zeitung Siegens für Menschen über 50.

Ziel der Redaktionsarbeit ist es, die Siegerländer- und Wittgensteiner Altenarbeit zu verfolgen und zu begleiten. Der „durchblick“ gibt SeniorInnen und Senioren Hilfestellungen und Anregungen. Es werden

aber auch Schwachstellen im kommunalen Bereich und darüber hinaus aufgezeigt, die das Leben der älteren Menschen oft vor große Probleme stellen.

Nicht zuletzt wollen die 25 Text-, Hörbuch- und Bildredakteure sowie die 20 weiteren Mitarbeiter der Zeitung daran mitwirken, das defizitäre Altenbild in der Gesellschaft zu korrigieren. Deshalb versteht sich der „durchblick“ durchaus auch als ein politisches, aber unabhängiges Organ der in der Region lebenden älteren Menschen.

durchblick Information und Medien e. V.

Marienborner Straße 151, 57074 Siegen
(Haus Herbstzeitlos)

Telefon: 0271/ 61647 oder 0171/ 6206413

E-Mail: redaktion@durchblick-siegen.de

Internet: www.durchblick-siegen.de

Seniorenhilfe Siegen e.V. „Miteinander – füreinander, nicht nur für ältere Menschen“

Die Seniorenhilfe Siegen e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation, nicht nur von älteren Menschen. Im Mittelpunkt der Arbeit steht die gegenseitige Hilfe auf ehrenamtlicher Grundlage. Die Vergütung erfolgt je nach Zeitaufwand auf einer Punktbasis, d.h. der/die Helfer/in erhält für eine geleistete Hilfe eine Gutschrift von zwei Punkten je Stunde auf ein Konto. Benötigt der/die Helfende dann selbst einmal

Hilfe, kann als Entgelt dieses Punktekonto eingesetzt werden. Als Barleistungen fließen lediglich Pauschalen für Fahrtkosten. Zum besseren Kennenlernen untereinander bietet der Verein verschiedene Aktivitäten an, z.B.:

- Singen
- Wandern (kurze und lange Strecken)
- Handarbeiten
- Literaturtreff
- Frühstückstreff

Seniorenhilfe Siegen e. V.

Marienborner Str. 151, 57074 Siegen
(Haus Herbstzeitlos)

Telefon: 0271/ 6610335

Bürozeiten:

Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 12:00 Uhr,

Mi 15:00 – 17:00 Uhr



AWO CATERING service

Sicherheit und Wohlbefinden.

Hausnotruf - Hilfe auf Knopfdruck.

Mit unserer Hilfe sind Sie nicht länger allein! Ganz beruhigt und sicher können Sie das eigenständige Leben in der gewohnten Umgebung genießen.

Sie benötigen lediglich einen Telefonanschluss. Wir liefern den Rest: Hausnotrufanlage, Funkfinger (Handsender). Wir sind 24 Stunden erreichbar!

Weitere Informationen:
Nicole Lumen

Hausnotruf.
0271-89061-0
AWO-Sozialstation

Essen auf Rädern.
02737-505161
Mittagstisch





Bibliotheken und Archiv

Die Stadtbibliothek Siegen finden Sie mit erweitertem Medien- und Dienstleistungsangebot und im neuen, modernen Ambiente zusammen mit der Volkshochschule und dem Stadtarchiv an zentralem Standort im KrönchenCenter in der Siegener Oberstadt.

Es gibt ein Schülercenter mit Gruppenarbeitsraum und acht PC-Arbeitsplätzen, eine Jugendbibliothek, eine Kinderabteilung in der regelmäßig Vorlesestunden stattfinden, umfangreiche Sachbuch – und Romanbestände für Erwachsene, sowie ein vielseitiges Angebot an sogenannten „Non-Book-Medien wie Pop-Rock-Jazz-Volksmusik- und Klassik-CDs, Spiel- und Dokumentarfilme auf DVD, Hörbücher und Computerprogramme auf CD-ROM. Vier Internet-Terminals, vier Abhörplätze für Audio-CDs und fünf OPACs (elektronische Bibliothekskataloge für die Medienrecherche) sind ebenso vorhanden wie ein gemütliches Lesecafé für ungestörtes Zeitung- und Zeitschriftenlesen (ca. 20 Zeitungen und über 200 Zeitschriften), Kaffee trinken und Plaudern.

Im Zuge des mit Landesmitteln geförderten Projekts „Generation 50plus im Fokus“ konnte der zielgruppenspezifische Medienbestand erheblich erweitert werden. Die diesbezüglichen Neuerwerbungen der Stadtbibliothek wurden in einer Liste zusammengestellt, die für Interessierte in der Bibliothek zur Mitnahme bereitliegt. Die Ausleihe der Medien erfolgt für Erwachsene gegen eine Gebühr von jährlich 14 Euro. Es gibt die Möglichkeit der einmaligen Ausleihe. Hierfür beträgt der Kostenbeitrag für Erwachsene 3 Euro. InhaberInnen des „Siegener Ausweises“, der „Jugendleitercard“, oder der „Ehrenamtskarte“, erhalten einen Gratis-Benutzerausweis.

Die Stadtbibliothek ist Di bis Fr von 10:00 – 19:00 Uhr und jeden Sa von 10:00 – 14:00 Uhr geöffnet, Mo geschlossen. Das Team der Stadtbibliothek Siegen ist in der 1. Etage des KrönchenCenters für Sie da.

Stadtbibliothek

Markt 25, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 404-3011, 0271/ 404-3012
E-Mail: stadtbibliothek@siegen.de

Das Stadtarchiv verwahrt das städtische Schriftgut vom Mittelalter bis zur Gegenwart, ergänzt durch Unterlagen privater Herkunft und verschiedener Sammlungen. Hervorzuheben sind insbesondere die umfangreiche Zeitungssammlung und die regionalgeschichtliche Bibliothek.

Stadtarchiv

Markt 25, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 404-3080
Fax: 0271/ 404-3098/ -3099
E-Mail: l_burwitz@siegen.de
Öffnungszeiten:

Di u. Do 10:00 – 19:00 Uhr,
Mi u. Fr. 10:00 – 15:00 Uhr,
jeden 4. Sa im Monat 10:00 – 14:00 Uhr

Alle Ausstellungen, Vorträge, Aktionen von Stadtarchiv und Stadtbibliothek etc., die im KrönchenCenter stattfinden, werden in einem Programm zwei Mal pro Jahr veröffentlicht (Januar – Juni und August – Dezember).

Herder-Bibliothek Siegerland

Die Herder-Bibliothek beschäftigt sich mit dem deutschen und europäischen Osten in Vergangenheit und Gegenwart (insbesondere mit Ost- u. Westpreußen, Pommern, Schlesien und den böhmischen Ländern/Sudetenland).

Hier stehen den BesucherInnen etwa 35.000 Bücher und Zeitschriftenjahrgänge zur Verfügung. Monatlich findet mindestens ein öffentlicher Vortrag statt.

Mitglieder werden zu den Veranstaltungen gesondert eingeladen.

Die Benutzung der Buchbestände und der Besuch der Veranstaltungen sind unentgeltlich.

Bibliotheks- und Vortragsraum:

Bismarckstr. 68, 57076 Siegen-Weidenau

Öffnungszeiten:

Mo und Do 15:00 – 18:00 Uhr,

Telefon: 0271/ 44629

Geschäftsstelle (und Postadresse):

Dr. Peter Wörster

Wehracker 30, 35041 Marburg/Lahn

Telefon: 0171/ 1710976 und 06421/ 184-140

E-Mail: woerster@arcor.de

oder woerster@herder-institut.de

Universitätsbibliothek

Das Ausleihen der Bücher ist auch für nicht Studierende gebührenfrei. Voraussetzung ist ein gültiger Bibliotheksausweis.

Regelmäßig werden kostenlose Führungen

angeboten. Treffpunkt ist die „Zentrale Information“ in der Hauptbibliothek, Adolf-Reichwein-Straße; Information per Telefon, E-Mail oder im Internet.

Hauptbibliothek:

Adolf-Reichwein-Straße 2, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 740-4203

oder 0271/ 740-4563

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 8:00 – 24:00 Uhr,

Sa 9:00 – 20:00 Uhr

E-Mail: zinfo@ub.uni-siegen.de

Internet: www.ub.uni-siegen.de

Zusätzlich verfügen viele Kirchengemeinden über Büchereien.

Das Ausleihen der Bücher ist meistens kostenlos möglich.

KulturSiegen

KulturSiegen ist für die Koordinierung der städtischen Kulturangelegenheiten und die Kulturförderung in der Stadt Siegen verantwortlich und bietet regelmäßig unterschiedliche Programmreihen sowie einzelne Sonderveranstaltungen an. Das KrönchenCenter und die Rathausgalerie bieten Möglichkeiten für Ausstellungen von Einzelpersonen, Vereinen, Initiativen und zu verschiedenen thematischen Anlässen. Ausführliche Informationen zu den Ausstellungen und Veranstaltungsreihen so-

wie zu den Förderrichtlinien erhalten Sie auch unter www.siegen.de.

Die bekanntesten und beliebtesten Veranstaltungsreihen „Sonntagnachmittag um 4 im Schlossgarten“ und „Siegener Open Air Kino“ werden im Winterhalbjahr ergänzt durch die Reihe „worldmusic“.

KulturSiegen

KrönchenCenter,

Markt 25, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-3056

Telefax: 0271/ 404-3070

E-Mail: kultur@siegen.de

Die Ausstellungen und Veranstaltungen in der Städtischen Galerie Haus Seel (Schwerpunkte: Malerei, Bildende Kunst und Fotokunst) und die Verleihung des Rubenspreises sowie des Förderpreises zum Rubenspreis sind ein fester Bestandteil des Siegener Kulturlebens.

Städtische Galerie Haus Seel

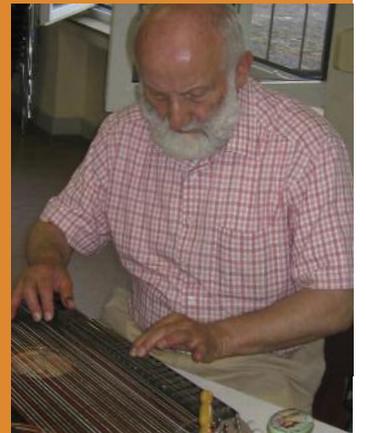
Kornmarkt 20, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-1447

Öffnungszeiten:

Di bis So 14:00 – 18:00 Uhr,

feiertags auch 11:00 – 13:00 Uhr



Interkultureller Senioren Singkreis



Die Mitarbeiter der Regiestelle Leben
im Alter bei einer Theaterprobe

Senioren im Siegerland



Mit dem Seniorenbeirat auf Tour

Museen

Das Aktive Museum Südwestfalen ist ein Dokumentations- und Lernort für regionale Zeitgeschichte am Platz der ehemaligen Synagoge, die dort von 1904 – 1938 stand. Das Gebäude diente von 1941 – 1945 als Bunker. Schwerpunkt des Museums ist die Auseinandersetzung mit der lokalen Geschichte des Nationalsozialismus und des Judentums.

Führungen können über die Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Siegen e.V. vereinbart werden.

Telefon: 0271/ 20100 , Frau Gockel

Internet:

www.ns-gedenkstaetten.de/nrw/siegen

Aktives Museum Südwestfalen

Obergraben 10, 57072 Siegen

Postanschrift:

Häutebachweg 6, 57072 Siegen

E-Mail: cjz.siegen@t-online.de

Das Museum für Gegenwartskunst Siegen widmet sich einflussreichen Positionen der Gegenwartskunst von der Malerei über die Fotografie und Video bis hin zu raum- und

zeitbezogenen Installationen. Es lenkt den Blick auf die Wechselwirkung von alten und neuen künstlerischen Strategien und auf den Dialog zwischen den Medien.

Neben den Ausstellungsaktivitäten macht ein vielfältiges Veranstaltungsangebot das Museum zu einem lebendigen Ort der Begegnung und des Austausches.

Museum für Gegenwartskunst e.V.

Unteres Schloss 1, 57072 Siegen

Telefon: 0271/405770

E-Mail: info@mgk-siegen.de

Internet: www.mgk-siegen.de

Das Siegerlandmuseum ist ein Regionalmuseum für Kunst- und Kulturgeschichte mit Ausstellungen zum Haus Nassau-Oranien bzw. Nassau-Siegen, Peter Paul Rubens, Siegerländer Wohnkultur (Schwerpunkt 19. Jhd.) und zur Wirtschaftsgeschichte mit Mineraliensammlung und Schaubergwerk, Sonderausstellungen und Kaffeestube.

Geöffnet:

Di – So von 10:00 – 17:00 Uhr

(Sonderöffnungszeiten an Feiertagen)

Der Eintritt ins Siegerlandmuseum im Oberen Schloss beträgt für Erwachsene 3 Euro, Kinder 1,50 Euro, Familienkarte 6 Euro (Ermäßigungen für Gruppen ab 10 Personen). Kinder unter 6 Jahren und InhaberInnen des „Siegener Ausweises“ oder der „Ehrenamtskarte“ haben freien Eintritt. Führungen auf Anfrage.

Dem Siegerlandmuseum angeschlossen ist das Ausstellungsforum Haus Oranienstraße mit Wechselausstellungen nationaler und internationaler Künstler. In dieser um 1900 erbauten Villa finden auch Lesungen und diverse Konzerte statt.

Geöffnet:

Di – So 10:00 – 17:00 Uhr

Termine und konkrete Inhalte der Sonderausstellungen, sowie die Sonderöffnungszeiten an Feiertagen sind dem Internet oder der Tagespresse zu entnehmen. Der Eintritt ist frei.



Siegerlandmuseum im Oberen Schloss

Burgstraße, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 23041-0
Telefax: 0271/ 23041-20

Ausstellungsforum Haus Oranienstraße

Oranienstr. 9, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 21823
Telefax: 0271/ 2330350

E-Mail: Siegerlandmuseum@siegen.de
Internet: www.Siegerlandmuseum.de

Musikschule

Die Fritz-Busch Musikschule bietet auch älteren Menschen die Möglichkeit, das Spielen von Instrumenten zu erlernen. Eine kostenlose Informationsbroschüre und nähere Informationen zu Unterrichtsangebot und Entgelt erhalten Sie in der Musikschule. Eine Ermäßigung aus sozialen Gründen ist möglich.

Fritz-Busch Musikschule Stadt Siegen

Kornmarkt 20, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 404-1435
Internet: www.siegen.de

SeniorInnenkino „ohne ALTERSbeschränkung“

Seit 2009 ist die Siegerländer Kulturlandschaft um eine Attraktion reicher: „ohne ALTERSbeschränkung“ ist eine Kooperation der Regiestelle Leben im Alter der Stadt Siegen, den SeniorenServiceStellen der Städte Hilchenbach und Kreuztal, der Stiftung Diakonistation Kreuztal und dem Viktoria-Filmtheater Hilchenbach. Von März bis Oktober wird monatlich ein Film präsentiert, der sich zeitgenössisch mit verschiedenen Aspekten des Alterns beschäftigt. Bereits vor Filmbeginn kann man sich bei selbstgebackenen Kuchen, Waffeln und Kaffee zum netten Plausch mit anderen treffen. Bei Bedarf steht ein spezieller Kino-Bus-Service zur Verfügung. Anmeldung und Information:

Siegen-Weidenau:

Regiestelle Leben im Alter
Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen

Mo bis Fr von 8:00 – 12:00 Uhr
Telefon: 0271/ 404-2200, -2208
E-mail: m_krafft@siegen.de

SeniorInnentheater

Das Seniorentheater „SenTheSie“ ist die erste Senioren-Theatergruppe in Siegen und wurde im Jahr 2000 mit Unterstützung der Regiestelle Leben im Alter der Stadt Siegen und der Volkshochschule Siegen gegründet. Es trafen sich Menschen, die davon träumten, die Bühnenbretter zu erobern oder schon immer mal Theater spielen wollten.

Unter der Leitung der Theaterpädagogin Beate Gräbener erarbeitet die Gruppe eigene Stücke und hat inzwischen eine Vielzahl von Auftritten auf den Brettern, die die Welt bedeuten, erfolgreich absolviert.

SenTheSie (SeniorenTheaterSiegen)

Beate Gräbener
Haigerer Str. 34, 57074 Siegen
Telefon: (0271) 56528
E-Mail: beate.graebener@t-online.de



SeniorInnenveranstaltungen

Mehrmals jährlich organisiert die Stadt Siegen eigene SeniorInnenveranstaltungen. Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse oder informieren Sie sich bei:

Stadt Siegen

Fachbereich 5 / Sonderleistungen
Frau Sturm
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404–2916
E-Mail: p_sturm@siegen.de

Stadtführungen

„Unterwegs in Siegen“ – unter diesem Motto werden Touren angeboten, die Gäste unserer Stadt, aber auch Einheimische, mit der Geschichte Siegens vertraut machen wollen. Sie können unter verschiedenen Tourenangeboten wählen, um die Geschichte Siegens als nassauische Residenzstadt, als Geburtsort von Peter Paul Rubens und als traditionsreiche Industrieregion kennen zu lernen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Gesellschaft für Stadtmarketing Siegen e. V.

Anneliese Junge
Rathaus Siegen, Markt 2, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 404-1316
Telefax: 0271/ 22687
E-Mail: a_junge@siegen.de

Studieren

Mittwochsakademie

Immer mehr ältere Menschen nutzen die Zeit nach der Berufsphase, um sich zuvor oftmals vernachlässigten Interessengebieten zuzuwenden. Im Rahmen der Mittwochsakademie bieten seit 1986 Lehrende der Universität Siegen und anderer Hochschulen immer mittwochs in Siegen und Olpe Seminare und Vorlesungen nicht nur für SeniorInnen zu unterschiedlichen Themen an. Beispielsweise zu Literatur, Geschichte, Philosophie oder auch Soziologie. Ungeachtet der Vorbildung kann hier jede und jeder an den angebotenen Vorlesungen und Seminaren teilnehmen. Die Veranstaltungen finden in Siegen vorwiegend im Medien- und Kulturhaus Lyz in der St.-Johann-Str. 18, aber auch in der Universität statt.

Für jedes Studiensemester erscheint ein kommentiertes Vorlesungsverzeichnis, das in allen Siegener Buchhandlungen ausliegt. Es erscheint jeweils vor Beginn des neuen Semesters Mitte März und Mitte September und ist auch auf der Homepage der Mittwochsakademie zu finden.

Eine Anmeldung zu den Veranstaltungen ist – falls nicht anders im Vorlesungsverzeichnis vermerkt – nicht erforderlich. Es wird ein Beitrag von derzeit 60 Euro erhoben, nach dessen Entrichtung Sie beliebig viele Veranstaltungen besuchen können. Unter bestimmten Voraussetzungen erfolgt Befreiung von der Beitragszahlung.

Ausführliche Informationen unter:

Universität Siegen

Mittwochsakademie

Adolf-Reichweinstr. 2, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 740–2820 (AB)
E-Mail: info@mittwochsakademie.de
www.mittwochsakademie.de

SeniorInnenstudium

Grundsätzlich sind alle Studiengänge der Universität Siegen für jede und jeden offen, der die Zulassungsvoraussetzungen erfüllt.

Wie in anderen Städten nutzen auch in Siegen inzwischen zahlreiche ältere Menschen die Möglichkeit des (Weiter-) Studiums, entweder um einen Abschluss zu erzielen oder sich einem Interessensgebiet vertiefend zuzuwenden.

Kontakt:

Universität Siegen

Studienberatung im Dezernat 6
(Studentische Angelegenheiten - Studienberatung - International Office)
Hölderlinstr. 3, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 740 2712

Theater

Theater- und Konzert-Taxi

Hierbei handelt es sich um ein gemeinsames Projekt der VHS Siegen in Zusammenarbeit mit der Regiestelle Leben im Alter, dem Seniorenbeirat der Stadt Siegen sowie dem Apollo-Theater Siegen. Mit der Idee, einen angenehmen Theater- oder Konzertabend schon an der heimischen Haustür beginnen zu lassen, war Siegen Vorreiter in Nordrhein-Westfalen. Hintergrund ist die Tatsache, dass es für manchen älteren Menschen oft anstrengend und schwierig ist, zu einer Kulturveranstaltung im Stadtgebiet zu gelangen bzw. wieder nach Hause zu kommen. Sie können 8 Theater- oder Konzertveranstaltungen besuchen, zu denen Sie mit einem Taxi abgeholt und wieder nach Hause gebracht werden. Rufen Sie einfach an:

Volkshochschule der Stadt Siegen

Andreas Richter, Telefon: 0271/ 404-3047
Christa Spies, Telefon: 0271/ 404-3051

Apollo-Theater

Oper, Komödie, Klassikeraufführung, Tanztheater, Kinderstück, Konzert... das Apollo-Theater im Herzen Siegens lädt zu mehr als 180 Veranstaltungen pro Spielzeit ein. Es gibt Nachmittagsvorstellungen, kostenlose Theaterführungen, Dichterlesungen, Künstlergespräche und Premieren-Feiern – das Apollo ist der Treffpunkt für Kulturinteressierte. Die Preise sind moderat,

zum Programm gehören Gastspiele der wichtigsten deutschsprachigen Bühnen (Berlin, München, Hamburg, Frankfurt ...) und hochwertige Eigenproduktionen. Außerdem gibt es eine spannende Kammermusik-Reihe (der WDR schneidet mit), jede Menge Sinfonisches und die lockere Reihe „Apollo vokal“.

Apollo-Theater Siegen

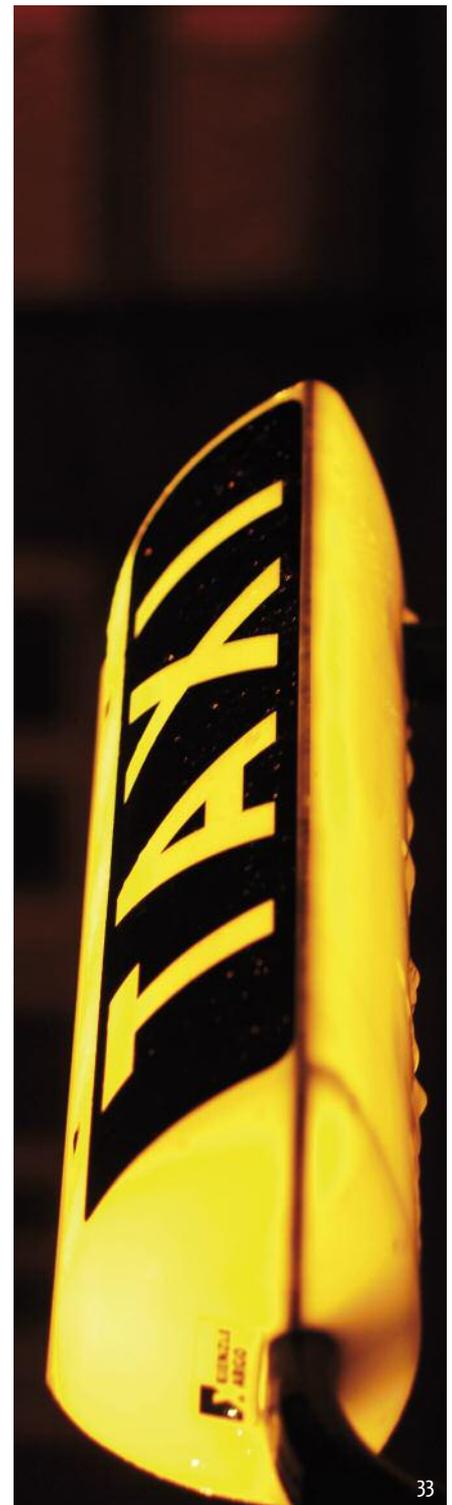
Morleystraße 1, 57072 Siegen
Internet: www.apollosiegen.de
Telefon: 0271/ 770277-2 (Theaterkasse)
E-Mail: theaterkasse@apollosiegen.de
Di – Fr 13:00 – 19:00 Uhr,
Sa 10:00 – 14:00 Uhr
Abendkasse: 1 Std. vor Vorstellungsbeginn

Lyz

Das Kulturhaus Lyz bringt vor allem Hochkarätiges aus Kabarett, Literatur und Jazz auf seine beiden Bühnen. Daneben stehen Kinofilme, regionale Theaterproduktionen und Tanz-, Gesang- oder Jonglage-Workshops auf dem Programm. Das Lyz ist eine Einrichtung des Kreises Siegen-Wittgenstein.

Kulturhaus Lyz

St.-Johann-Str. 18, 57074 Siegen
Telefon:
0271/333-2448 (Vorverkauf)
0271/333-2449 (Organisation)





Volkshochschulen

Die VHS Siegen bietet neben altersgemischten Kursen auch spezielle Kurse für ältere Menschen an. Dazu gehören Tanz, spezielle Angebote zur Gesunderhaltung, Wassergymnastik, Computerclub, Gedächtnistraining, Englischkurse, Sport sowie Angebote im kreativen Bereich. Kurse, Kursgebühren, Anmeldetermine, Veranstaltungsorte und -zeiten stehen im Kursverzeichnis der VHS und unter: www.vhs-siegen.de.

Volkshochschule der Stadt Siegen

Markt 25 , 57003 Siegen
Telefon: 0271/ 404-3000

Die VHS Siegen-Wittgenstein bietet Kurse an in Freudenberg, Kreuztal, Netphen, Wilnsdorf sowie in sechs weiteren Zweigstellen im Kreisgebiet. Für ältere Menschen gibt es neben dem Gesamtangebot auch auf sie abgestimmte Gesundheits-, Sprach- und Computerkurse.

Volkshochschule des Kreises Siegen-Wittgenstein

Koblenzer Str. 73, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 333-1519

Gesundheitsvorsorge, Gesundheitspflege, Selbsthilfe

In jedem Alter ist es wichtig, sich um seine Gesundheit zu kümmern.

Der Begriff Gesundheitspflege umschreibt die Eigenverantwortung des Einzelnen für eine gesunde Lebensweise.

Ein wichtiger Bestandteil zur Erhaltung bzw. zur Verbesserung der Gesundheit ist die regelmäßige Bewegung. Die positiven Auswirkungen von angepasster körperlicher Aktivität sind vielfältig: neben der direkten Wirkung auf Muskulatur und Gelenke bewirkt Bewegung eine Verbesserung der Herz-Kreislauf-Funktionen, vermindert das Risiko für viele altersbedingte Erkrankungen, aktiviert die Abwehrkräfte, regt den Stoffwechsel an und steigert das seelische und geistige Wohlbefinden.

Neben ausreichender körperlicher Aktivität gehört eine ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse zur Pflege und Vorsorge der Gesundheit dazu. Bedenken Sie dabei, dass sich mit zunehmendem Alter die Stoffwechselforgänge verlangsamen und der Kalorienbedarf sinkt.

Deshalb sollten die Mahlzeiten nicht so reichhaltig sein. Unbedingt wichtig ist es aber, auf eine regelmäßige, ausgewogene Ernährung

und auch auf genügend Getränke zu achten. Das Trinken ist wichtig, um den Kreislauf stabil zu halten – 2 Liter pro Tag sollten angestrebt werden.

Viele ältere Menschen - und gerade solche, die alleine leben versäumen es, sich regelmäßige Mahlzeiten zu kochen. Vielleicht denken Sie einmal darüber nach, ob es nicht möglich ist, sich mit NachbarInnen, Freunden oder Bekannten abzusprechen und mindestens einmal in der Woche gemeinsam zu kochen. Denken Sie auch an die Möglichkeit, sich Ihr Essen ins Haus (Essen auf Rädern) bringen zu lassen oder kommen Sie donnerstags zum gemeinsamen Mittagessen ins Haus Herbstzeitlos.

Bei allen Fragen rund um das Thema Gesundheit wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt, Ihre Ärztin, dies ist besonders bei bereits bestehenden Erkrankungen selbstverständlich.

Die besten Chancen, eine Krankheit zu heilen, bestehen dann, wenn sie frühzeitig erkannt wird. Deshalb haben Sie einen gesetzlichen Anspruch auf regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen, die Sie unbedingt

wahrnehmen sollten. Diesbezüglich wenden Sie sich bitte an Ihre Krankenkasse, dort erhalten Sie auch viele weitere Anregungen zum Thema Gesundheitsvorsorge.

Häufig helfen Medikamente, Krankheiten zu überwinden oder Beschwerden zu lindern. Andererseits gibt es aber auch Medikamentenmissbrauch. Schmerzmittel und Schlafmittel können z.B. auf Dauer zu gesundheitlichen Schäden und zur Abhängigkeit führen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie die Medikamente genau nach ärztlicher Anweisung nehmen. Fragen Sie Ihre/n Arzt bzw. Ärztin nach eventuell auftretenden Nebenwirkungen und gehen Sie regelmäßig zur Kontrolluntersuchung. Außerdem sollten Sie von Zeit zu Zeit Ihre Hausapotheke überprüfen und unnötige bzw. vom Verfallsdatum abgelaufene Medikamente aussortieren. Diese können Sie in der Apotheke abgeben.

Für Fragen zur allgemeinen Gesundheitsberatung ist die Regiestelle Leben im Alter Ihr kompetenter Gesprächspartner und informiert Sie gerne über das Angebot in Ihrem Stadtteil.

Leistungen für Blinde, Sehbehinderte sowie Gehörlose

Sie haben Probleme mit der schwindenden Sehkraft und/oder dem Verlust des Hörvermögens? Mit dieser Situation zurechtzukommen, ist an sich schon belastend und führt oft zu großer Unsicherheit. Hinzu kommt aber nicht selten, dass auch finanzielle Belastungen eine Rolle spielen. Hier ein paar Informationen zu den Voraussetzungen, unter denen Sie Ihre Rechte geltend machen werden können:

Blindengeld

Sie gelten als blind, wenn Ihre Sehschärfe auf dem besseren Auge nicht mehr als 0,02 (1/50) beträgt. Darüber hinaus gibt es eine Regelung, mit der Sie Blinden gleichgestellt werden können; dies ist der Fall, wenn Ihr Gesichtsfeld nicht nur vorübergehend erheblich eingeengt und Ihr Restgesichtsfeld

- bei einer Sehschärfe von 0,033 (1/30) in keiner Richtung mehr als 30 Grad
- bei einer Sehschärfe von 0,05 (1/20) in keiner Richtung mehr als 15 Grad
- bei einer Sehschärfe von 0,1 (1/10) in keiner Richtung mehr als 7,5 Grad
- bei einer Sehschärfe von mehr als 0,1 in keiner Richtung mehr als 5 Grad vom Zentrum entfernt liegt.

In diesen Fällen haben Sie – unabhängig vom Einkommen! – Anspruch auf Blindengeld, das wie folgt gezahlt wird:

Blinde Erwachsene unter 60 Jahren erhalten ab 1. Juli 2009 monatlich 608,96 Euro; Kinder und Jugendliche bis 18 Jahren erhalten ab 1. Juli 2009 monatlich 305,00 Euro; Blinde, die das 60. Lebensjahr vollendet haben, erhalten weiterhin monatlich 473 Euro.

Bei blinden Erwachsenen, die Pflegegeld der Stufe I erhalten, wird das Blindengeld um monatlich 157,50 Euro gekürzt, bei Stufe II und III um 150,50 Euro. In bestimmten Fällen wird das Blindengeld um bis zu 50 % gekürzt, wenn Sie in einem Heim leben.

Leistungen für hochgradig Sehbehinderte

Sie sind hochgradig sehbehindert, wenn Ihr besseres Auge mit Gläserkorrektur ohne besondere optische Hilfsmittel eine Sehschärfe von nicht mehr als 0,05 (1/20) oder krankhafte Veränderungen aufweist, die das Sehvermögen in entsprechendem Maße einschränken. Das Sehvermögen ist in entsprechendem Maße eingeschränkt, wenn die Grenze des Restgesichtsfeldes

- bei einer Sehschärfe von 0,1 (1/10) in keiner Richtung mehr als 30 Grad
- bei einer Sehschärfe von 0,2 (2/10) in keiner Richtung mehr als 20 Grad
- bei einer Sehschärfe von mehr als 0,2 (2/10) in keiner Richtung mehr als 10 Grad

vom Zentrum entfernt ist. Gesichtsfeldreste über 50 Grad bleiben unberücksichtigt.

In diesen Fällen haben Sie unabhängig vom Einkommen Anspruch auf Leistungen für hochgradig Sehbehinderte. Die monatliche Geldleistung beträgt zurzeit 77 Euro.

Leistungen für Gehörlose

Sie haben bei einem angeborenen oder einer bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres erworbenen Taubheit oder an Taubheit grenzender Schwerhörigkeit – unabhängig vom Einkommen! – Anspruch auf Leistungen für Gehörlose. Die monatliche Geldleistung beträgt zurzeit 77 Euro.

Dem Antrag ist eine Bescheinigung des HNO-Arztes beizufügen.

Anträge

Alle vorgenannten Leistungen werden beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe, Abteilung Soziales, Pflege und Rehabilitation, mit einem Vordruck beantragt. Dem Antrag sind die fachärztliche Bescheinigung und gegebenenfalls weitere Unterlagen beizufügen.

Beratung, Antragsformulare und fachärztliche Bescheinigungen zu den Leistungen erhalten Sie unter anderem von:

Stadt Siegen

Fachbereich Soziales, Familien, Jugend und Wohnen, Zi. 243 (nur vorm.)
Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen
Telefon 0271/404-2256

Beratung und Unterstützung für Blinde und hochgradig Sehbehinderte erhalten Sie auch beim:

Blinden- u. Sehbehindertenverein

Bz. Gruppe Siegen-Wittgenstein e. V.
Unter dem Klingelschacht 69, 57074 Siegen
Telefon: 0271/ 4057019

Schwerbehindertenausweis

Personen, die dauernd körperlich, geistig oder seelisch beeinträchtigt sind, erhalten ab einem sogenannten Grad der Behinderung (GdB) von 50% einen Schwerbehindertenausweis. Hiermit können dann Vergünstigungen verschiedener Art in Anspruch genommen werden. Diese richten sich nach dem Grad der Behinderung und nach Merkzeichen, die im Schwerbehindertenausweis eingetragen sein müssen. Nachteilsausgleiche können z. B. Steuervorteile, Freifahrt mit Bus und Bahn (ggf. ist ein Betrag von derzeit 60 Euro pro Jahr für die Wertmarke zu zahlen), Einkommensfreibeträge für Wohngeld oder der Sozialtarif der Telekom sein. Sie sollten zunächst einen Antrag auf Feststellung des Grades der Behinderung und ggf. eines oder mehrerer Merkzeichen beim Versorgungsamt Soest stellen. Das Versorgungsamt prüft dann, ob die Voraussetzungen vorliegen.

Anträge erhalten Sie in den Bürgerbüros.
Anträge und Beratung:

Stadt Siegen

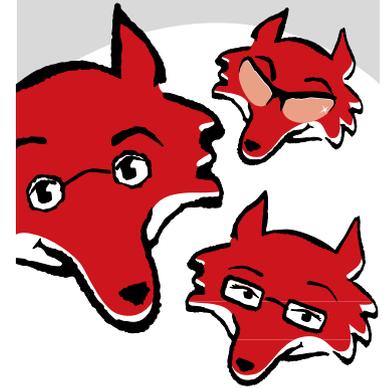
Beauftragte für Behindertenfragen
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
A - J: Gisela Dittmar, Zimmer: E 4
Telefon: 0271/ 404-2140
Telefax: 0271/ 404-2716
E-Mail: g_dittmar@siegen.de
K - Z: Rainer Damerius, Zimmer: E 3
Telefon: 0271/ 404-2142
Telefax: 0271/ 404-2716
E-Mail: r_damerius@siegen.de

Auch die Sozialverbände SoVD und VdK geben Ihnen Auskunft. Die Sozialverbände gewähren darüber hinaus auch Rechtsvertretung – im Streitfall vor dem zuständigen Sozialgericht.

Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen sind freiwillige Zusammenschlüsse von Menschen, die von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen betroffen sind und die ihre Lebensumstände verändern wollen.

Die TeilnehmerInnen tauschen ihre Erfahrungen aus, informieren und beraten sich gegenseitig und planen gemeinsame Aktivitäten. Kontakt zu Selbsthilfegruppen können Sie aufnehmen über:



Rundum

gut beraten.

schlauer sehen



Siegener Oberstadt
Tel. 02 71-5 10 54
in der City-Galerie
Tel. 02 71-2 38 24 40
www.brillen-fuchs.de

DRK-Kreisverband, Siegen-Wittgenstein e.V.

Psychosoziale Krebsnachsorge /
MS-Kreis / Behindertenhilfe
Bismarckstraße 68, 57076 Siegen
Telefon: 0271/33716-0
E-Mail: info@drk-siegen.wittgenstein.de
Internet: www.drk-siegen-wittgenstein.de
Öffnungszeiten: Mo – Fr 7:30-18:00 Uhr

Frauenberatungsstelle Siegen

Freudenberger Str. 28, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 21887
E-Mail: frauenberatung@frauenhelfen-
frauen-siegen.de

Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Einzelberatung, Paarberatung, Familien-
beratung, Gruppenangebot
Obergraben 27, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 57617
Telefax: 0271/ 21406
E-Mail: eheberatung-siegen@erzbistum-
paderborn.de

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen in der Ehe-, Fami- lien- und Lebensberatungsstelle des Kirchenkreises Siegen (KISS)

Frau H. Tönnies und Frau E. Heinbach
Burgstr. 23, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 25028-50
E-Mail: KISS@EFL-Siegen.de

Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen

Frau G. Gaumann
Wichernstraße 42, 57074 Siegen
Telefon: 0271 / 333 6422
E-Mail: selbsthilfe@diakonie-sw.de

Sport

Wenn Sie nach einer Möglichkeit zur
altersgerechten, sportlichen Betätigung
suchen, dann finden Sie in der Stadt Sie-
gen eine Vielzahl unterschiedlicher Sport-
angebote und Sportgruppen. Von wan-
dern bis spazieren gehen, schwimmen
oder Ausdauersportarten erhalten Sie viel-
fältige Informationen bei:

Stadt Siegen

Regiestelle Leben im Alter

Rathaus Weidenau
Weidenauer Straße 215
57076 Siegen
Telefon: 0271/ 404-2200

In den Hallenbädern Löhrtor und Eiserfeld
befinden sich neben den großen Schwimm-
becken auch Warmwasserbecken mit einer
angenehmen Wassertemperatur von 32° C.
Im Hallenbad Eiserfeld sind im Warmwas-
serbecken zusätzlich Quirl- und Massage-
düsen vorhanden. Zudem ist dieses Bad in
allen Badbereichen barrierefrei zugänglich.
Weitere Informationen:

Stadt Siegen

Abteilung Sport und Bäder

Haus Seel, Kornmarkt 20, 57072 Siegen
Telefon: 0271/ 404-1547,-1545

Suchtberatung

Die Suchtberatungsstellen beraten Abhän-
gige und Gefährdete sowie deren Kontakt
bzw. Bezugspersonen in den Bereichen
stoffgebundener Süchte (Alkohol, Medika-
mente usw.) und im Bereich stoffunge-
bundener Süchte (Glücksspiel, Essstö-
rungen, Kaufsucht ...). Das Angebot bein-
haltet sachbezogene Informationsgesprä-
che, auch Einzel-, Paar- und Familien-
gespräche mit therapeutischer Ausrich-
tung. Ergänzt werden können die Einzel-
gespräche durch Gruppensitzungen der
verschiedenen Selbsthilfegruppen, mit
denen die Beratungsstelle kooperiert.
Zum 1. Januar 2009 hat der Kreis Siegen-
Wittgenstein seine Suchtberatungsstelle in
die Trägerschaft der AWO übergeben:

AWO Suchtberatung

Koblenzer Str. 148, 57072 Siegen
(ab Februar 2011)
Telefon: 0271/ 313733-0
E-Mail: suchtberatung@awo-siegen.de
Internet: www.awo-siegen.de
www.suchthilfe-siegerland.de

Öffnungszeiten:

Mo – Do 8:30 – 17:00 Uhr

Fr 8:30 – 15:00 Uhr (um vorherige Terminvereinbarung wird gebeten)

Beratungsstelle für Suchtkranke Diakonie Sozialdienste GmbH

Friedrichstr. 27 (3.OG), 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 5003–220

Telefax: 0271/ 5003–209

E-Mail: suchtberatung@diakonie-sw.de

Sprechzeiten:

Mo – Do 8:30 – 12:00 Uhr,

13:30 – 15:30 Uhr; Fr 8:30 – 12:00 Uhr

Das Angebot der Beratungsstelle umfasst

- Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppenberatung
- Beratung und Hilfen für Angehörige von Suchtkranken
- Beratung und Hilfen für Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien
- Information über soziale Hilfen
- Suchtbegleitung, soziale Integration und psychosoziale Betreuung
- Vermittlung in Entgiftung und Entwöhnungsbehandlung sowie begleitende Hilfen
- Nachsorge
- Öffentlichkeitsarbeit
- Vernetzung und Kooperation mit anderen Einrichtungen der Region

Kriegsopferfürsorge

Die Kriegsopferfürsorge ist Teil des Sozialen Entschädigungsrechts, das im Bundesversorgungsgesetz (BVG) und seinen Nebengesetzen geregelt ist.

Im Rahmen der Kriegsopferfürsorge werden neben den Leistungen an Kriegsbeschädigte und deren Hinterbliebene insbesondere Leistungen für Menschen erbracht, die

- als Wehr- oder Zivildienstleistende einen anerkannten dauerhaften gesundheitlichen Schaden erlitten haben,
- als Opfer einer Gewalttat anerkannte bleibende gesundheitliche Schädigungen erlitten haben,
- einen bleibenden Impfschaden erlitten haben,
- als anerkannte politische Verfolgte oder Häftlinge der ehemaligen DDR und in den ehemaligen Ostgebieten dauerhaft gesundheitlich geschädigt wurden.

Weitere Informationen über diese Leistungen:

LWL-Hauptfürsorgestelle Westfalen

48133 Münster

Telefon: 0251/591-5827 oder 0251/591-5715

E-Mail: hauptfuersorgestelle@lwl.org

Soziales Entschädigungsrecht

Seit dem 1. Januar 2008 hat das LWL-Versorgungsamt Westfalen von den ehemaligen fünf Versorgungssämtern in NRW die Aufgaben des Sozialen Entschädigungsrechts zentral in Münster übernommen.

Wer Gesundheitsschäden erlitten hat, kann dafür unter bestimmten Voraussetzungen staatliche Leistungen erhalten. Hierbei sichern verschiedene Renten und Leistungen die wirtschaftliche Versorgung. Anspruchsberechtigt sind Beschädigte, Schwerbeschädigte und deren Hinterbliebene (Witwen/Witwer, Lebenspartner, Waisen und Eltern).

Weitere Informationen, welche Leistungen im Rahmen des Sozialen Entschädigungsrechts gewährt werden, erhalten Sie von den Mitarbeiter/innen des LWL-Versorgungsamtes Westfalen.

LWL-Versorgungsamt Westfalen

48133 Münster

LWL-Versorgungsamt-Hotline:

0251/591-01

E-Mail: versorgungsamt@lwl.org



Wohnen

Altengerechte (und barrierefreie) Wohnungen

Das Arbeitsteam Wohnen der Stadt Siegen unterstützt Sie bei der Suche nach einer altengerechten Wohnung im öffentlich geförderten Wohnungsbau. Im Rahmen des Neubaus werden seit längerem nur noch barrierefreie Wohnungen gefördert, die sowohl alten- und behindertengerecht sind. Das beinhaltet eine barrierefreie Ausstattung in der Wohnung (z. B. ebenerdige Dusche), aber auch einen barrierefreien Zugang (z. B. Aufzug) zu den einzelnen Wohneinheiten, so dass Sie alleine und selbständig leben können. Sie können sich bei der Stadt Siegen in der Wohnungsvermittlungsstelle wohnungssuchend melden:

Stadt Siegen

Arbeitsteam Wohnen
Fachstelle für Wohnungsnotfälle,
Wohnungsvermittlung
Rathaus Weidenau
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
E. Cöster, Raum: 209
Telefon: 0271/ 404-2922

Telefax: 0271/ 404-2718
E-Mail: e_coester@siegen.de
S. Schell, Raum: 209
Telefon: 0271/ 404-2209
Telefax: 0271/ 404-2718
E-Mail: s_schell@siegen.de

Alten- und Pflegeheime

Altenheime sind Einrichtungen, in denen die Versorgung und Betreuung gesichert sind, wenn die eigene Haushaltsführung nicht mehr möglich ist, jedoch keine Vollpflegebedürftigkeit vorliegt. Meistens können Sie Ihre eigenen Möbel mitbringen.

Pflegeheime dienen der umfassenden Versorgung und Betreuung bei andauernder Pflegebedürftigkeit. Ins Pflegeheim können Sie meist nur Kleinmöbel mitbringen.

Häufig sind die Wohnformen Alten- und Pflegeheim kombiniert, so dass bei Eintreten von Pflegebedürftigkeit der Umzug vom Alten- in ein Pflegeheim entfällt. Einige Pflegeheime verfügen über spezielle Bereiche mit Angeboten für demenzerkrankte Menschen.

Im Gebiet der Stadt Siegen befinden sich folgende stationäre Einrichtungen, die Sie gern beraten:

Fliedner-Heim

Luisenstraße 15, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 4884-0

Telefax: 0271/ 43042

E-Mail: fliedner-heim@diakonie-siegen.de

Sophienheim

Südstraße 11, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 66 03-0

Telefax: 0271/ 6603-499

E-Mail: sophienheim@diakonie-siegen.de

Kursana Domizil Siegen

Theodor-Keßler-Haus

Am Witschert 10, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 3175-0

Telefax: 0271/ 3175500

E-Mail: kursanasiegen@dussman.de

Fritz-Fries-Seniorenzentrum der AWO

Rosterstraße 186, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 33030

Telefax: 0271/ 332029

E-mail: sz-siegen@awo-ww.de

...wo man zu Hause ist.

Familienbetrieb mit ♥



Haus an der Weiß

Betreuungseinrichtung für Senioren Pflege- und Dienstleistungszentrum

www.haus-an-der-weiss.de

- Seniorenwohn- und Pflegeheim
- stationäre Pflege
- Geronto-psychiatrische Betreuung
- Kurzzeitpflege
- Krankenhausverhinderungspflege
- ambulante Pflegedienste
- kostenlose individuelle Beratung und Pflegeschulung für Angehörige
- Senioren Wohnen:
so viel Selbstständigkeit wie möglich,
so viel Hilfe wie nötig in unseren
Appartements von 40 - 60 qm.
Hauswirtschaftliche Versorgung bei Bedarf.

G. Eickhoff Betriebs-GmbH Augraben 15 57234 Wilnsdorf-Niederdielfen

Tel.: 0271-39 840 Fax: 0271-390 793

Alten- und Pflegeheim

Haus Obere Hengsbach
Hengsbachstr. 155, 57080 Siegen
Telefon: 0271/ 77019-0
Telefax: 0271/ 77019-599
E-Mail: willi.quast@diakonie-siegen.de

GSS Wohn- und Pflegeeinrichtung Marienheim

Weidenauer Straße 28, 57078 Siegen
Telefon: 0271/ 7753-0
Internet: www.marienkrankenhaus.com

Christofferhaus Siegen gGmbH

Pflege- und Begegnungszentrum
Friedrich-Wilhelm-Str. 128, 57074 Siegen
Telefon: 0271/ 230580
E-Mail: Info@Christofferhaus-Siegen.de

Betreutes Wohnen

„Betreutes Wohnen“ wird verstärkt nachgefragt. Viele sehen in dieser Wohnform eine Möglichkeit, auch bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen selbständig in der eigenen Wohnung zu leben. Allerdings ist der Begriff gesetzlich nicht geschützt. Im „Betreuten Wohnen“ sind

- mehrere abgeschlossene Wohnungen, die gemietet oder gekauft werden können, in einem Objekt vorhanden.
- Es wird die Möglichkeit der Betreuung

und Versorgung angeboten. Dadurch soll die Möglichkeit gewährleistet werden, einen eigenen Haushalt in einer altersgerecht ausgestatteten Wohnung zu führen.

- Bei Bedarf kann von verschiedenen Leistungsträgern Hilfe geholt werden.

Zur Grundversorgung gehört die Installation und der Betrieb eines Notrufsystems, die ständige Erreichbarkeit der Notrufzentrale, ein Beratungsangebot

über die verschiedenen Service- und Betreuungsdienste der verschiedenen Leistungserbringer sowie auch die bei sonstigen Mietverträgen üblichen Verwaltungsgebühren. Erkundigen Sie sich vor einer Entscheidung genau nach dem Leistungsangebot und nach den Kosten, denn Sie müssen vielfach auch für das Vorhal-



Senioren- Wohn- und Pflegeheim



- Kurzzeitpflege
- Betreutes Wohnen
- Strukturierte Betreuung Demenzkranker in eigener Tagesgruppe
- Komfortzimmer mit Dusche und WC
 - Anschlüsse für Telefon und TV
 - Cafeteria, Kiosk, Frisörsalon

Wir beraten Sie gern!

Ein persönliches Gespräch ist jederzeit nach Terminabsprache möglich.

Altenheim Elim
Oberndorfer Str. 46a
57334 Bad Laasphe-Oberndorf

Telefon: 02754 / 3747-0
Fax: 02754 / 3747-25
E-Mail: altenheim_elim_gmbh@t-online.de
Internet: www.altenheim-elim-gmbh.de

Wir sind eine
anerkannte
Einrichtung
für Zivildienst-
leistende.

ten des Betreuungsangebotes eine sogen. Betreuungspauschale zahlen. In Siegen finden Sie diese Wohnform vor allem in Verbindung mit den Alten- und Pflegeheimen und den Wohlfahrtsverbänden; vereinzelt existieren private Anbieter.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Stadt Siegen

Arbeitssteam Wohnen

Rathaus Weidenau

Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 404–2249

Telefax: 0271/ 404–2718

E-Mail: b_jahr@siegen.de

Regiestelle Leben im Alter

Rathaus Weidenau

Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 404–2200

E-Mail: m_krafft@siegen.de

Senioren- und Pflegeberatung

Kreis Siegen-Wittgenstein

Servicezentrum für soziale Beratung, Betreuung und Prävention

Bismarckstraße 45, 57076 Siegen

Gaby Cullmann

Telefon: 0271/ 333–2722

E-Mail: g_cullmann@siegen-wittgenstein.de

Erika Müller-Maiwald

Telefon: 0271/ 333–2729

E-Mail:

e_mueller-maiwald@siegen-wittgenstein.de

Wohnberechtigungsschein

Für den Bezug einer mit öffentlichen Mitteln geförderten Wohnung wird ein Wohnberechtigungsschein benötigt. Dazu müssen Sie Einkommensnachweise und Personalausweis vorlegen, wobei Sie gern Hilfe bei der Antragstellung und Informa-

tionen über die Einkommensgrenzen erhalten.

Bei Vorlage des „Siegener Ausweises“ entfällt die Gebühr für den Wohnberechtigungsschein. Hilfe bei drohendem Wohnungsverlust und beim Wohnungserhalt bekommen Sie beim Sozialdienst des Arbeitsteams Wohnen. Die Mitarbeiter unterstützen Sie bei der Klärung Ihrer finanziellen Situation und bei der Antragstellung nach einem Umzug.

Stadt Siegen

Arbeitssteam Wohnen

Frau Brixius, Zimmer 208

Telefon: 0271/ 404–2210

E-Mail: d_brixius@siegen.de

Herr Sander, Zimmer 235

Telefon: 0271/ 404–2212

E-Mail: o_sander@siegen.de

Wohnungsvermittlung

Frau Cöster, Zimmer 209

Telefon: 0271/ 404–2922

E-Mail: e_coester@siegen.de

Frau Schell, Zimmer 209

Telefon: 0271/ 404–2209

E-Mail: s_schell@siegen.de

Wohnberechtigungsschein

Frau Jähnke, Zimmer 241

Telefon: 0271/ 404–2241

E-Mail: s_jaehnke@siegen.de

Wohngeld

Für wirtschaftlich angemessenen und familiengerechten Wohnraum, haben Sie Anspruch auf Wohngeld. Der Anspruch und die Höhe sind von Ihrem Einkommen abhängig. Auch im Heim oder als Haus- und WohnungseigentümerIn haben Sie unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch darauf. Antragsannahmestelle:

Stadt Siegen

Arbeitssteam Wohnen

Rathaus Weidenau

Weidenauer Straße 2151

Telefon: 0271/ 404–2237

Wohnraumanpassung/ Wohnberatung

Oftmals ist es gar nicht notwendig, aus der eigenen Wohnung auszuziehen. Der handwerkliche Aufwand zur altersgerechten Anpassung Ihrer Wohnung (Türen, Bad etc.) ist oft niedriger als Sie vielleicht denken. Auch kann die Sicherheit in der vorhandenen Wohnung durch ein Hausnotrufsystem verbessert werden. Der Verein ALTERAktiv bietet kostenfreie Wohnberatung an.

ALTERAktiv e.V.

St. Johann Straße 7, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 2346066

Gemeinschaftliches, selbstbestimmtes Wohnen

Die Wahlverwandten sind eine generationsübergreifende Wohninitiative, weltanschaulich ungebunden und für alle Generationen offen. Lebendige Nachbarschaft, Gemeinsames und Individuelles prägen das Profil.

Wahlverwandte Siegen

c/o Uschi Stemann

Löhrstrasse 34, 57072 Siegen

Telefon: 0271/56750

Email: info@wahlverwandte-siegen.de

Der Verein „Lebendiges Haus“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, das Leben in dem von ihm betreuten Haus kreativ zu gestal-

ten. In diesem Haus wohnen mehrere Generationen, so dass ein Miteinander von Jung und Alt gefördert wird.

Lebendiges Haus e.V.

Melanchthonstraße 61, 57074 Siegen

Telefon 02 71 /2316679

Telefax 02 71/2406491

E-Mail: info@lebendiges-haus.de



Ambulante Pflege

Mobile Soziale Hilfsdienste/ Ambulante Dienste bieten sich an, wenn neben der medizinischen Grundpflege auch Hilfen (Hilfe und Pflege) in der häuslichen Umgebung benötigt werden. Ambulante Dienste stellen häufig eine Alternative zu Alten- oder Pflegeheimen dar. Ihre Aufgaben umfassen Hilfen für die Person und Hilfen an der Person. Dazu gehören u.a.:

- Einkaufs-, Fahr- und Besuchsdienste
- Essen auf Rädern
- Nachbarschaftshilfe
- Hausnotruf (Telefonketten)
- Verleih von Pflegehilfsmitteln
- Grund- und Behandlungspflege

Durch diese ergänzenden Angebote kann oftmals vermieden werden, dass die eigene Wohnung aufgegeben werden muss. Überdies kann eine rechtzeitige Betreuung in der Wohnung möglicherweise der Entstehung von stationärer Pflegebedürftigkeit entgegenwirken bzw. diese sogar verhindern.

Die ambulanten Dienste lassen

sich durch Geldleistungen aus der Pflegeversicherung finanzieren. Siegen verfügt über ein dichtes Netz von Anbietern, so dass es unmöglich ist, eine aktuelle und komplette Auflistung aller Dienste vorzunehmen. Eine Liste sämtlicher Anbieter ambulanter Dienste, die derzeit von den regionalen Pflegekassen anerkannt sind, hält die Regiestelle Leben im Alter im Rathaus Weidenau für Sie bereit, ebenso die SeniorenServiceStellen in den Stadtbezirken.

Noch weniger ist es an dieser Stelle möglich, eine Beurteilung hinsichtlich der fachlichen Qualifikation einzelner Anbieter vorzunehmen. Folgende Fragestellungen sind bei der Auswahl eines ambulanten Pflegedienstes hilfreich:

- Ist der Sitz des Pflegedienstes in Wohnortnähe?
- Nimmt der Pflegedienst Kontakt zum behandelnden Arzt auf?
- Ist der Pflegedienst telefonisch immer erreichbar?
- Gibt es schriftliches Material über den Pflegedienst und



Krankheit & Pflege

seine Leistungsangebote, das zu Hause in Ruhe studiert werden kann?

- Macht der Pflegedienst einen Besuch, auch wenn der/die Patient/in im Krankenhaus oder im Pflegeheim liegt?
- Werden die Angehörigen in die Vorgespräche mit einbezogen?
- Wird über die notwendige Pflege unter Berücksichtigung persönlicher Wünsche umfassend verständlich informiert?
- Berät der Pflegedienst über mögliche Kostenträger?
- Werden die vereinbarten Leistungen vertraglich festgelegt?
- Welche zusätzlichen Leistungen und Beratungsangebote bietet der Dienst an bzw. kann er vermitteln (Essen auf Rädern, hauswirtschaftliche Hilfe, Hausnotruf usw)?
- Sind Unterbrechungen der Pflege möglich (Urlaub, Pflege durch Angehörige)?
- Wie lange vorher sind diese Unterbrechungen zu melden, und muss bei vereinbarten Unterbrechungszeiten Pflege weiterbezahlt werden?
- Berät der Pflegedienst bei der Auswahl und Beschaffung von sinnvollen Pflegehilfsmitteln und -materialien?
- Gehören dem Pflegedienst Pflegekräfte mit speziellen Sprachkenntnissen an?
- Werden Pflegeleistungen durch qualifizierte Fachkräfte erbracht?
- Kann der Pflegevertrag in einer zumutbaren Frist gekündigt werden?

- Betreut stets bzw. überwiegend die gleiche Pflegeperson?
- Können MitarbeiterInnen des Pflegedienstes die Angehörigen anleiten, wie sie Hilfestellung geben sollen?
- Bietet der Pflegedienst Gesprächskreise für pflegende Angehörige an?

Demenz

Demenzkrankungen stellen sowohl die Erkrankten als auch deren Angehörige vor große Herausforderungen. In der Erkrankungssituation sind alle Beteiligten oftmals überfordert und benötigen Hilfe und Unterstützung. Die nachfolgend vorgestellten Dienste leisten Beratung und Unterstützung:

Alzheimer Gesellschaft Siegen e. V.

Birkenweg 18, 57234 Wilnsdorf
Telefon: 0271/ 390521

Alzheimer Beratungsstunden

Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr
in der Regiestelle Leben im Alter,
Rathaus Weidenau
Weidenauer Str. 211, 57076 Siegen
Telefon: 0271/404-2208
Die Beratungsstunde ist eine Anlaufstelle für Menschen, die Fragen, Probleme oder Sorgen im Zusammenhang mit einer

Demenz-Erkrankung haben, seien sie selbst betroffen oder Angehörige.

Demenz-Servicezentrum für die Region Südwestfalen

Caritasverband

Siegen-Wittgenstein e. V.

Birgitt Braun, Stefanie Kremer, Brigitte Weber-Wilhelm

Eremitage 9, 57234 Wilnsdorf

Telefon: 0271/ 234178-17, -14, -33

Telefax: 0271/ 39122

E-Mail:

demenz-servicezentrum@caritas-siegen.de

Internet: www.caritas-siegen.de

Im Jahr 2004 startete das Land Nordrhein-Westfalen die „Landesinitiative Demenz-Service“. Die 13 Demenz-Servicezentren im Land tragen zum Aufbau und zur Weiterentwicklung wohnortnaher Hilfen für Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen und anderen, die sich um sie sorgen, bei.

Demenz-Servicezentren sind tätig in den Bereichen:

- Weiterentwicklung von Angeboten für Betroffene zur Information, Beratung, Aufklärung und Schulung sowie zum Erfahrungsaustausch
- Stärkung der freiwillig-ehrenamtlichen, professionellen und nachbarschaftlichen Unterstützung
- Weiterentwicklung der medizinisch/

- therapeutischen Versorgung
- Weiterentwicklung angepasster Wohnangebote im Quartier
 - Maßnahmen zur Entwicklung eines wertschätzenden gesellschaftlichen und sozialen Umfeldes – Enttabuisierung.

Das Demenz-Servicezentrum NRW Region Südwestfalen (DSZ-SW) ist für die Kreise Siegen-Wittgenstein, Olpe und Hochsauerland zuständig.

Im Kreis Siegen-Wittgenstein bietet das DSZ-SW einen „Runden Tisch“ zum Thema Demenz an. Der „Runde Tisch“ wurde als Plattform zur Weiterentwicklung der Versorgungssituation im Kreis Siegen-Wittgenstein vom Demenz-Servicezentrum initiiert und richtet sich an alle Interessierten an der kontinuierlichen Arbeit zum Themenbereich Demenz. Akteure des „Runden Tisches“ sind Vertreter von Pflegeergänzenden Diensten, der ambulanten und stationären Altenhilfe, von Selbst-

hilfeorganisationen, von Initiativen, dem Kreis Siegen-Wittgenstein, der Stadt Siegen und weiterer Kommunen. Der „Runde Tisch“ wird von den Teilnehmenden intensiv zum Austausch, zur Vernetzung und zur Kooperation genutzt und präsentiert jährlich im September für die Öffentlichkeit ein umfangreiches Programm zum Weltalzheimertag mit unterschiedlichen Aktionen, wie z.B. Vorträgen, Lesungen, Ausstellungen, Gottesdiensten, Begegnungscafés, Filmabenden, und Informationsveranstaltungen.

Pflegende Angehörige

Entlastungsdienste für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

„ATEM Pause“ ist ein Entlastungsdienst für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Aufgabe des Dienstes ist die Entlastung pflegender Angehöriger durch den stundenweisen Einsatz qualifizierter Hel-

ferInnen, die die zu Hause lebenden Menschen mit Demenz während der Abwesenheit der Pflegenden betreuen.

Die Verbundpartner von „ATEM Pause“ erbringen qualitätsgesicherte, von den Pflegekassen anerkannte Betreuungsleistungen. Die Kosten, die den Pflegebedürftigen entstehen, werden, wenn die Voraussetzungen erfüllt sind, von den Pflegekassen erstattet.

Im wohnortnahen Verbund „ATEM Pause“ haben sich Vereine, Helfer-, Freundes- und Pflegekreise zu einem Verbund zusammengeschlossen, die den Entlastungsdienst anbieten.

Im Stadtgebiet sind dies folgende Verbundpartner:

Caritasverband Siegen-Wittgenstein e. V. Entlastungsdienst „ATEM Pause“

Häutebachweg 5, 57072 Siegen

Büro: Eremitage 9, 57234 Wilnsdorf



Seit 1985

Pflege zu Hause

Statt Altenheim e.V.

Verein für individuelle Betreuung im Alter

Grund- u. Behandlungspflege, Haushaltshilfe,
Pflege dementer u. psychisch kranker Menschen,
Feste Bezugspersonen, Pflegevertretung,
Beratung, Kassenabrechnung, 24- Std. Bereitschaft

Hochstr. 30A / 57076 Siegen / Tel 0271/790830
Mo - Fr 11.00 - 13.00 Uhr / www.stattaltenheim.de

Telefon: 0271/ 234178-33
Telefax: 0271/ 39122
E-Mail: atempause@caritas-siegen.de
Internet: www.caritas-siegen.de
Einsatzleiterin: Martina Wäschenbach

„ATEMPAUSE Hüttental“ e. V., ökumenischer Entlastungsdienst

Margeritenweg 6, 57076 Siegen
Telefon: 0271/ 2358242
E-Mail:
beratung@atempause-huettental.de
fritsche@atempause-huettental.de
Internet: www.atempause-huettental.de
Einsatzleiterin: Annette Fritsche

Helferkreis der Diakoniegruppe der evangelischen Kirchengemeinde Kaan-Marienborn

Augärtenstraße 4, 57074 Siegen
Einsatzleiterin: Isolde Knebel, Heike Utsch
Telefon: 0271/ 6819506
Telefax: 0271/ 6819504
Mobiltelefon: 0175/ 8925393

Diakonischer Freundeskreis Siegen-Süd e. V. „Die Hilfe für zu Hause“

Mühlenstraße 7, 57080 Siegen
Einsatzleiter/in:
André Langenbach, Bettina Schmidt
Telefon: 0271/ 2509747 oder 0271/ 2509748
Telefax: 0271/ 2509749
E-Mail: langenbach@freundeskreis-ev.de,
schmidt@freundeskreis-ev.de

Landesstelle pflegende Angehörige

Domplatz 1 – 3, 48143 Münster
Service-Telefon gebührenfrei:
0800/ 2204400
(Silke Niewohner, Antje Brandt)
E-Mail: info@LPFA-NRW.de
Internet: www.lpfa-nrw.de

Hausnotruf

Was versteht man unter einem Hausnotruf?

Der Hausnotruf bietet Menschen durch ein Zusatzgerät zum Telefonapparat die Möglichkeit, von jedem Punkt der Wohnung aus Hilfe zu rufen. Mit dem Hausnotrufgerät erreichen Sie rund um die Uhr BetreuerInnen in der Zentrale, die Ihnen schnell und gezielt weiter helfen können.

Wie benutzt man den Hausnotruf?

Der Hausnotruf ist einfach anzuwenden. Jede/r TeilnehmerIn erhält ein Gerät als Zusatz zum gewohnten Telefon, dessen Funktion dadurch nicht eingeschränkt wird. Im Notfall betätigt der/die Hilfesuchende einen Funksender, der am Körper getragen wird und stellt damit die Sprechverbindung über das Teilnehmergerät zur Zentrale her, ohne dass ein Telefon bedient werden muss. Meist kann aber auch mit dem/r AnbieterIn vereinbart werden,

eine Hilfe einzuleiten, wenn von Ihnen nicht zu verabredeten Zeiten über die Anlage ein Signal an die Notrufzentrale gesendet wird. Damit kann etwa für Not-situationen wie Stürzen oder Kreislauf-schwierigkeiten vorgesorgt werden.

In den Grundfunktionen sind die Hausnotrufanlagen der verschiedenen Anbieter vergleichbar.

Eine Kostenbeteiligung durch die Pflegekasse ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich. Wenden Sie sich hierzu bitte an das Pflegeberatung des Kreises Siegen - Wittgenstein, Telefon: 0271/ 333-2726.

Für wen ist der Hausnotruf?

Jede/r kann am Hausnotruf teilnehmen: Alleinstehende im fortgeschrittenen Alter, gesundheitlich Gefährdete, RisikopatientInnen nach einem Krankenhausaufenthalt und Menschen mit Behinderung. Der Hausnotruf ermöglicht es, dass man bei einem Unfall zu Hause sofortige Hilfe erhält.

Weitere Informationen über Anbieter von Hausnotrufsystemen erhalten Sie auch bei der Regiestelle Leben im Alter, Telefon: 0271/ 404-2200.



Hospiz und Trauerbegleitung

Das Ev. Hospiz Siegerland ist als stationäre Einrichtung ein Ort, an dem unheilbar kranke Menschen ihre letzte Zeit als lebenswert empfinden und menschenwürdig sterben können. Ziel der Hospizarbeit ist die ganzheitliche Betreuung von schwerstkranken Menschen in der letzten Lebensphase, so dass eine möglichst hohe Lebensqualität erreicht wird. Schwerpunktmäßig werden im Hospiz TumorpatientInnen im fortgeschrittenen Stadium aufgenommen, bei denen heilende Therapien nicht mehr möglich sind, erfolglos wären oder vom kranken Menschen nicht gewünscht werden. Aber auch Menschen mit dem Vollbild der Infektionskrankheit AIDS, einer Erkrankung des Nervensystems mit unaufhaltsam fortschreitenden Lähmungen oder Patienten, die sich im Endzustand einer chronischen Nieren-, Herz-, Verdauungstrakt- oder Lungenerkrankung befinden, können im Hospiz aufgenommen werden.

Als Einrichtung mit acht Einzelzimmern wird den PatientInnen/ Gästen eine individuelle Pflege, intensive Betreuung, soziale Beratung sowie seelsorgerliche Begleitung in privater Atmosphäre über 24 Stunden angeboten. Die Wünsche jedes einzelnen Gastes stehen dabei im Mittelpunkt. Angehörige und Freunde können die Patienten zu jeder Zeit besuchen. Im Bedarfsfall kann eine Übernachtungsmöglichkeit im Hospiz geschaffen werden.

Ebenso wie den Patienten steht auch den Angehörigen und Freunden das Hospiz-Team für Gespräche und Begleitung zur Verfügung. Die Aufnahme ins Hospiz erfolgt unabhängig von der Herkunft, der Weltanschauung, der Religion und der wirtschaftlichen Lage des/der Kranken.

Evangelisches Hospiz Siegerland

Wichernstraße 48, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 333-6681

Telefax: 0271/ 333-6669

E-Mail:

burkhard.koelsch@diakonie-suedwestfalen.de

Internet: www.hospiz-siegen.de

Die meisten Menschen wünschen sich, in ihrer gewohnten Umgebung und im Kreis ihrer Familie sterben zu können. Um diesem Bedürfnis sterbender Menschen gerecht zu werden, gründete sich 1998 die Ambulante ökumenische Hospizhilfe Siegen. Ihr Ziel ist es, sterbenden Menschen und deren Angehörigen – unabhängig von Nationalität, Konfession oder Erkrankung – in einer schwierigen Zeit beizustehen. Die MitarbeiterInnen der ambulanten Hospizhilfe begleiten die Menschen dort, wo sie sich zu Hause fühlen. Sie unterstützen die Sterbenden Unerledigtes abzuschließen, wachen am Bett und helfen den Angehörigen, mit der Situation zu leben. Nähere Informationen erhalten Sie bei:

Ambulante ökumenische Hospizhilfe Siegen e.V.

Hospizbüro:

Haardtstraße 45, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 2360262

Mo – Fr 8:00 – 12:00 Uhr

Vereinsadresse:

Gerrit Ebener-Greis

Christinenweg 16, 57080 Siegen

Telefon: 0271/ 387038

Hospizhandy: 0160/ 99 49 40 56

E-Mail:

koordination@hospizhilfe-siegen.de

Internet: www.hospizhilfe-siegen.de

Trauercafé

Für Frauen und Männer, die den Tod eines nahestehenden Menschen betrauern, gibt es hier die Möglichkeit

- mit anderen Betroffenen zu frühstücken oder Kaffee zu trinken,
- vielleicht zu hören, dass es anderen ähnlich geht wie Ihnen,
- Einzelgespräche zu führen.

Haus Herbstzeitlos

Marienborner Straße 151, 57072 Siegen

geöffnet:

jeden 2. Mo von 10:00 – 12:00 Uhr,

jeden 4. Do von 15:00 – 17:00 Uhr

Trauercafé der Ambulanten

ökumenischen Hospizhilfe Siegen e. V.

Haardtstraße 45, 57076 Siegen

Telefon: 0271/2360262 oder 0271/387038

E-Mail:

koordination@hospizhilfe-siegen.de

Internet: www.hospizhilfe-siegen.de

Krankenhaus-Sozialdienste/ Pflegeüberleitung

Die Sozialdienste bzw. die Pflegeüberleitung der Krankenhäuser helfen Ihnen, sich nach längerem Krankenhausaufenthalt auf das Leben zu Hause vorzubereiten. Die MitarbeiterInnen der Sozialdienste bzw. der Pflegeüberleitung kennen die örtlichen Angebote und helfen Ihnen, Leistungen von der Pflegeversicherung, den Pflegekassen oder eventuell auch vom Sozialamt zu erhalten. Häufig werden Krankenhaus-Sozialdienste bzw. die Pflegeüberleitung erst kurz vor der Entlassung eingeschaltet. Viele Probleme lassen sich aber nur lösen, wenn man Zeit hat, um darüber zu reden. Deshalb sollten Sie im Krankenhaus so früh wie möglich Kontakt zum Sozialdienst bzw. der Pflegeüberleitung aufnehmen. Dann können Versorgungsmöglichkeiten in Ruhe durchgesprochen und eingeleitet werden.

Neben den hauptamtlichen MitarbeiterInnen gibt es Dienste, die ehrenamtlich arbeiten. Hier sind die Katholische Krankenhaushilfe und die „Grünen Damen“ der Evangelischen Krankenhaushilfe zu nennen. In Siegenger Krankenhäusern gibt es folgende Sozialdienste, die Sie gern ansprechen können:

Ev. Jung-Stilling Krankenhaus

Ev. Krankenhaushilfe,

„Grüne Damen“ (ehrenamtlich)

Wichernstraße 40, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 3334–500

Sozialdienst:

Herr Naumann

Wichernstraße 40, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 333–4377

Pflegeüberleitung:

Frau B. Schmidt

Frau I. Kölsch-Krüger

Wichernstraße 40, 57074 Siegen

Telefon: 0271/ 333–6431, 0271/ 333–6478

Kreisklinikum Siegen

Haus Hüttental

Sozialdienst: Frau Ernst, Herr Heukäufer

Weidenauer Straße 76, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 705–1985

Haus Siegen

Sozialdienst: Frau Rabenau

Kohlbettstraße 15, 57072 Siegen

Telefon: 0271/ 2340–3710

St. Marienkrankenhaus Siegen

Sozialdienst:

Kampenstraße 51, 57072 Siegen

Telefon:

0271/ 231-2321, – 2640, – 2642, – 2644

Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege bietet Pflege auf Zeit.

Für diesen Bedarf kann es verschiedene Gründe geben:

- Abwesenheit oder Erkrankung der pflegenden Angehörigen
- vorübergehender Bedarf nach einem Krankenhausaufenthalt oder während einer schweren Erkrankung.

Setzen Sie sich bei Bedarf mit den Alten- und Pflegeheimen in Verbindung, um zu erfahren, ob Kurzzeitpflegeplätze frei sind. Gegebenenfalls müssen Sie mit Wartezeiten rechnen.

Pflegeberatung

Bei allen Fragen zur Pflege, können Sie sich bei der Senioren- und Pflegeberatung des Kreises Siegen Wittgenstein beraten lassen. Sie erhalten dort Informationen über die möglichen ambulanten, teil- und vollstationären sowie pflegeergänzenden Hilfe. Darüber hinaus wird Ihnen die Vereinbarung persönlicher Gespräche in Ihrer gewohnten Umgebung angeboten.

Senioren- und Pflegeberatung Kreis Siegen-Wittgenstein

Servicezentrum für soziale Beratung,
Betreuung und Prävention

Bismarckstraße 45, 57076 Siegen

Gaby Cullmann

Telefon: 0271/ 333-2722

E-Mail: g_cullmann@siegen-wittgenstein.de

Erika Müller-Maiwald

Telefon: 0271/ 333-2729

E-Mail:

e_mueller-maiwald@siegen-wittgenstein.de

Pflegeversicherung

Wer ist in der Pflegeversicherung versichert?

Wer in einer gesetzlichen Krankenkasse versichert ist, wird in den Versicherungsschutz der sozialen Pflegeversicherung einbezogen. Zur Durchführung der Pflegeversicherung ist bei jeder gesetzlichen Krankenkasse eine Pflegekasse eingerichtet. Wer bei einer privaten Krankenversicherung mit Anspruch auf allgemeine Krankenhausleistungen versichert ist, muss einen Pflegeversicherungsvertrag bei einem privaten Versicherungsunternehmen abschließen.

Wer erhält Leistungen aus der Pflegeversicherung?

Die Pflegeversicherung gewährt Leistungen, wenn Personen wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung einen erheblichen Hil-

febedarf haben. Der Gesetzgeber unterscheidet drei Pflegestufen, für die folgende Voraussetzungen gelten:

Pflegestufe I:

Bei Körperpflege, Ernährung oder Mobilität besteht mindestens einmal täglich für wenigstens zwei Verrichtungen Hilfebedarf. Zudem sind mehrfach wöchentlich Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung notwendig. Der Hilfebedarf muss pro Tag im wöchentlichen Durchschnitt 1,5 Stunden betragen. Dabei müssen auf Körperpflege, Ernährung oder Mobilität mehr als 45 Minuten entfallen.

Pflegestufe II:

Bei Körperpflege, Ernährung und Mobilität besteht mindestens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten Hilfebedarf. Auch hier sind mehrfach wöchentlich Hilfen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung notwendig. Der Hilfebedarf muss mindestens drei Stunden täglich im wöchentlichen Durchschnitt betragen. Dabei müssen auf Körperpflege, Ernährung oder Mobilität mindestens zwei Stunden entfallen.

Pflegestufe III:

Es besteht ein ständiger Hilfebedarf rund um die Uhr. Der Zeitaufwand für die Hilfeleistungen muss mindestens fünf Stunden am Tag im wöchentlichen Durch-

schnitt betragen, wobei der pflegerische Aufwand mindestens vier Stunden zu umfassen hat.

Leistungen der Pflegeversicherung

Pflegeversicherungsleistungen werden für die ambulante, teilstationäre und stationäre Pflege gewährt. Das Prinzip „ambulant vor stationär“ wurde durch das am 1. Juli 2008 in Kraft getretene Pflegeweiterentwicklungsgesetz erweitert und gestärkt, Leistungen für Demenzkranke und pflegende Angehörige verbesserten sich. Pflegeversicherungsleistungen werden als Sachleistungen gewährt, d. h., dass die im Pflegeheim und von ambulanten Diensten erbrachte Pflege von der Pflegeversicherung bis zu den Höchstgrenzen übernommen werden. Die Zuschüsse der Pflegekassen reichen allerdings wie bei einer „Teilkasko-Versicherung“ oft nicht aus, um die notwendige Pflegeleistung abzudecken. Informationen über zusätzliche Finanzierungsmöglichkeiten erhalten Sie bei der Verbraucherzentrale NRW in Siegen, Tel.: 0271/ 331081 oder der Senioren- und Pflegeberatung des Kreises Siegen-Wittgenstein.

Vielfach werden Pflegeleistungen durch Angehörige oder Bekannte erbracht. Pflegeleistung kann von daher auch als Geldleistung an den Betroffenen gezahlt werden, damit dieser die ihn Pflegenden



pfl emo

Ganz persönliche Pflege in Ihrem Zuhause.

Siegens bekannter
Pflegedienst „Pfl emo“
bietet Ihnen seit 1993 mit
examiertem Alten- und Krankenpflege-
personal ganz persönliche Pflege in Ihrem Zuhause.

Hier finden Sie eine Auswahl unserer Leistungen:

- alle Leistungen der Pflegeversicherung
- Mitarbeit bei ärztlicher Diagnostik und Therapie durch examiertes Personal
- Beratungsbesuche im Rahmen der Pflegeversicherung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- alternative Betreuungsmaßnahmen
- Urlaubsvertretung für Angehörige
- Vermittlung von externen Leistungen (Einkauf und Besorgung, Hausnotruf, Med. Fußpflege, Verpflegung)

Telefon: 0271 – 3 51 05 59
Notfalltelefon: 0171 – 2 62 60 65
Internet: www.pfl emo.de



Pfl emo – Ambulanter Pflegedienst GbR • Eiserfelder Straße 446 • 57080 Siegen

entschädigen kann.

Wie stellt man einen Antrag auf Leistungen?

Die Leistungen der Pflegeversicherung sind von einer Antragstellung abhängig. Antragsberechtigt ist der/die Pflegebedürftige, sein/e oder ihr/e Bevollmächtigte/r. Der Antrag ist so bald wie möglich zu stellen, wenn die Pflegebedürftigkeit eingetreten ist. Fragen Sie Ihre Pflegekasse nach entsprechenden Antragsformularen. Leistungen werden auch rückwirkend erstattet.

Um alle täglich zu erbringenden Pflegeleistungen für die Pflegekasse nachzuweisen, sollten Sie für ca. eine Woche ein intensives Pfl egetagebuch führen (dieses können Sie bei Ihrer Krankenkasse erhalten).

Wie wird der Antrag geprüft?

Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst zur Prüfung des Antrages. Im Medizinischen Dienst sind ÄrztInnen und Pflegefachkräfte tätig, die in der Regel Hausbesuche durchführen. Der Medizinische Dienst erstellt aufgrund des Hausbesuchs und des eventuellen Pfl egetagebuches ein Gutachten. Aufgrund dieses Gutachtens ergeht von der Pflegekasse ein Bescheid, gegen den Sie Widerspruchsberechtigt haben. Das Gutachten wird nur auf Anfrage von der Pflegekasse zugeschickt.

Da es für die Argumentation hilfreich sein kann, empfiehlt es sich, ein Gutachten anzufordern.

Tagespflege

Tagespflege ist die Pflege und Versorgung pflegebedürftiger älterer Menschen während des Tages, die bis zu fünf Tagen in der Woche in Anspruch genommen werden kann.

Ziel der Tagespflege ist:

- einen Verbleib in der häuslichen und sozialen Umgebung so lange wie möglich zu gewährleisten,
- Fähigkeiten einer selbständigen Lebensführung zu erhalten bzw. wieder herzustellen, um damit einer Heimaufnahme entgegen zu wirken,
- pflegende Angehörige wirksam zu entlasten.

In Einrichtungen der Tagespflege besteht in der Regel ein Hol- und Bringdienst, d.h., die Tagespflegegäste werden von zu Hause abgeholt und nachmittags zurück gebracht. Vom Gedächtnis- über das Haushaltstraining, von Inkontinenzübungen bis zur Grund- und Behandlungspflege werden diese Leistungen von Pflegefachpersonal erbracht.

Informationen über Zuschüsse können Sie bei den Anbietern erfragen. Für das Gebiet der Stadt Siegen existieren die Einrichtungen:

Caritas-Tagespflegehaus „Eremitage“

Eremitage 9, 57234 Wilnsdorf

Telefon: 0271/ 39121, Telefax: 0271/ 39122

E-Mail:

tagespflege.eremitage@caritas-siegen.de

Internet: www.caritas-siegen.de

Tagespflege Villa Bohn

Marburger Straße 21, 57250 Netphen

Telefon: 02737/ 592870

Internet: www.villa-bohn.de



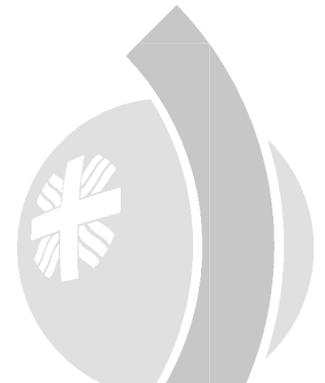


Stark fürs Leben!

Unsere Wohn- und Pflegeeinrichtungen möchten mit Ihnen in den dritten, aktiven Lebensabschnitt starten.

Informieren Sie sich über unsere Einrichtungen in Weidenau, Burbach, Netphen, Friesenhagen und Niederfischbach.

www.marienkrankenhaus.com/stark-fuers-leben | Tel.: (0271) 231-2106





Vorsorge & Vorbereitung auf schlechtere Tage

Auch wenn Sie heute noch in einem guten gesundheitlichen Zustand sind, empfiehlt es sich, für bestimmte Ereignisse, Erkrankungen oder gar den Todesfall Vorsorge zu treffen. Natürlich ist die Beschäftigung mit den folgenden Themen nicht immer leicht, aber die Erfahrung zeigt, dass es für Sie selbst und für Ihre Angehörigen hilfreich ist, wenn man in guten Zeiten Vorsorge für schlechtere Zeiten trifft.

Betreuungen für Volljährige

Seit Januar 1992 gilt in Deutschland das Betreuungsgesetz. Das Wesen der Betreuung besteht darin, dass für eine volljährige Person ein/e Betreuer/in bestellt wird, der/die in einem genau begrenzten und schriftlich

festgelegten Umfang für die betreute Person handelt. Menschen mit einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung, die ihre Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht besorgen können, werden also jetzt nicht mehr entmündigt oder in ihrer Geschäftsfähigkeit eingeschränkt. An Stelle eines Vormundes bestellt das Betreuungsgericht eine/n Betreuer/in. Jede/r kann aber auch vorausschauend für den Fall einer eventuell später eintretenden Krankheit oder Behinderung selbst vorsorgen, in dem man in einer Betreuungsverfügung die Personen des Vertrauens nennt, die später mal als Betreuer/in eingesetzt werden sollen.

Nachlassregelung

Es empfiehlt sich, zu Lebzeiten seine Angelegenheiten rechtzeitig und umsichtig zu ordnen. Dies sollte insbesondere dann geschehen, wenn man als Einzelperson lebt und kinderlos ist oder unverheiratet mit einem Partner zusammenlebt. Besonders Alleinstehenden ist zu raten, Namen und Anschriften von zu benachrichtigenden Verwandten und Bekannten sowie andere wichtige Informationen an leicht auffindbaren Stellen zu hinterlegen. Ein notariell beurkundetes Testament ist insbesondere in den Fällen ratsam, in denen man Grundbesitz oder Vermögen hinterlässt. Ist ein Testament nicht vorhanden, gilt die gesetzliche Erbfolge.

Wie schreibe ich mein Testament?

Die einfachste Art, seinen letzten Willen festzulegen, ist das eigenhändige Testament.

Das bedeutet: Es muss von Ihnen selbst mit der Hand geschrieben und mit dem Vor- und Familiennamen unterzeichnet werden. Außerdem sollten Sie Ort und Datum angeben. Die Form des eigenhändigen Testaments sollten Sie allerdings nur bei einfachen Verfügungen wählen. Um zu verhindern, dass ein Testament verloren geht oder beiseite geschafft wird, hinterlegen Sie es am besten beim Amtsgericht. Neben dem eigenhändigen Testament gibt es das öffentliche Testament. Das heißt: Der letzte Wille wird mündlich vor einem/r NotarIn erklärt und von diesem/r in einer Niederschrift festgehalten. Der/die NotarIn ist dazu verpflichtet, Sie darüber zu informieren, wie Sie Ihr Testament am zweckmäßigsten abfassen. Im Gegensatz zum eigenhändigen Testament entstehen Ihnen beim öffentlichen Testament einige Kosten. Dafür haben Sie aber die Gewähr, dass Ihr letzter Wille klar und deutlich formuliert wird. Wichtig: Sie können Ihr Testament jederzeit ändern oder widerrufen, wenn es nicht mehr Ihrem letzten Willen entspricht. Der einseitige, nur von einem/r EhepartnerIn ausgesprochene Widerruf eines gemeinschaftlichen Testaments, muss notariell beurkundet werden.

Notfall- und Dokumentenmappe

Vielleicht haben Sie selbst schon einmal darüber nachgedacht, ob bei einem eventuellen Notfall alle wichtigen Papiere direkt zur Hand sind. Wir regen an, sich selbst eine Notfall- und Dokumentenmappe zusammen zu stellen und einer Vertrauensperson mitzuteilen, wo Sie diese Mappe aufbewahren.

Eine Notfall- und Dokumentenmappe sollte Folgendes beinhalten:

- Geburtsurkunde
- Heiratsurkunde oder Stammbuch
- Arbeitsverträge
- Wertpapiere, Sparbücher
- Sozialversicherungsunterlagen
- Angaben darüber, wer im Notfall benachrichtigt werden soll
- Wichtige Telefonnummern: Polizei, Notruf, Feuerwehr, Hausarzt, Apotheke, Angehörige, Nachbarn
- Auflistung von Krankheiten: Diagnose, Datum, Arzt
- Ärztliche Bescheinigungen und Befunde
- Liste der aktuellen Medikamente und Einnahmezeiten
- Impfpass
- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung mit Vollmachtserklärung
- Bankvollmacht
- Testament

Patientenverfügung

Für den Fall, dass eine Person durch Krankheit, Unfall oder Behinderung nicht mehr in der Lage sein sollte, den eigenen Willen zu äußern oder einen Willen zu bilden, ist die Übertragung von Entscheidungen zu medizinischen Untersuchungen oder Behandlungen möglich und zwar in Form einer Patientenverfügung. Mit einer Patientenverfügung wird individuell festgelegt, in welchen konkreten Krankheits-situationen keine oder welche Maßnahmen zur Lebensverlängerung gewünscht werden. Damit sich Ärzte/innen, Angehörige und eventuell Juristen/innen ein Bild vom Patienten bzw. von der Patientin machen können, sollte die Verfügung keine schematischen Formeln enthalten, sondern konkrete Aussagen enthalten etwa:

- Was erhofft sich der/ die Patient/in am Lebensende, was fürchtet er/sie?
- Welche positiven oder abschreckenden Beispiele hat er/sie vor Augen?
- Welche Therapien sollen unter welchen Umständen unterbleiben?

Über all diese Fragen sollte man mit der Familie und dem Hausarzt bzw. der Hausärztin sprechen. Muster sind bei den Wohlfahrtsverbänden und bei der Betreuungsbehörde der Stadt Siegen erhältlich.

Ist für den Fall des Eintritts der Hilfenot-

wendigkeit eine Vorsorgevollmacht nicht vorhanden, kann und wird mit einem Antrag beim Betreuungsgericht die Notwendigkeit der Einrichtung einer Betreuung geprüft. Zu diesem Antrag ist immer die Vorlage eines ärztlichen Gutachtens erforderlich. Hilfreich ist auch die Angabe einer Person, die das Vertrauen der zu betreuenden Person genießt bzw. bereit ist, die Aufgabe der Betreuung zu übernehmen. Soweit möglich, sollte auch der Bereich der Aufgaben angegeben werden, zu deren Regelung die zu unterstützende Person der Hilfe bedarf.

Zu weiteren ausführlichen Auskünften stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

Stadt Siegen

Betreuungsstelle

Weidenauer Straße 211, 57076 Siegen

Christoph Kretzer

Telefon: 0271/404-2235

E-Mail: c_kretzer@siegen.de

Judith Lang

Telefon: 0271/404-2253

E-Mail: j_lang@siegen.de

Ulrike Nickolai

Telefon: 0271/404-2233

E-Mail: u_nickolai@siegen.de

Stadt Siegen

Registelle Leben im Alter

Rathaus Weidenau

Weidenauer Straße 211 , 57076 Siegen

Telefon: 02 71/ 4 04–2200

E-Mail: m_krafft@siegen.de

Internet: www.siegen.de

Betreuungsverein

der Johanniter-Unfall-Hilfe NW e. V.

Am Lausbecher 19, 57074 Siegen

Rainer Klein

Telefon: 0271/ 2390765

E-Mail: ov.siegen@juh-swf.de

Betreuungsverein

Sozialdienst katholischer Frauen e. V.

Auf den Hütten 24, 57076 Siegen

Telefon: 0271/ 20110 oder 0271/ 20120

Telefax: 0271/ 24903

E-Mail: betreuungsverein@skf-siegen.de

BSW-Betreuungsverein Siegen-Wittgenstein e. V.

An der Alche 23, 57072 Siegen

Hubertus Schmidt

Tel.: 0271/ 3869435

Fax: 0271/ 3869437

E-Mail: poststelle@bsw-siegen.de

Internet: www.bsw-siegen.de

Vormundschaftsgericht Siegen

Berliner Straße 22, 57072 Siegen

Telefon:

0271/ 3373–397, -759, - 434, -394, -753

Todesfall

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

1. Arzt/ Ärztin benachrichtigen, der/die den Totenschein ausstellt.
2. Nächste Angehörige unterrichten.
3. Bestattungsinstitut einschalten, das sich auf Wunsch um folgende Punkte kümmert:
 - Totenschein,
 - Geburtsurkunde bei ledig Verstorbenen,
 - Heiratsurkunde oder Stammbuch, Personalausweis oder Reisepass des/der Verstorbenen und des/der Anzeigenden.
5. Grabstelle besorgen und beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis, die das Standesamt ausstellt, die Beerdigung anmelden.
6. Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse und Krankenkasse der/des Verstorbenen.
7. Abgabe des Testamentes beim Nachlassgericht.
8. Todesanzeige aufgeben.

9. Kündigung laufender Verträge; Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden und Organisationen, denen der/die Verstorbene angehört hat.

Hilfreich ist es, sich – wenn möglich – schon im Vorfeld ohne Entscheidungsdruck über die verschiedenen Bestattungsmöglichkeiten zu informieren und mit allen Betroffenen die grundsätzlichen Fragen wie Erd- oder Feuerbestattung, Einzel- oder Familiengrabstätte abzustimmen. Um den unterschiedlichen Bestattungswünschen Rechnung zu tragen, bietet die Friedhofsverwaltung eine Vielzahl von Bestattungsmöglichkeiten. Hier bekommen Sie sowohl telefonisch als auch persönlich alle Auskünfte hinsichtlich Bestattung, Grabstätten, Kosten und Friedhofsunterhaltung.

Von der Grünflächenabteilung wurde der Friedhofswegweiser der Stadt Siegen herausgebracht, der Ihnen Informationen zu allen Siegener Friedhöfen liefert und

gleichzeitig Ratgeber für den Trauer- und Bestattungsfall ist. Ergänzt wird der Friedhofswegweiser durch die Broschüre über den Friedhofswald der Stadt Siegen. Die Friedhofswegweiser erhalten Sie bei der Grünflächenabteilung oder der Regiestelle Leben im Alter.

Stadt Siegen

Grünflächenabteilung
Fludersbach 56, 57074 Siegen
Telefon: 0271/ 404-4805
oder 0271/ 404-4807

Vorsorgevollmacht

Eine weitere vorbeugende Maßnahme ist die Erteilung einer sogenannten Vorsorgevollmacht. Volljährige Personen können in „gesunden Zeiten“, Vorsorge treffen und eine oder mehrere Vertrauensperson/en spezielle oder generelle Vollmacht erteilen, damit die Vertrauensperson dann ihre

Angelegenheiten regeln kann. Dadurch kann auf die Bestellung eines Betreuers oder einer Betreuerin verzichtet werden. Für die Vorsorgevollmacht gibt es keine besondere Formvorschrift. Die Vollmacht muss aber eigenhändig unterschrieben werden und es empfiehlt sich, die Unterschriften von einer siegelführenden Stelle, etwa der örtlichen Betreuungsstelle, beglaubigen zu lassen. Bei größeren Vermögen und/oder Immobilienbesitz kann auch die notarielle Errichtung der Vollmacht empfehlenswert sein. Auch kann es ratsam sein, eine Ausfertigung dieser Vollmacht der Betreuungsstelle der Stadt oder des Kreises zur Verfügung zu stellen. Dort wird die Vollmacht registriert und bei einem eventuell eingeleiteten Betreuungsverfahren kann zunächst auf die bestehende Vollmacht verwiesen werden. Hierdurch kann sich ein Betreuungsverfahren erübrigen.



Stichwortverzeichnis

Alten- und Pflegeheime	40	Bürgermeister	5	Gewalt	13
Altencubs	23	Caritas	22	Giftnotrufzentrale	6
ALTERAktiv	24	Demenz	46	Gleichstellung	12
Altersjubiläum	8	Demenzservicezentrum	46	Grund- und Behandlungspflege	45
Alzheimer Gesellschaft	46	Deutsche Rentenversicherung	15	Grundsicherung	18
Ambulante Pflege	45	Deutscher Paritätischer		Handeln statt Misshandeln	14
Amtsgericht	10	Wohlfahrtsverband	22	Haus Herbstzeitlos	23
Apollotheater	33	Deutsches Rotes Kreuz	22	Haus Seel	27
Arbeiterwohlfahrt	22	Diakonie Netzwerkarbeit	19	Hausnotruf	48
Archiv	26	Diakonisches Werk	22	Hausrat	19
Ärztlicher Notfalldienst	6	durchblick	24	Herderbibliothek	27
Atempause	47	Ehejubiläum	12	Hilfe zum Lebensunterhalt	18
Begegnungsstätten	23	Ehrenamt	6, 7	Hospiz	49
Behindertenbeauftragte	10	Ehrenamtskarte	7	Hospizhilfe	49
Behindertenbeirat	10	Einkaufshilfe	45	Integration	9
Behindertenberatung	10	Entlastungsdienste	47	Integrationsrat	9
Beratungshilfe	10	Essen auf Rädern	45	Interkulturelles Seniorennetzwerk	9
Besuchsdienste	45	Fahrdienste	45	Internationaler Bund	9
Betreuungsvereine	58	Fahrplanauskunft	6	Internetcafe	24
Betreutes Wohnen	42	Fernsehgebühren	16	Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung	38
Betreuungen	56, 58	Feuerwehr	6	Kino	31
Bibliotheken	26, 27	Frauenberatung	12, 13, 38	KISS	38
Blindengeld	36	Gehörlose	36	Kleidung	19
Blindheit	36	Gemeinschaftliches Wohnen	44	Krankenhäuser	6, 50
Bügelservice	19	Gesundheitspflege	35	Krankenhaus-Sozialdienste	50
Bürgerbüro	11	Gesundheitsvorsorge	35		

Krankheit	45	SAFE	6	Telefonseelsorge	6, 21
Kreispolizeibehörde	13	Schuldnerberatung	16	Testament	56
Kriegsopferfürsorge	39	Schwerbehindertenausweis	37	Theater	33
Kriminalität	13	Sehbehinderte	36	Theatertaxi	33
KulturSiegen	27	Siegener Ausweis	18	Todesfall	58
Kurzzeitpflege	51	Selbsthilfe	35, 38	Trauerbegleitung	49
Leben im Alter	6, 14	Senecafe	24	Trauercafe	50
Lebendiges Haus	44	Senioren- und Pflegeberatung	43	Universitätsbibliothek	27
Lebensmittel	19	Seniorenbeirat	16, 17	Urlaub	20, 21
Lyz	33	Seniorenhilfe	25	Verbraucherrecht	22
Migration	9	SeniorenServiceStellen	17, 18, 24	Verbraucherberatung	21, 22
Mittagessen	35	Seniorentheater	31	Verein für soziale Arbeit und Kultur	9
Mittwochsakademie	32	Seniorenveranstaltungen	32	Verkehr	13
Möbel	19	Seniorenzeitung	24	Versicherungsamt	15
Museen	30, 31	SGB XII	18	Volkshochschulen	34
Musikschule	31	Siegener Agentur für Ehrenamt SAFE	6, 7	Vormundschaftsgericht	58
Nachlassregelung	56	Siegener Tafel	19	Vorsorge	56
Notararzt	6	Singen	24, 25	Vorsorgevollmacht	59
Notfall- und Dokumentenmappe	57	Soziale Leistungen	18	Vorwort	5
Öffentliche Verkehrsmittel	15	Soziales Entschädigungsrecht	39	Wahlverwandte	44
Patientenverfügung	57	Sozialpsychiatrischer Dienst	6	Wandern	24, 25
Pflegeberatung	43, 51	Sozialverband Deutschland	22	Weisser Ring	13
Pflegehilfsmittel	45	Sozialverband VdK	22	Wohlfahrtsverbände	22
Pflegende Angehörige	47, 48	Spätaussiedler	9	Wohnberatung	24, 43
Pflegestufen	51	Sport	38	Wohnberechtigungsschein	43
Pflegeüberleitung	50	Stadtbibliothek	26	Wohnen	40
Pflegeversicherung	51	Stadtführungen	32	Wohngeld	43
Polizei	6	Studieren	32	Wohnpartnerschaft	24
Prozesskostenhilfe	10	Suchtberatung	38	Wohnraumanpassung	43
Reisen	20, 21	Tagespflege	53	Wohnungsvermittlung	43
Rentenberatung	15	Taschengeldbörse	24	Zeitung	24
Rundfunkgebühren	16	Telefongebühren	16	Zentrale Anlaufstellen	6

Impressum

Herausgeber:

Stadt Siegen
Regiestelle Leben im Alter
Weidenauer Straße 211
57076 Siegen
Telefon: 02 71/ 40 4–2200

Verantwortlich:

Astrid E. Schneider
E-Mail: as_schneider@siegen.de
Internet: www.siegen.de

Layout:

 **[raster]fabrik**
Werbeagentur [raster]fabrik GmbH
Burgstraße 19
57072 Siegen
Telefon: 0271/3030407
www.rasterfabrik.de

Fotoquellen:

www.fotolia.de, www.shutterstock.com,
www.aboutpixel.de, [raster]fabrik GmbH

Für die Richtigkeit und Vollständigkeit
der Angaben wird keine Gewähr über-
nommen.

Diakonie 
in Südwestfalen
Pflege

Tägliche Grundpflege

**Hauswirtschaftliche
Hilfe**

**Ärztlich angeordnete
Behandlungen**

Mahlzeitendienst

www.diakonie-sw.de



Freudenberg
☎ 0 27 34 21 11

Siegen-Geisweid
☎ 02 71 4 05 87 83

Siegen-Mitte
☎ 02 71 2 44 22

Siegen-Weidenau
☎ 02 71 7 98 02

Siegen-Süd
☎ 02 71 35 66 44

Wilnsdorf
☎ 0 27 39 4 77 66 4

**Altenzentrum
Freudenberg**
☎ 0 27 34 27 70

Fliedner-Heim
☎ 02 71 4 88 40

**Haus Obere
Hengsbach**
☎ 02 71 77 01 90

Sophienheim
☎ 02 71 6 60 30

**Haus Höhwäldchen
Wilnsdorf**
☎ 0 27 39 47 80



Diakonie 
in Südwestfalen
Altenhilfe

Demenzbetreuung

**Pflege und Sicherheit
rund um die Uhr**

**Vermittlung von
Seniorenwohnungen
und Service-Wohnen**

www.diakonie-sw.de

Diakonie 
in Südwestfalen
ARZ Siegerland

**Ambulante
Rehabilitation**

Physiotherapie

**Prävention/
Gesundheitssport**

Trainingskurse

www.diakonie-sw.de



**Ev. Krankenhaus
Kredenbach**
☎ 0 27 32 20 91 25

**Schlossberg
Freudenberg**
☎ 0 27 34 43 94 77

**Ev. Jung-Stilling-
Krankenhaus**
☎ 02 71 8 10 88

Caritasverband Siegen-Wittgenstein e. V.

Wir bieten mehr als Pflege



Aus unserem christlichen Selbstverständnis sehen wir den ganzen Menschen mit seinen individuellen Bedürfnissen, seinem Wunsch nach Nähe, menschlicher Zuwendung und Erhalt seiner Selbstständigkeit. Deshalb bieten wir ein umfassendes Leistungsangebot an. Die Qualität unserer Arbeit wird durch examiniertes Fachpersonal gewährleistet.

Caritas-Sozialstation

Zuhause Pflegen Helfen Beraten

Pflegen

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Palliativpflege: Pflege von Schwerstkranken und Sterbenden
- Pflegekontrolleinsätze

Helfen

- Hilfe bei der Haushaltsführung
- Nahrungsmittelzubereitung, Putzdienste, Wäscheservice, Einkaufsdienste
- Betreuung und Begleitung
- Besuchsdienste, stundenweise Betreuung, Fahrdienste, Begleitung zu Ärzten und Behörden, Spaziergänge
- Tages- und Nachtbetreuung: (stundenweise oder rund um die Uhr)

Beraten

- Individuelle Beratung
- Leistungen der Pflegeversicherung, Hilfe bei Antragstellung
- Anleitung und Beratung von pflegenden Angehörigen
- Pflegekurse, Angehörigenabende
- Vermittlung: Essen auf Rädern, Hausnotruf, Tages-, Kurzzeit- und Langzeitpflege, Pflegehilfsmittel

So erreichen Sie uns

Caritas-Sozialisation

24-stündige Erreichbarkeit

Haardtstr. 45, 57076 Siegen

Telefon: 0271/2 22 20

E-mail: sozialstation@caritas-siegen.de

Sie finden uns auch im Internet unter
www.caritas-siegen.de

Tagespflegehaus „Eremitage“

Tagespflegehaus St. Raphael, Burbach

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 7:30 – 16:30 Uhr

- hauseigener Hol- und Bringedienst mit behindertengerechten Fahrzeugen
- Betreuung und Pflege durch Pflegefachpersonal
- Diätkost
- 3 Mahlzeiten (Frühstück, Mittagessen, Kaffeetrinken)
- Angehörigenberatung und Angehörigengruppe
- „Schnuppertag“ als Entscheidungshilfe

therapeutische und rehabilitative Leistungen mit fester Tagesstruktur

- Grund- und Behandlungspflege
- (z.B. Baden und Medikamentenverabreichung)
- Toilettentraining
- Morgenrunde als Start in den Alltag
- Gedächtnistraining
- Haushaltstraining (Koch- und Backgruppe)
- Kreatives Gestalten
- Seniorentanz, Seniorengymnastik
- Ausflugsfahrten

So erreichen Sie uns

Tagespflegehaus St. Raphael

Steinhardtstraße 4, 57299 Burbach

Telefon: 02736/5093-480, Telefax: 02736/5093-192

E-mail: h.winkel@caritas-siegen.de

Tagespflegehaus „Eremitage“

Eremitage 9, 57234 Wilnsdorf

Telefon: 0271/39121, Telefax: 0271/39122

E-mail: tagespflege@caritas-siegen.de

Begegnungscafe „Eremitage“, jeden 1. Sonntag im Monat.

Anfragen unter Telefon: 0271/39121

Wir arbeiten eng zusammen mit den ehrenamtlichen Initiativen: Entlastungsdienst ATEMPAUSE für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten für die stundenweise Betreuung Zuhause und der Ambulanten ökumenischen Hospizhilfe Siegen e.V.