

MARKT ECKENTAL



**Für Senioren &
ihre Angehörigen**



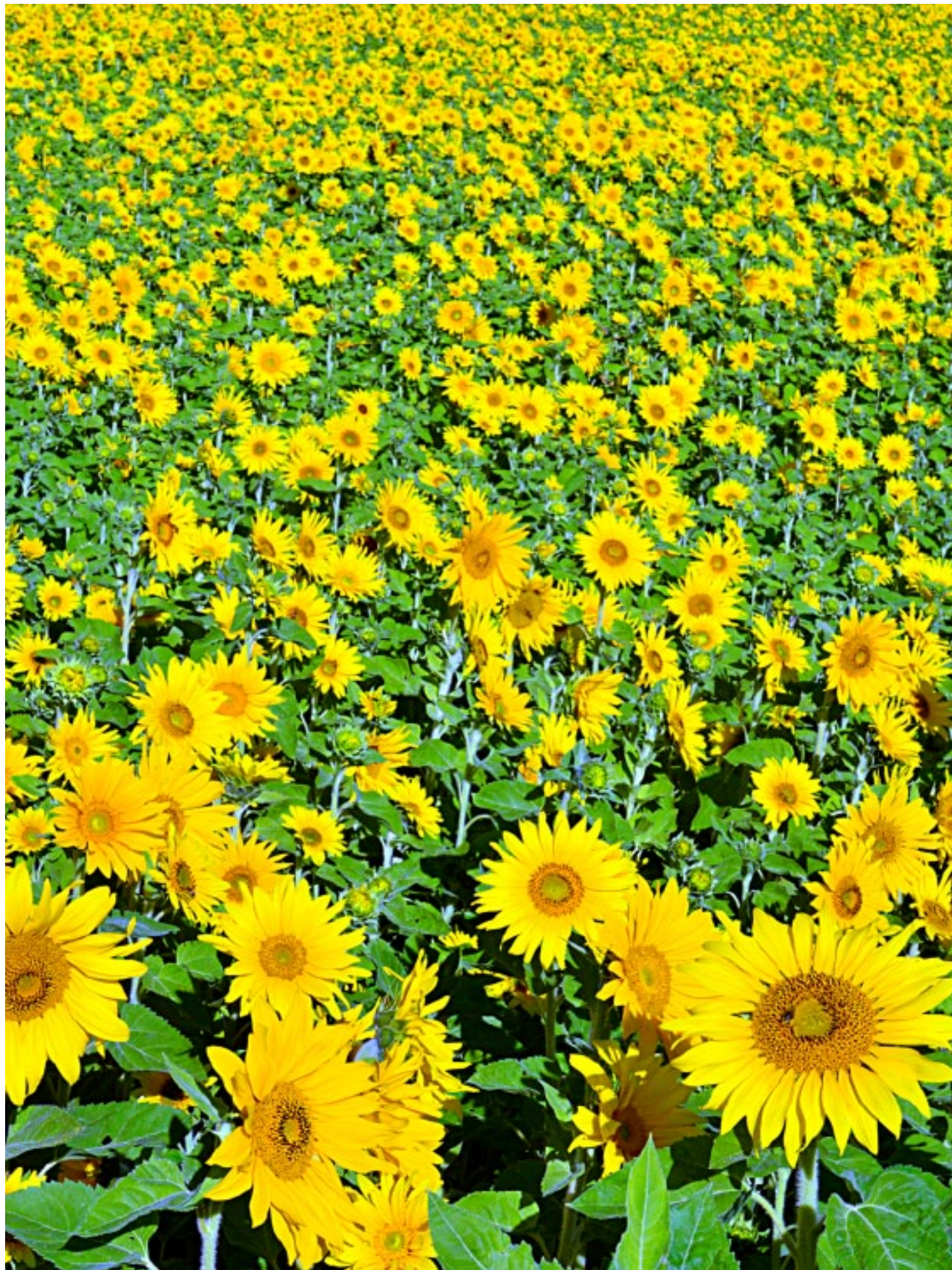
Wichtige Rufnummern

Rettungsleitstelle: aus allen Ortsnetzen vorwahlfrei	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern: außerhalb der Praxis-Öffnungszeiten (erreichbar rund um die Uhr)	116 117
Polizei-Notruf:	110
Polizeiinspektion Erlangen-Land:	09131 760-514
Feuerwache:	112
Notruf bei Vergiftungen:	089 19240
Caritas Psychosoziale Beratung:	09126 281095
Hospizverein Eckental:	09126 2979880
Krisendienst Seelische Notlagen:	0911 4248550
Weißer Ring (Hilfe für Kriminalitätsoffer):	09195 7999
Gemeindeverwaltung Eckental:	09126 903-0
Wasserversorgungs-Notruf:	09126 5800
Störungsnummern:	
Erdgas (N-ERGIE)	0800 234-3600
Strom (N-ERGIE)	0800 234-2500
Tierschutzverein Eckental:	0160 91471793

Persönliche Rufnummern

▶ Mit dem Älterwerden ist es wie mit „Auf-einen-Berg-Steigen“ – Je höher man steigt, desto mehr schwinden die Kräfte – Aber umso weiter sieht man.

[Ingmar Bergman]



Grußwort

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

der demografische Wandel ist auch in Eckental sichtbar, denn der Anteil der Menschen über 65 Jahren steigt weiter an. Schön ist, dass Menschen gerade in dieser Lebensphase aktiver und selbstbestimmter als je zuvor leben können. Lebensqualität in diesem Alter bedeutet, seinen Alltag eigenverantwortlich, möglichst gesund zu gestalten und seine Erfahrungen und sein Wissen gerne im Netzwerk weiterzugeben. Als wir gemeinsam die Vielzahl der Angebote für unsere Seniorinnen und Senioren gesichtet haben, waren wir freudig überrascht. Es gibt in unserer Gemeinde, Dank reichem ehrenamtlichen Engagements und kommunaler Unterstützung, für nahezu alle Belange eine Anlaufstelle.

So wurde die Idee geboren: Ein Redaktionsteam der Verwaltung unserer Marktgemeinde und des Seniorenbeirats schrieb die Vereine und Verbände, die Organisationen und sozialen Einrichtungen an, damit diese ihre Angebote und Aktivitäten darstellen, um das nun vorliegende Werk „Für Senioren & ihre Angehörigen“ zu entwickeln.

Es entstand diese informative Broschüre, die Sie auch auf der Internetseite des Marktes Eckental www.eckental.de finden.

Möge dies ein weiterer Beitrag für unsere „Wohlfühl-Gemeinde“ sein.



Bürgermeisterin Ilse Dölle zusammen mit Ingo Gerstenhauer (links) und Friedhold Hindrichs (rechts).

Unsere Informationen sollen Ihnen und Ihren Angehörigen auf einen Blick die Möglichkeiten zur Alltagsunterstützung aufzeigen. Hier werden Sie fündig, wenn es um die Eckentaler Angebote rund um Themen für Menschen mit Lebenserfahrung und Junggebliebene geht. Auch allgemeine Informationen, vielfältige Aktivitäten oder Wissenswertes rund um die Versorgung und Pflege von Angehörigen finden Sie darin und sind so auch für Notfälle gerüstet.

Ebenso weisen wir gerne auf die zahlreichen Landkreisinstitutionen hin, über die Sie sich bei der Gemeindeverwaltung informieren können.

Unser herzlicher Dank gilt dem gesamten Seniorenbeirat, dem kompetenten gemeindlichen Berater und Beauftragten für Menschen mit Behinderung, Gerhard Seufert, sowie seitens der Verwaltung allen voran unserer versierten Koordinatorin für die Belange der Senioren, Sylvia Steinbach.

Vor allem danken wir allen ehrenamtlich und voller Hingabe Aktiven, die durch ihr leidenschaftliches Engagement unser stetig wachsendes und umfangreiches soziales Netzwerk pflegen!

*Ilse Dölle
Erste Bürgermeisterin
Markt Eckental*

*Ingo Gerstenhauer und Friedhold Hindrichs
1. Vorsitzender und 2. Vorsitzender
Seniorenbeirat*

Inhaltsangabe

1 | Aktiv sein – aktiv bleiben

11 Engagiert im Ehrenamt

- 11 Seniorenbeirat Eckental
- 12 Aktivsenioren Bayern e. V.
- 12 Bayerische Ehrenamtskarte

13 Endlich Freizeit

13 Man lernt nie aus

- 13 Gemeindebücherei Eckental
- 14 Seniorenbeirat Eckental
- 14 Volkshochschule Eckental
- 15 Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg
- 16 Seniorenakademie Bayern e. V.

17 Gemeinsam statt einsam

- 17 Kino Eckental
- 17 Diakonieverein Eckental
- 18 Friedship Force Bavaria Nürnberg-Erlangen e. V.
- 18 Gesangvereine
- 19 Katholischer Deutscher Frauenbund
- 20 Kirchen und Religionsgemeinschaften
- 23 KreisLauf–Kaufhaus Eckental
- 23 Landfrauen Eckental-Heroldsberg
- 24 Schachgemeinschaft Eckental
- 24 Seniorenclubs
- 25 Siedlerbund Eckenheid e. V.
- 26 Sportvereine
- 27 VdK Bayern e. V. Ortsverband Eckental

2 | Stets bestens beraten

29 Seniorenbeirat Eckental

29 Koordinatorin für Seniorenangelegenheiten

29 Seniorenbeauftragte des Landkreises Erlangen-Höchstadt

30 Information, Beratung, soziale Sicherung

- 30 Rentenberatung
- 30 Grundsicherung
- 31 Hilfe zum Lebensunterhalt
- 31 Arbeitslosengeld II
- 31 Grundsicherung für Arbeitssuchende
- 31 Wohngeld
- 31 Sozialhilfe in stationären Pflegeeinrichtungen
- 32 Sozialhilfe bei ambulanter Pflege
- 32 Gleichstellungsstelle
- 32 Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales

32 Information für Menschen mit Handicaps

- 32 Behindertenbeauftragter
- 32 Behindertenausweis
- 33 Wohnraumförderung
- 33 Fahrdienste
- 33 Parkausweis
- 33 Euroschlüssel
- 33 Blindengeld
- 34 Blindenführhund
- 34 Lebenshilfe Erlangen e. V.
- 34 Teilhabeberatung

35 Weitere Informations- und Beratungsstellen

- 35 Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige (AWO)
- 35 Beratungsstelle für Angehörige, Betreuer und Bewohner in Einrichtungen (FQA)
- 35 Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit
- 36 Service-Telefon für Pflegende und Gepflegte
- 36 Caritasverband e. V.
- 36 Soziales Netz Eckental & Seele in Balance Heroldsberg
- 37 Suchthilfe Eckental und Umgebung e. V.
- 37 Städtische Drogen- und Suchtberatungsstelle
- 38 VdK Bayern e. V. Kreisgeschäftsstelle
- 38 Verein Dreycedern e. V.

38 Finanzielle Vergünstigungen

- 38 Tafel
- 39 Fahrtkostenübernahme
- 39 Rundfunkgebührenbefreiung (ehemals GEZ)
- 39 Telefongebührenermäßigung
- 39 Krankenkasse (Zuzahlungsbefreiung)

Inhaltsangabe

3 | Zuhause ist es am Schönsten

- 41 **Wohnberater**
- 41 **Wohnraumförderung**
- 41 **Bayerische Architektenkammer Auf AEG**
- 42 **Checkliste - ist meine Wohnung altersgerecht?**
- 43 **Energieberatung**
- 43 **Musterwohnungen**

43 Weitere Unterstützung

- 43 Nachbarschaftshilfe Eckental e.V.
- 44 Essen auf Rädern
- 44 Fahrdienste
- 44 Hausnotruf
- 45 Hauswirtschaftliche Unterstützung
- 45 Vermittlung von europäischen Haushaltshilfen
- 45 Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel
- 45 Lebensmittellieferung
- 45 Arzneimittellieferung
- 46 Wohlfahrtsverbände

4 | Bestens gepflegt – in Würde umsorgt

49 Pflege zu Hause

- 49 Finanzielle Unterstützung und Leistungen für ambulante Pflege
- 49 Pflegedienste und Pflegesachleistungen
- 50 Kombinationsleistung
- 50 Einzelpflegekräfte
- 50 Urlaubs- und Krankheitsvertretung
- 50 Tages- und Nachtpflege
- 50 Kurzzeitpflege
- 50 Angebote zur Unterstützung im Alltag und Entlastungsbetrag
- 51 Soziale Absicherung der Pflegeperson
- 51 Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige (AWO)
- 51 Pflegekurse für Angehörige
- 51 Vereinbarkeit von Pflege und Beruf
- 51 Pflegehilfsmittel
- 51 Zuschüsse zur Wohnungsanpassung
- 51 Betreuungsgruppen zur Entlastung pflegender Angehöriger bei Demenz

52 Stationärer Bereich und Betreutes Wohnen

53 Sterbebegleitung

55 Sterbefall

5 | Sicher und gesund

57 Sicherheit im Alter

- 57 Kriminalpolizei
- 57 Haustür-, Telefon- und Internetgeschäfte
- 57 Tricks an der Wohnungstür
- 57 Schutz vor Haus- und Wohnungseinbrüchen
- 58 Ausgesperrt, was nun?
- 58 Kaffeefahrten und Widerrufsrecht
- 58 Melden von Betrugsdelikten
- 58 Schutz vor Taschendiebstählen

59 Gesundheit

- 59 Ärzte in Eckental
- 61 Apotheken in Eckental
- 61 Besuchshundendienst
- 62 Kontaktstellen
- 62 Einsamkeit im Alter

6 | Besser vorsorgen - mein gutes Recht

65 Rechtsberatung und Rechtshilfe

65 Amtsgericht, allgemeine Rechtsauskünfte

65 Dokumentenmappe

66 Betreuungsrecht / rechtliche Betreuung

66 Vorsorgevollmacht

66 Betreuungsverfügung

66 Patientenverfügung

67 Generalvollmacht

68 Beratung und Information / Betreuungsgericht

68 Mieten und Vermieten

69 Heimgesetz

69 Schuldnerberatung

69 Testament und Erbrecht

69 Bestattungsvorsorge

69 Sterbegeldversicherung

70 Impressum



Persönliche Notizen

1 | Aktiv sein – aktiv bleiben

Das Schönste am älter werden, sofern uns die Gesundheit bis auf gewisse Einschränkungen erhalten bleibt, ist sicherlich Zeit zu haben, Verschiedenes zu unternehmen. Denn niemand möchte alleine oder gar einsam sein. Der Mensch will unter Menschen - und das ist auch gut so. Je aktiver jemand ist, desto mehr belebende Geselligkeit erfährt er und umso mehr Kontakte kann er auch pflegen. Gerade in Eckental gibt es unzählige Möglichkeiten.

Engagiert im Ehrenamt

„Das Ehrenamt ist ein Amt, das Ehre verleiht“, hat mal ein kluger Kopf gesagt. Tausende Eckentalerinnen und Eckentaler sind entweder selbst im Ehrenamt engagiert, oder sie nutzen die vielfältigen Angebote und spannenden Möglichkeiten der 116 (!) Vereine und Verbände, die wir in Eckental zählen. Die meisten unserer Vereine haben eigene Internetseiten. Sie finden die Kontakte aber auch in der Marktbroschüre oder auf unserer Internetseite www.eckental.de. Schauen Sie mal rein!

Man kann sich etwa als „Vorleseoma/-opa“ in Kindergärten beim Seniorenbeirat einbringen oder unter dem Motto „Omas kochen mit Kindern“ einen Tag im Ferienprogramm gestalten. Jedermanns Erfahrung ist gefragt: Dies geht auch beispielsweise bei den Aktivsenioren, die in vielen Bereichen der Weiterbildung auf Ihr Wissen setzen!



► Seniorenbeirat Eckental

Der Eckentaler Seniorenbeirat hat sich im Jahr 1998 in Eckental konstituiert, um älteren Bürgerinnen und Bürgern unserer Gemeinde eine bessere Beteiligung am kommunalen Geschehen zu ermöglichen. Gewählt wird der ehrenamtliche Seniorenbeirat in einer öffentlichen Sitzung, die durch die Erste Bürgermeisterin oder deren Stellvertreter alle drei Jahre einberufen wird. Wählbar sind alle Teilnehmer der Wahlversammlung. Die nächste Wahl findet im November 2019 statt.

Der Seniorenbeirat ist überparteilich, überkonfessionell und verbandsunabhängig. Die Zusammenarbeit mit Senioreneinrichtungen, Vereinen, sozialen sowie kirchlichen Einrichtungen und Organisationen wird bei Bedarf im Rahmen einer Delegiertenversammlung sichergestellt. Der Erfahrungsaustausch und das Erarbeiten übergreifender gemeinsamer Projekte zur Verbesserung der Lebenssituation älterer Bürger stehen im Vordergrund.

Der Seniorenbeirat sieht sich als Mittler und Förderer mit dem Ziel, durch Aufklärung das Bewusstsein der Öffentlichkeit im Sinne eines größeren Verständnisses und Engagements für die ältere Generation zu wecken und zu stärken. Er ist ein kompetenter Ansprechpartner für Gremien, Behörden und Institutionen.

Seniorenbeirat Eckental

Anspruchspartner: Ingo Gerstenhauer (1. Vorsitzender)
Telefon: 09126 **6412**
Friedhold Hindrichs (Stellv. Vorsitzender)
Telefon: 09126 **6205**
E-Mail: seniorenbeirat@eckental.de



Weitere Informationen vom Seniorenbeirat auch auf Seite 14 und Seite 29.

► Aktivsenioren Bayern e. V. - Berufs- und Lebenserfahrung weitergeben

Wir Aktivsenioren engagieren uns als Partner für den Mittelstand und als Trainer für die Jugend. Während unseres Berufslebens übernahmen wir Verantwortung als Fach- und Führungskräfte. Jetzt kümmern wir uns um die Zusammenarbeit zwischen den Generationen und setzen unser Know-how ehrenamtlich ein, unter anderem für Beratung und Unterstützung für

- Existenzgründer kleiner und mittlerer Unternehmen
- die Erstellung eines Businessplans
- viele Aspekte der Unternehmensführung, z. B. Finanzierung, Marketing, Organisation und Prozessoptimierung
- Bildungsprojekte an Schulen, Hochschulen und Volkshochschulen

Weitere Informationen zu unserem kompletten Portfolio und Kontaktdaten finden Sie unter www.aktivsenioren.de.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen zu unserem Angebot, ggf. mögliche Zusammenarbeit und freuen uns auf Ihre Nachricht.

Aktivsenioren Bayern e. V.

Geschäftsstelle Landshuter Allee 11
80637 München

Telefon: **089 222237**

Telefax: 089 229968

E-Mail: info@aktivsenioren.de

www.aktivsenioren.de

Regionale Ansprechpartner:

Veronika Deckart

E-Mail: veronika.deckart@aktivsenioren.de

Karin Führ

E-Mail: karin.fuehr@aktivsenioren.de



► Die Bayerische Ehrenamtskarte: Ein Zeichen der Anerkennung

Die Bayerische Ehrenamtskarte ist ein sichtbares Zeichen der Anerkennung für besonderes Engagement, denn dieses leistet einen wertvollen Beitrag zum Gemeinwohl.

Die bayernweit gültige Ehrenamtskarte ist damit ein „Dankeschön“ an die besonders engagierten Bürger. Ehrenamt soll sich nicht nur ideell lohnen, sondern auch angemessene Wertschätzung erfahren. Bei rund 100 Einrichtungen des Freistaates Bayern erhalten Ehrenamtskarteninhaber Vergünstigungen. Auch zahlreiche Repräsentanten aus der privaten Wirtschaft sowie kommunaler Einrichtungen sind dabei. Geboten werden beispielsweise kostenlose oder ermäßigte Eintritte in Schlösser, Museen oder Hallenbäder. Außerdem winken mancherorts Rabatte bei Bäckereien oder Apotheken.

Bestellung der Ehrenamtskarte:

Landratsamt Erlangen-Höchstädt

Ansprechpartner: Alexandra Krause

Telefon: **09131 803-1336**

E-Mail: alexandra.krause@erlangen-hoechststadt.de

www.erlangen-hoechststadt.de/leben-in-erh/ehrenamt/ehrenamtskarte/

www.erlangen-hoechststadt.de/leben-in-erh/ehrenamt/ehrenamtskarte/

Weitere Informationen finden Sie zudem unter www.lbe.bayern.de/engagement-erkennen/ehrenamtskarte/index.php

Endlich Freizeit

„Endlich Freizeit!“ Wer hat das nicht gedacht, als er in den Ruhestand eingetreten ist und nun endlich seinen Tag frei planen konnte? Sicher, auch im Alter hat man seine Verpflichtungen. Aber Zeit, ja Zeit hat man eigentlich in dieser Lebensphase viel mehr zur freien Verfügung als vorher. Und diese kostbare Zeit gilt es zu nutzen, denn im Markt Eckental gibt es vielfältige und attraktive Freizeitmöglichkeiten: Sei es der schöne Grillplatz unter Bäumen, der neue Park in Eschenau mit seinen schönen Anlagen, dem begehbaren Schachbrett und einer Boulebahn oder vieles mehr. Überall in Eckental gibt es Orte, an denen Sitzbänke zum Verweilen einladen. Wer sich sportlich betätigen will, der findet im Eckenhaider Wald im Fitness-Parcours nicht nur tolle Trimm-Dich-Geräte, er kann auch herrliche Runden walken oder laufen. Wer lieber gemütlich spazieren geht oder die Gegend beim Wandern erkundet, der ist auf den Spazier- und Wanderwegen bestens aufgehoben. Vorschläge für attraktive Spazier- und Wanderwege in und rund um Eckental finden Sie auf unserer Homepage www.eckental.de.

Wer kurzweilige Kultur herbeisehnt, der kann im Eschenauer Kino Filme aus aller Welt sehen oder sich beim Medientcenter Endreß Karten für Konzerte besorgen. Ja, und Singen kann man natürlich in unseren Chören und Musikvereinen.

Unsere Vereine und Verbände bieten einen bunten Blumenstrauß an herausragenden Veranstaltungen, spannenden Vorträgen und fröhlichen Festen an. Nicht zu vergessen unsere alteingesessenen Traditionen wie die Kirchweihen, die quer durchs Jahr unsere Verortung mit Brauchtum und Gemütlichkeit lebendig halten.

Man lernt nie aus

Lebenslanges Lernen ist eine wunderbare Sache: Man lernt nie aus und erweitert seinen Horizont. Man trifft nämlich neue Leute und findet Anschluss unter Gleichgesinnten. Lassen Sie sich inspirieren von den vielen Angeboten vor Ort!

► Gemeindebücherei Eckental

Die Gemeindebücherei bietet einen umfangreichen Bestand an Büchern, Zeitschriften, CDs, DVDs, Konsolen und Gesellschaftsspielen.

Sowohl in der Bücherei vor Ort als auch in elektronischer Form zum Herunterladen auf ereader, Tablet, Smartphone oder Computer wird ein breites Spektrum an Interessen bedient.

Ob Romane, Hörbücher, Bilderbücher für die Enkel, Ratgeber oder Reise- und Hobbyliteratur, die Auswahl ist groß. Wünsche zu allen Themen können aber auch über Fernleihe erfüllt werden. In der Bücherei warten gemütliche Sitzgelegenheiten und ein kleines Lesecafé mit einer aktuellen Tageszeitung, Zeitschriften und WLAN auf Sie. Der Besuch ist auch ohne Anmeldung und barrierefrei möglich.

Die Bücherei bietet außerdem eine Reihe von Veranstaltungen, z. B. das „Oma-und-Opa-Café“ oder die Aktion „Lesezeichen!“ an. Zeiten und Orte finden Sie in der Presse oder auf unserer Homepage.

Gemeindebücherei Eckental

Ambazac-Straße 4 (Eingang: Rathausplatz)

90542 Eckental-Eschenau

Telefon: 09126 **903-288**

Telefax: 09126 903-290

E-Mail: buecherei@eckental.de

www.eckental.de



► Seniorenbeirat Eckental

Der Seniorenbeirat veranstaltet pro Jahr 10 - nicht nur für Senioren relevante - Vorträge zu folgenden Themen:

- Gesundheit
- Sicherheit
- Recht.

Er organisiert Smartphone-Kurse für Senioren, unterstützt von Schüler/-innen. Die Terminveröffentlichung erfolgt im Wochenblatt und in der Regionalpresse.

Er bemüht sich um das harmonische Miteinander der Jugend und der Senioren durch geeignete Projekte, in denen ein Zusammenwirken beider Generationen möglich ist.

- Vorleseomas/-opas in Kindergärten
- Zeitzeugen
- Ferienprogramm der Gemeinde Eckental (Jugendbüro) – Omas kochen mit Kindern

Seniorenbeirat Eckental

Ansprechpartner: Ingo Gerstenhauer (1. Vorsitzender)
Telefon: 09126 6412
Friedhold Hindrichs (Stellv. Vorsitzender)
Telefon: 09126 6205
E-Mail: seniorenbeirat@eckental.de



► Volkshochschule Eckental mit Außenstellen Heroldsberg und Kalchreuth

Mit unserem breiten Angebot von über 500 Kursen, Workshops, Seminaren und Vorträgen im Jahr bietet Ihnen die VHS zahlreiche Möglichkeiten, in Ihrer nachberuflichen Phase, Körper und Geist zu trainieren, die eigene Kreativität oder völlig neue Interessen zu entdecken.

Ob Sie Neues ausprobieren oder Altbekanntes auffrischen möchten, tun Sie dies ohne Leistungs- und Zeitdruck. Viele Kurse finden am Vor- und Nachmittag statt zu sozialverträglichen Preisen. Das VHS Programm ist vielfältig:

- Rechtsvorträge zu Themen wie Erben, Vorsorge etc.
- Vorträge von Ärzten über Arthrose, Bluthochdruck, Grauer/Grüner Star u.v.m.
- Yoga auf dem Stuhl
- Funktionelle Schongymnastik
- Lauf- oder Gedächtnistraining
- Pilates 50+
- Tablet und Smartphone Kurse
- Acryl- oder Töpferkurse
- Sprachen lernen von Norwegisch, Italienisch über Englisch bis hin zu Französisch
- Koch- und Backkurse

Neue Menschen treffen, ins Gespräch kommen, lernen mit Gleichgesinnten, Hobbys pflegen oder Talente entdecken.

Volkshochschule Eckental

Rathausplatz 1, 90542 Eckental-Eschenau
Ansprechpartner: Julia Schuster und Natalie Tuchbreiter
Telefon: 09126 903-226
E-Mail: vhs@eckental.de
www.vhs-eckental.de



Ein kreatives Hobby macht viel Spaß und hält fit.



Das VHS Programm bietet eine Vielzahl verschiedener Kurse an.

► Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg

Senioren- und Gaststudium an der FAU

Unter den Begriff Seniorenstudium fallen Bildungsangebote, die die unterschiedlichen und speziellen Interessensspektren von älteren Studieninteressierten berücksichtigen.

Die Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, kurz FAU, bietet für ältere Menschen zwei Möglichkeiten, an Vorlesungen und Seminaren teilzunehmen.

Entweder als ordentliche Studierende, wobei die Immatrikulation zum Studium mit dem Ziel einen Hochschulabschluss zu erwerben erfolgt. Oder als Gaststudierende, die keinen Abschluss erwerben.

Diese suchen sich aus der breiten Palette von Veranstaltungen der Universität Lehrveranstaltungen nach Belieben aus. Je nach Status werden unterschiedliche Kosten fällig, des Weiteren gelten pro Status unterschiedliche Rechte.

Ausführliche Informationen sind auf www.fau.info/seniorenstudium zu finden. Für alle Fragen zum Senioren- und Gaststudium an der FAU steht unser Informations- und Beratungszentrum für Studiengestaltung und Career Service (IBZ) gerne zur Verfügung.

Friedrich-Alexander-Universität Erlangen- Nürnberg

Informations- und Beratungszentrum für Studiengestaltung und Career Service (IBZ)
Halbmondstraße 6-8, 91054 Erlangen, Raum 0.021
Telefon: 09131 85-24444 oder -23333
Telefax: 09131 85-24803
www.ibz.fau.de





► Friendship Force Bavaria Nürnberg-Erlangen e. V.

Erkunden Sie andere Sichtweisen und entdecken Sie Gemeinsamkeiten. Unter diesem Motto pflegen Mitglieder von Friendship Force internationale Begegnungen auf privater Ebene als Gastgeber im eigenen Heim sowie als Gäste in Familien in anderen Ländern. Es gibt über 300 Friendship Force Klubs weltweit, die sich gegenseitig besuchen, maximal eine Woche lang.

Als Gast lernt man Kultur und Sitten, Sehenswürdigkeiten und Landschaften anderer Länder kennen und schließt Freundschaften. Gäste, die uns besuchen, haben Gelegenheit unsere fränkische Heimat zu erleben. Sprachkenntnisse sind nützlich, aber nicht zwingend notwendig.

Wir sind weltoffen, aktiv und fremden Kulturen gegenüber aufgeschlossen, um auf diese Weise einen kleinen Beitrag zur Völkerverständigung zu leisten. Das interne Vereinsleben pflegen wir durch gemeinsame Unternehmungen (z. B. Wanderungen und Ausflüge), vierteljährliche Versammlungen und durch unseren monatlichen Stammtisch mit gemütlichem Plausch.

Wir freuen uns auf Sie!

Friendship Force Bavaria Nürnberg-Erlangen e. V.
Südring 25, 90542 Eckental
Ansprechpartner: Robert Wagner (1. Vorsitzender)
Telefon: 09126 291825
E-Mail: president@friendshipforce-bavaria.de
www.friendshipforce.eu/bavaria



Gesangvereine

► Gemischter Chor „Aurora“

Oberschöllnbach

Ansprechpartner: Konrad Hempel
Oberschöllnbacher Hauptstr. 20, 90542 Eckental
Telefon: 09126 6644
E-Mail: konrad@die-hempels.de

► Jugendkapelle Markt Eckental e. V.

Ansprechpartner: Stefan Kraus (1. Vorstand)
Strahlenfelder Weg 7, 91245 Simmelsdorf
Telefon: 09155 926831
E-Mail: info@jugendkapelle-eckental.de
www.jugendkapelle-eckental.de

► Liedertafel 1849 Eschenau e. V.

Ansprechpartner: Hartmut Botzek (1. Vorstand)
Föhrenstraße 79, 90542 Eckental
Telefon: 09126 2944346 (Anrufbeantworter)
E-Mail: vorstand@liedertafel-eschenau.de
www.liedertafel-eschenau.de

► MGv Eckenhaide

Ansprechpartner: Martin Lehnert
Schlosshof 10, 90542 Eckental
Telefon: 09126 7730

Seniorenpezifisches Angebot:
Zusammenkunft der MGv-Senioren,
jeden 1. Freitag im Monat um 14.00 Uhr
im Feuerwehr-Haus in Eckenhaide.
Das Programm umfasst Vorträge zu aktuellen
Themen, Themen von allgemeinem Interesse,
gemeinsame Ausflüge, Besichtigungen u.v.m.

Ansprechpartner: Christoph Borgens
Eckenhaider Hauptstraße 56, 90542 Eckental
Telefon: 09126 8985

► MGv Frankonia Herpersdorf 1924 e. V.

Ansprechpartner: Alfons Kramer
Müllerstraße 7, 90542 Eckental
Telefon: 09126 294598
Telefax: 09126 294598
E-Mail: kramer.alfons@web.de

► MGv Liederkranz Brand

Ansprechpartner: Wilfried Karmann
Krokusweg 29, 90542 Eckental
Telefon: 09126 5314
www.mgv-liederkranz-brand.de

► MGv „Sängerlust“ Eschenau

Ansprechpartner: Stefan Frank
Kalchreuther Straße 6, 90542 Eckental
Telefon: 09126 281588
E-Mail: mgv-saengerlust@web.de

► Sängerbund Bög Forth

Ansprechpartner: Dr. Markus Döring
Färberstraße 8, 90542 Eckental
Telefon: 09126 2749980
E-Mail: markusdoering74@web.de



► Katholischer Deutscher Frauenbund, ZV Stöckach-Forth und Umgebung

KDFB – Ein Verbund von Frauen für Frauen

Der KDFB tritt für die Interessen von Frauen jeglichen Alters in Gesellschaft, Politik und Kirche ein. Die KDFB Frauen erreichten z. B. die Erhöhung der Rentenpunkte für Mütter in den letzten Jahren oder die Einführung der Mittagsbetreuung an den Schulen schon vor vielen Jahren.

Hier in Eckental und Umgebung laden wir Sie zu Tagesausflügen und Bildungsfahrten für Leib, Geist und Seele ein, die umsichtig organisiert werden. Wir bieten regelmäßig Gesundheitskurse wie Yoga, Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule und neu auch Qigong mit qualifizierten Leiterinnen im kath. PZ Forth an. Bewegungs- und gemeinschaftsfördernde Angebote sind Sitz- und Kreistänze. Zudem gestalten wir ökumenisch frauengerechte Gottesdienste aus weiblicher Spiritualität oder zeigen interessante Filme im Kino Eschenau, beides mit anschließender Begegnung.

Wir wollen uns einmischen und etwas bewegen – Frauen stärken durch unsere Frauenstärken! Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir laden herzlich zu allen unseren Veranstaltungen ein, Frauen, aber auch interessierte Männer. Sie finden unsere Ankündigungen in den örtlichen Medien wie Wochenblatt oder Pfarrbriefe bzw. in den Kirchen ausliegen. Sie sind willkommen!

Katholischer Deutscher Frauenbund, ZV Stöckach-Forth und Umgebung

Forth Hauptstraße 57c, 90542 Eckental-Forth
Ansprechpartner: Bianka Lebküchler
und Hanne Pfeiffer
Telefon: 09126 297290 (Bianka Lebküchler privat)
E-Mail: b.lebkuechler@web.de
Telefon: 09126 2894592 (dienstl. im Pfarrbüro)
Telefon: 09126 8389 (Hanne Pfeiffer)
Telefax: 09126 298054 (Pfarrbüro)
www.frauenbund-stoeckach-forth.de



Kirchen und Religions- gemeinschaften

► Evang.-Luth. Kirchengemeinde Eckenhaid und Eschenau

Gott sei Dank, dass es Sie gibt!

Bei uns als Evangelischen Kirchengemeinden Eckenhaid und Eschenau sind Seniorinnen und Senioren als selbstverständlicher und wichtiger Teil unserer generationenübergreifenden Gemeinschaft aktiv. Schauen auch Sie einfach einmal vorbei!

Wir freuen uns, wenn Sie einen unserer Gottesdienste mitfeiern oder wenn Sie sich für nette Menschen und spannende Themen in unseren Gruppen interessieren, beim Gemeindefest oder der Kirchweih zwanglos vorbeikommen.

Besonders laden wir Sie ein, sich tagsüber in unserer wunderschönen Friedenskirche und St. Bartholomäus-Kirche Raum und Zeit für eine Begegnung mit Gott zu gönnen. Geistliche Begleitung und die Möglichkeit zur Seelsorge finden Sie bei uns. Wir besuchen Sie gerne.

Wir sind Teil der Evangelisch-Lutherischen Landeskirche in Bayern mit ihren mehr als 2,3 Millionen Mitgliedern. Auf dem Gebiet der Marktgemeinde Eckental arbeiten wir eng zusammen im Team mit den evangelischen Kirchengemeinden Eckenhaid, Eschenau und Forth sowie unseren römisch-katholischen Geschwistern. Schauen Sie einfach mal vorbei, durchstöbern unsere Websites oder rufen an:

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Eckenhaid
Buchenstraße 1a, 90542 Eckental-Eckenhaid
Pfarramt: Pfarrerin und Pfarrer
Hedwig Stünzendörfer und Horst Stünzendörfer
Sekretärin: Saskia Mirwaldt
Telefon: 09126 279090
E-Mail: pfarramt@friedenskirche-eckenhaid.de
www.friedenskirche-eckenhaid.de

Die Friedenskirche ist jeden Tag zwischen 9.00 Uhr und 17.00 Uhr geöffnet. →

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Eschenau
Marktplatz 1, 90542 Eckental-Eschenau
Pfarramt: Pfarrer Martin Irmer
Sekretärin: Heidemarie Hohe
Telefon: 09126 288508
E-Mail: pfarramt.eschenau@elkb.de
www.kirchengemeinde-eschenau.de
Die Bartholomäus-Kirche ist jeden Tag zwischen 10.00 Uhr und 16.00 Uhr geöffnet.



► Evang.-Luth. Kirchengemeinde Forth

Seniorenkreis und offene Angebote

Die Kirchengemeinde Forth bietet den älteren Menschen viele Möglichkeiten zum geselligen Miteinander und zu einer sinnvollen Beschäftigung. Es finden regelmäßige Seniorentreffs mit Bildungsangeboten (Vorträge, Ausflüge) und geselligen Nachmittagen statt. Ein Tanzkreis trifft sich donnerstags im Gemeindehaus (Informationen im Pfarramt).

Bei Veranstaltungen wie dem Gemeindefest können sich Senioren gerne auch tatkräftig miteinbringen. Regelmäßig finden Abendmahls-Gottesdienste im Seniorenheim Martha-Maria statt (donnerstags 15.30 Uhr), zu denen gerne auch Besucher von außerhalb eingeladen sind.

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Forth
Martin-Luther-Straße 11, 90542 Eckental-Forth
Ansprechpartner: Pfarrerin Stefanie Grasruck,
Pfarrerin Dr. Julia Illner
Telefon: 09126 1869
E-Mail: pfarramt.forth@elkb.de
www.forth-evangelisch.de
Die St. Anna-Kirche ist jeden Tag zwischen 10.00 Uhr und 17.00 Uhr geöffnet.



► Freie Baptisten-Gemeinde Eckental

Die Freie Baptisten-Gemeinde Eckental trifft sich jeden Sonntag um 10.00 Uhr zum Gottesdienst. Diese Zeit miteinander zu haben, ist uns eine Freude. Wir singen geistliche Lieder, halten Bibellese und haben Gebetsgemeinschaft. Unser Kindergottesdienst ist altersgemäß. Der Höhepunkt unseres Gottesdienstes ist die Predigt, mit Themen aus der Bibel und praktische Anwendungen. Den Herrn Jesus Christus groß zu machen und aus der Bibel mehr über ihn zu lernen sind unsere Hauptziele. Anschließend gibt es noch die Möglichkeit, sich bei Kaffee und Kuchen auszutauschen. Um Gemeinschaft zu pflegen, haben wir alle zwei Monate ein Gemeindeessen.

Unsere wöchentliche Bibelstunde findet mittwochs um 19.00 Uhr in unseren Gemeinderäumen statt. Es werden verschiedene Themen aus der Bibel mit praktischen Anwendungen behandelt.

Freie Baptisten-Gemeinde Eckental
Orchideenstraße 44, 90542 Eckental-Brand
Ansprechpartner: Daniel Arnold
Telefon: 09126 2940077
E-Mail: daniel@fbg-eckental.de
www.fbg-eckental.de



► Katholische Kirchengemeinde Eckenhaid und Stöckach-Forth

Seniorenkreise der katholischen Pfarreien Eckenhaid und Stöckach-Forth

Miteinander auf dem Weg

Ach du liebe Zeit, wo ist sie nur hingekommen? Das Älterwerden ist gar nicht so einfach. Zu unserer sinnorientierten Seniorenarbeit gehört der Blick auf unsere Lebensthemen. Wer zurückschaut, wird entdecken, was schwer und was schön war. Diese Glücksmomente hervorzuheben, ist eines unserer Ziele im Angebot der Seniorenarbeit. →

Gleichzeitig leben viele Senioren sehr einsam und fühlen sich in der Gemeinschaft geborgen. Religiöse Themen, über den Tellerrand in ferne Länder schauen, andere Glaubenskulturen kennen lernen, oder gemeinsam mit den Senioren in Weißenhohe zu einer Tagesfahrt aufzubrechen, das verdrängt die Einsamkeit und gibt neuen Aufwind. Ganz speziell gibt es in Eckenhaid das Angebot, bei dem Seele, Geist und Körper gleichermaßen einbezogen sind. Alle zwei Monate wird an einem Donnerstag um 9 Uhr gemeinsam in der Kirche Mariä Unbefleckte Empfängnis ein Gottesdienst gefeiert. Anschließend heißt es im runden Zimmer: „Kaffee und Plaudern!“

In der Pfarrei Stöckach-Forth finden momentan unregelmäßig am Mittwochnachmittag Veranstaltungen statt.

Unsere Seniorenarbeit ist als eine Chance zu sehen, in jedem Lebensalter Gemeinschaft, Sinn und Lebensfreude zu erfahren. Neue Mitglieder und Gäste sind jederzeit willkommen.

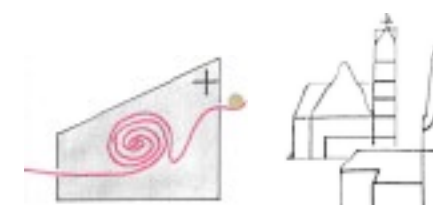
Katholische Kirchengemeinde Eckenhaid und Stöckach-Forth

Pfarrer Andreas Hornung
Ansprechpartner für die Pfarrei Eckenhaid:
Frau Meketzer, Frau Nützel
Für die Pfarrei Stöckach-Forth:
Ursula Greißinger, Katharina Lenger,
Renate Siebenkäs

Sekretariat in Forth

Pfarrei Kreuzerhöhung
Forth Hauptstraße 57c, 90542 Eckental-Forth
Telefon: 09126 9663
E-Mail: pfarrei.forth@erzbistum-bamberg.de
www.stoeckach-forth.de

Öffnungszeiten der Kirchen:
Kreuzerhöhung (Forth): 8.00–18.00 Uhr
Mariä Unbefleckte Empfängnis (Eckenhaid):
9.00–18.00 Uhr



► Landeskirchliche Gemeinschaft Eschenau

Angebote für Senioren:

Seniorenachmittage

Zwei Mal jährlich veranstalten wir Seniorenachmittage, die jeweils unter einem bestimmten Motto stehen.

Mittwochs von 17.00–18.00 Uhr

Bibelgesprächskreis

Bei unseren Mittwochstreffen versuchen wir biblische Gedanken mit unseren Erfahrungen zu verknüpfen. Die Leitung erfolgt durch den Gemeindepastor.

Dienstags von 8.30–09.30 Uhr Gebetstreff

Senioren treffen sich zu gemeinsamen geistlichen Liedern, einem biblischen Impuls und einer Gebetszeit. Hier können persönliche Anliegen im vertrauten Rahmen genannt werden, für die gebetet werden.

Manchmal werden Aktivitäten und Angebote

für Senioren von unserem Dachverband angeboten. Das kann z. B. ein Ausflug nach Berlin oder einer anderen Stadt sein. Dazu laden wir ein, organisieren Mitfahrgelegenheiten und sind einfach mit dabei.

Landeskirchliche Gemeinschaft Eschenau

Sendelbacher Straße 5, 90542 Eckental-Eschenau

Ansprechpartner: Ulrike Uebach

Telefon: 09126 299235

E-Mail: ulrike.uebach@gmx.de

www.lkg-eschenau.de



► Zeugen Jehovas

Jehovas Zeugen Versammlung Eckental

Jehovas Zeugen haben pro Woche zwei reguläre Gottesdienste (Hebräer 10:24, 25). Im Mittelpunkt dieser öffentlichen Zusammenkünfte steht die Bibel und wie man sie im Alltag lebendig werden lässt. In unseren Zusammenkünften steht das gemeinsame Lernen im Vordergrund. Das Programm beginnt und endet mit Lied und Gebet. Man muss kein Zeuge Jehovas sein, um unsere Gottesdienste zu besuchen. Jeder ist herzlich eingeladen, einmal hereinzuschauen. Der Eintritt ist frei und es gibt keine Kollekte.

Zusammenkünfte:

Sonntag: 10.00–11.45 Uhr

Donnerstag: 19.00–20.45 Uhr

Orchideenstraße 37, 90542 Eckental-Brand

Ansprechpartner: Herr Bäuml

Telefon: 09126 282468

E-Mail: sbaeumler65@gmail.com

www.jw.org.de



Tipp: Vereinbaren Sie feste Telefonzeiten mit der Familie oder Freunden, um regelmäßig mit Anderen in Kontakt zu sein!

Neben den Kirchen & Religionsgemeinschaften finden Sie auch auf den weiteren Seiten interessante Informationen!

► Kreislauf-Kaufhaus Eckental

Warum den Nachmittag zu Hause verbringen?

Der Name „Kreislauf“ bedeutet Wiederverwertung und Verkauf gut erhaltener Gebrauchtwaren – von Kleidung über Haushaltswaren bis hin zu Möbeln. Nachhaltigkeit wird bei uns groß geschrieben! Hier können Sie zwanglos zwischen den Regalen bummeln. Sie finden bei uns gut erhaltene gebrauchte Bücher: Belletristik/Romane von Klassik bis aktuell, Biographien, Kinder und Jugendbücher für die Enkel, jede Menge Ratgeber und vieles mehr...

Wir laden Sie ein, sich in unserem Café zu gemütlichen gemeinsamen Stunden zu treffen, zu entspannen und zu schmökern. Genießen Sie unsere selbstgebackenen Kuchen, unsere Mittagsangebote im Bistro und eine angenehme Atmosphäre.

„Spenden statt wegwerfen - Hier können Sie bringen, was Sie nicht mehr brauchen und wir holen Ihre Möbel ab. Zusätzlich zu unserem Gebrauchtwarenangebot bieten wir unseren Kunden auch weitergehende Dienstleistungen an. Dazu gehören Liefer- und Aufbauservice für bei uns gekaufte Möbel, Umzüge und Wohnungsaufösungen.“

Die Sozialen Betriebe sind eine gemeinnützige GmbH: Die erwirtschafteten Gewinne fließen als Reinvestition zurück in eine Reihe von Maßnahmen unserer Inklusionsprojekte. Mit Ihrem Besuch unterstützen Sie uns dabei, Menschen durch Beschäftigung und Qualifikation beim Wiedereinstieg in die Gesellschaft und das Arbeitsleben zu helfen. Schauen Sie doch einfach mal vorbei!

Soziale Betriebe der Laufer Mühle gGmbH

Kreislauf-Kaufhaus Eckental

Forther Hauptstraße 17, 90542 Eckental-Forth

Ansprechpartner: Renate Kern

Telefon: 09126 2980-50

Telefax: 09126 2980-74

E-Mail: eckental@kreislauf-kaufhaus.de

www.kreislauf-kaufhaus.de



► Landfrauen Eckental - Heroldsberg

Wir machen Erwachsenenbildung durch Vorträge aus den Themenbereichen Ernährung, Gesundheit, Landwirtschaft und Erzeugung von Lebensmitteln aus dem pflanzlichen und tierischen Bereich und wollen einen Dialog führen zwischen Landwirten und Verbrauchern, auch der älteren Generation.

In der Adventszeit bieten wir eine Weihnachtsfeier mit kulturellem Programm an und beteiligen uns am Weihnachtsmarkt der evang. Kirche Eschenau, der am 3. Advent durchgeführt wird, mit dem Verkauf von selbstgemachten regionalen Produkten.

Außerdem finden im Januar Kochvorführungen mit Ernährungsfachfrauen statt. Im April führen wir eine 1-tägige Lehrfahrt mit abwechslungsreichem Programm durch. Sämtliche Veranstaltungen sind für alle Interessierte, Senioren, aber auch für Männer offen. Die Termine werden ortsüblich bekannt gegeben.

Landfrauen Eckental - Heroldsberg

eine Ortsgruppe des Bayerischen Bauernverbandes, Kreisverband ERH

Ansprechpartner: Inge Rohleder

Telefon: 09126 1590

E-Mail: rohleder@t-online.de

Annegret Prütting

Telefon: 09126 1351

E-Mail: annegret.pruetting@t-online.de

► Schachgemeinschaft Eckental: Senioren-Schach

Geistig fit bleiben

Schach ist eine ideale Freizeitbeschäftigung für Seniorinnen und Senioren.

Bei dem Senioren-Schach der SG Eckental stehen die Lust am Spiel und die Geselligkeit im Vordergrund. Das Knobeln über den nächsten Zug beflügelt und bietet ein ausgezeichnetes Gehirntaining – die beste Voraussetzung für geistige Fitness im Alter. Dabei kommt das Miteinander nicht zu kurz: Es wird abwechselnd mit verschiedenen Spielpartnern gespielt und kurze Blitzturniere stehen fast an jedem Spielabend auf dem Programm.

Treffpunkt ist immer freitags ab 20.00 Uhr im Alten Schloss in Brand.

Schachgemeinschaft Eckental

Ansprechpartner: Harald Braungardt (1. Vorsitzender)
Narzissenstraße 41a, 90542 Eckental
Telefon: **0172 8415173**
E-Mail: harald@braungardt.org
www.sg-eckental.de



Seniorenclubs

► BRK Brand

Der Brander Seniorenclub trifft sich jeden 2. Donnerstag im Monat um 14.00 Uhr. Im August verbringen wir den Kirchweihmontag auf der Kirchweih.

Bei den Treffen im Schloss (ebenerdig, keine Stufen) gibt es jedes Mal Kaffee und Kuchen. Manchmal haben wir Musik oder Gymnastik, mal einen Film oder auch Sänger oder einen Vortrag, beispielsweise von Feuerwehr oder Polizei. Und besonders schön ist es, Teil der Gemeinschaft zu sein, denn zum Geburtstag wird meistens gesungen und ein oder zwei Mal im Jahr kommen auch die Kinder vom Kindergarten.

Ansprechpartner: Annemarie Imhof
Telefon: 09126 **1287**

► BRK Eckenheid und Herpersdorf

Unser BRK-Seniorenclub wurde 1966 gegründet. Vor ca. 15 Jahren kamen die Senioren aus Herpersdorf dazu!

Wir treffen uns am 2. Mittwoch des Monats im Feuerwehr-Haus Eckenheid in der Heidestraße. Beginn 14.00 Uhr.
Wir zählen etwa 40-55 Mitglieder, Damen und sogar Herren! Es gibt jedes Mal ein sehr vielseitiges Programm, Vorträge, Lesungen, Musik und gemeinsames Singen, Faschingsfest und Weihnachtsfeier mit vielen Gästen.
Wir freuen uns jederzeit über neue Gäste!

Ansprechpartner: Erika Hofbauer
Telefon: 09126 **1715**

► BRK Seniorenclub Eschenau

Unter dem Schirm des Bayerischen Roten Kreuzes treffen sich am ersten Mittwoch des Monats Seniorinnen und Senioren zum Plausch bei Kaffee und Kuchen. An erster Stelle steht der Kontakt zu Gleichgesinnten, ein gutes Gespräch, eine nette Unterhaltung. Zu interessanten Themen gibt es →

verschiedene Referate und Kurzvorträge. Sehr beliebt sind auch von Zeit zu Zeit einmal eine Halbtagesfahrt oder ein Tagesausflug. Nicht fehlen dürfen bei den geselligen Nachmittagen Musikbeiträge - immer wird gesungen; manchmal sind Instrumentalmusiker eingeladen, um das Programm mitzugestalten.

Ansprechpartner: Isa Bachbauer
Telefon: 09126 **6688**

► Evangelischer Seniorenclub Eschenau

Der Seniorenkreis trifft sich in der Regel jeden 2. Dienstag im Monat von 14.00–16.00 Uhr in der Pfarrscheune (unten). Gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, gelegentliche Vorträge, musikalische Einlagen, Sketche, Ausflüge und vieles mehr. Genauere Informationen entnehmen Sie bitte dem Gemeindebrief.

Ansprechpartner: Pfarramt Eschenau
Telefon: 09126 **288508**

► Evangelischer Seniorenclub Forth

Der Seniorenkreis trifft sich immer monatlich an einem Mittwochnachmittag.
Seniorenprogramm: Regelmäßige Seniorentreffs mit Bildungsangeboten (Vorträge, Ausflüge) und geselligen Nachmittagen.
Donnerstags Tanzkreis im Gemeindehaus.
Nähere Informationen erhalten Sie im Pfarramt.
Ansprechpartner:
Pfarrerin Stefanie Grasruck, Pfarrerin Dr. Julia Illner
Telefon: 09126 **1869**

► Katholischer Seniorenclub Eckenheid und Forth

Konkrete Angebote entnehmen Sie bitte dem Wochenblatt oder der Pfarrinfo.
Ansprechpartner: Stephanie Karger (Sekretariat in Forth)
Telefon: 09126 **9663**



► Siedlerbund Eckenheid e. V.

Unser örtlicher Siedlerbund wurde 1963 in Eckenheid gegründet und ist heute eine leistungsstarke Vereinigung für Haus- und Grundstücksbesitzer. Wir sind integriert im Verband Wohneigentum e. V. mit bundesweit ca. 350.000 Mitgliedsfamilien.

Unsere rund 550 Mitglieder kommen aus Eckental, Igensdorf, Heroldsberg und Umgebung. Wir bieten Fachvorträge durch Referenten in unserer Siedlergemeinschaft, Ölbestellungen über den Bezirksverband (Vorteil: immer 10.000 Ltr. Preis, auch wenn die Abnahme kleiner ist), verbilligten Siedlerstrom und Erdgas. Monatswanderungen, Muttertagsbasteln, Pflanzenbörsen, Adventsnachmittage sowie Siedlerreisen und Besuch von Landesgartenschauen gehören ebenfalls zum Angebot des Vereins.

Für unsere Mitglieder gibt es folgende Gartengeräte, gegen eine pauschale Gebühr von jeweils 5 Euro, zum Ausleihen: Häcksler, Heckenschere, Leiter und Vertikutierer.

Siedlerbund Eckenheid e. V.

Mitglied Verband Wohneigentum
Ansprechpartner: Manfred Bachmayer (1. Vorsitzender)
Hallerstraße 15, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **287407**
www.verband-wohneigentum.de/eckenheid/



Sportvereine mit seniorenspezifischen Angeboten

► 1. FC Eschenau 1927 e.V.

Ansprechpartner: Walter Brückl (1.Vorsitzender)
Günthersbühler Straße 4a, 90542 Eckental
Mobil: **0171 5501419**
E-Mail: info@fceschenau.de
www.fceschenau.de

Seniorenspezifische Angebote:
Damengymnastik „Fit in den Tag“
(Mo. 10.45–11.45 Uhr),
Yoga (Di. 10.45–11.45 Uhr),
Wirbelsäulengymnastik (Di. 19.00–20.00 Uhr),
Damengymnastik (Di. 20.00–21.00 Uhr),
Funktionsgymnastik (Mi. 19.45–20.45 Uhr)

► ASV Forth 1888 e.V.

Ansprechpartner: Martin Hofmann (1.Vorsitzender)
Ohmstraße 2a, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **6355**
E-Mail: hofmann_martin@gmx.de
www.asv-forth.de

Seniorenspezifische Angebote:
Senioren-gymnastik „Locker vom Hocker“
(Mo. 16.30–17.30 Uhr), fit 50+ (Mo. 18.00–19.00 Uhr),
Skigymnastik (Mi. 20.00–21.30 Uhr),
Herzsportgruppe (Ansprechpartner für den Bereich
Herzsport: Frau Richter Telefon 09126 9644
bzw. Frau Urban Telefon 09126 5866)

► ASV Herpersdorf 1948 e.V.

Ansprechpartner: Roman Wölfel (1. Vorsitzender)
Schlosserstraße 1, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **2953534**
Mobil: **0174 9560463**
E-Mail: woelfel89@gmail.com
www.asv-herpersdorf.de

Seniorenspezifisches Angebot: Yoga



► Budo-Club Eckental e.V.

Verein für fernöstliche Kampfsportarten
Ansprechpartner: Thorsten Böcker (1.Vorsitzender)
Postfach 1121, 90538 Eckental
Telefon: 09126 **293797**
E-Mail: info@bc-eckental.de
www.bc-eckental.de

Seniorenspezifische Angebote:
„Sport pro Gesundheit – Budomotion, Goshin Jitsu
(Hilfestellung zu Falltechniken, Bewegungen zur
Selbstverteidigung 19.30–21.00 Uhr)

► SC Eckenhaide e.V.

Ansprechpartner: Jürgen Schüssel (1.Vorsitzender)
Waldstraße 15, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **7108**
Mobil: **0173 3514205**
E-Mail: info@sc-eckenhaide.de
www.sc-eckenhaide.de

Seniorenspezifische Angebote:
Turnen (S-Klasse 60+ Mi. 16.00–17.00 Uhr),
Yoga (Di. 17.00–18.30 bzw. Fr. 9.00–10.30 Uhr),
Stockschießen (Trainingszeiten Herren:
Di. u. Do. 18.00–20.00 Uhr /
Damen: Mo. 18.30–20 Uhr)



Lachen ist die gesündeste Turnübung der Welt, denn nirgends werden so viele Muskeln auf so angenehme Art bewegt wie beim Lachen.

George Conley

► Sportfreunde FC Büg e.V.

Ansprechpartner: Klaus Bauer (1.Vorsitzender)
Bünaustraße 9, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **4531**
E-Mail: kontakt-fcbueg@t-online.de
www.sportfreunde-fcbueg.de

Seniorenspezifisches Angebot:
Stammtisch (Fr. u. So. ab 19.00 Uhr):
Gedankenaustausch, Diskussion und
vereinzelte Unternehmungen

► Tennis-Club Eckental e.V. 1973

Ansprechpartner: Bernd-Otto Wolf (1.Vorsitzender)
Buchenstraße 17, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **288288**
E-Mail: info@tc-eckental.de
www.tc-eckental.de

Seniorenspezifische Angebote:
Ü60-Mannschaften (Damen- und Herrenbereich)

► TSV Brand e.V. 66

Ansprechpartner: Stefan Prütting (1.Vorsitzender)
Brander Hauptstraße 9, 90542 Eckental
Telefon: 09126 **90984**
E-Mail: info@tsv-brand.de
www.tsv-brand.de

Seniorenspezifische Angebote:
Senioren Turnen (Mo. 20.15–21.30 Uhr)



► VdK Bayern e.V. Ortsverband Eckental

Dieser besteht aus ehrenamtlichen Mitarbeitern, die sich in vielfältiger Weise um die Mitglieder bemühen, z. B. Pflegebegleiter, Schulbeauftragte, Kinder- und Jugendbetreuer, Vertreter/-in für Frauen/Männer, Berater für Barrierefrei und vieles mehr.

Wir treffen uns zu gemütlichen Seniorennachmittagen mit Kaffee und Kuchen, Schlemmeressen, Gesprächen, Musik und Tanz oder zu interessanten Informationsveranstaltungen. Wir organisieren Tages- und Halbtagesfahrten nicht nur in unserer fränkischen Heimat.

Weitere Informationen erhalten Sie über die Homepage oder den Ortsvorsitzenden.

Sozialverband VdK Bayern e.V. Ortsverband Eckental

Ansprechpartner: Karl-Heinz Link (1.Vorsitzender)
Bismarkstraße 18, 90542 Eckental-Forth
Telefon: 09126 **294512**
www.vdk.de/ov-eckental

SOZIALVERBAND
VdK
BAYERN
unabhängig. solidarisch. stark.



Persönliche Notizen

Der größte Vertrauensbeweis der Menschen liegt darin, dass sie sich voneinander beraten lassen.

Erasmus von Rotterdam

2 | Stets bestens beraten

„Guter Rat ist teuer“ – wer hat diesen wahren Spruch nicht schon gehört?

Denn mit zunehmendem Alter fragen sich sicherlich viele Senioren und ihre Angehörigen, wo man Unterstützung und Hilfe bekommen kann. Ob im Alter, bei Krankheit oder bei Pflegebedürftigkeit: Die Beratungsstellen kennen die Angebote in Ihrer Nähe, besuchen Sie je nach Thema sogar teils zuhause in Ihrer gewohnten Umgebung und all das auch noch kostenfrei, neutral und unter Wahrung der Schweigepflicht.

Besser geht es nicht und stetig wächst das Angebot. Verschaffen Sie sich einen Eindruck, wenn es heißt: „Stets bestens beraten“, denn guten Rat gibt es meist direkt vor Ort!

Vertretungen von Senioreninteressen

Seniorenbeirat Eckental

Der Seniorenbeirat kümmert sich um die Belange älterer Mitbürger, bemüht sich deren Lebenssituation stetig zu verbessern und in Zusammenarbeit mit der Verwaltung neue Projekte zu entwickeln und umzusetzen. Er arbeitet auf Kreisebene mit anderen Seniorenbeiräten zusammen. In übergeordneten Gremien, wie z. B. dem Modellprojekt Gesunde Gemeinde in einem gesunden Landkreis, dem Demenz-Netzwerk und Seniorenpolitischem Gesamtkonzept des Landkreises, vertritt er die Interessen der Marktgemeinde Eckental. Innerhalb der Gemeinde ist er Mitinitiator des Sozialen Netzes Eckental und Seele in Balance Heroldsberg, hält laufend Kontakt mit den Seniorenclubs, anderen Organisationen und Verbänden, soweit diese für die ältere Generation tätig sind.

Der Seniorenbeirat hat eine Initiative zur Schaffung eines Defibrillatoren-Netzes in Eckental gestartet.



Der Seniorenbeirat wurde 1998 gegründet, er wird alle drei Jahre neu gewählt und besteht aus 7 Ehrenamtlichen und 2 Ersatzbeisitzern.

Die Wahl wird von der Gemeinde Markt Eckental in öffentlicher Sitzung geleitet. Wählbar ist jeder Bürger der Gemeinde.

Ansprechpartner: Ingo Gerstenhauer (1. Vorsitzender)
Telefon: 09126 6412
Friedhold Hindrichs (Stellv. Vorsitzender)
Telefon: 09126 6205
E-Mail: seniorenbeirat@eckental.de



Koordinatorin für Seniorenangelegenheiten im Rathaus

Rathausplatz 1, 90542 Eckental
Ansprechpartner: Sylvia Steinbach
Telefon: 09126 903-241
Telefax: 09126 5754
E-Mail: sylvia.steinbach@eckental.de

Seniorenbeauftragte im Landkreis Landratsamt Erlangen-Höchstadt

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Ansprechpartner: Anna-Maria Preller (Seniorenbeauftragte, Stv. Sachgebietsleiterin)
Telefon: 09131 803-1331
Telefax: 09131 803-491331
E-Mail: anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de
www.erlangen-hoechstadt.de



Information, Beratung, soziale Sicherung

► Rentenberatung

Rentenberatung im Rathaus

Seit mehreren Jahren besteht die Möglichkeit für Eckentaler Bürger, sich neben den Angeboten der Deutschen Rentenversicherung Bund auch im Eckentaler Rathaus bei der Versichertenberaterin der Deutschen Rentenversicherung Nordbayern, Christine Bauer, ehrenamtlich und kostenlos rund um das Thema Rente beraten zu lassen. Jeweils am ersten Montag im Monat bietet Christine Bauer eine Versichertenberatung im Beratungszimmer im Rathaus vorwiegend zu folgenden Themen an:

- Aufnahme von Rentenansprüchen
- Hilfestellung bei Kontenklärungen und Formularen

Bitte beachten Sie: Beratungen im klassischen Sinne werden in erster Linie über die Sprechtag und die Beratungsstelle vorgenommen.

Ansprechpartner im Rathaus für Terminvereinbarungen mit Christine Bauer ist Markus Morawietz.

Unter Telefon: 09126 903-256 oder E-Mail: markus.morawietz@eckental.de können Sie ihn zu den Öffnungszeiten des Rathauses erreichen.

Deutsche Rentenversicherung - Beratung aus erster Hand

Neben diesem „kleinen“ Angebotsportfolio in Eckental gibt es die Deutsche Rentenversicherung Nordbayern, wo Sie sich ausführlich beraten lassen und auch Hilfe beim Ausfüllen der Anträge erhalten können:

Deutsche Rentenversicherung Nordbayern/ Auskunfts- und Beratungsstelle

Äußere Bayreuther Straße 159, 90411 Nürnberg
Telefon: 0911 23423-100

Information über Sprechtag in der Umgebung:
Neunkirchen am Brand: Telefon 09134 70555
Schnaittach: Telefon 09153 409130
Gräfenberg: Telefon 09192 7090
Lauf a.d.Pegnitz: Telefon 09123 184143

Hinweis: Stellen Sie Ihren Rentenanspruch möglichst drei Monate vor Erreichen der für Sie in Frage kommenden Altersgrenze (bei verspäteter Antragstellung kann Leistungsverlust drohen!). Bringen Sie alle Unterlagen mit, die für die Antragstellung wichtig sein könnten:

- Personalausweis bzw. Reisepass, Geburtsurkunde
- Bankverbindung (IBAN, BIC)
- persönliche Identifikationsnummer für steuerliche Zwecke
- letzter Versicherungsverlauf des Rentenversicherungsträgers

Wenn das Rentenkonto noch nicht geklärt wurde, werden Nachweise über sämtliche rentenrechtlichen Zeiten benötigt, die noch nicht im Versicherungsverlauf berücksichtigt sind (z. B. Aufrechnungsbescheinigungen, Versicherungskarten, Schulabschlußzeugnis, Lehrvertrag, Geburtsurkunden der Kinder, Bescheinigungen der Krankenkasse und Arbeitsagentur, Nachweise über Beschäftigung im Ausland).

Aus unterschiedlichen Gründen kann es passieren, dass das eigene Einkommen aus Altersbezügen oder privaten Rücklagen nicht ausreicht. Hier unterstützen soziale Strukturen.

► Grundsicherung

Die Grundsicherung soll den grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt decken. Sie tritt ein für Personen nach Erreichen der Regelaltersgrenze und für dauerhaft voll erwerbsgeminderte Personen. Die Grundsicherung deckt auch den Bedarf jener Personen, die wegen des Alters oder voller Erwerbsminderung endgültig aus dem Erwerbsleben ausgeschieden sind und deren Einkünfte oder Vermögen für den notwendigen Lebensunterhalt nicht ausreichen.

Es erfolgt bei diesen Leistungen kein Rückgriff auf Angehörige wie Kinder oder Eltern, sondern es handelt sich um individuelle Ansprüche.

Beratung und Information erhalten Sie beim **Landratsamt Erlangen-Höchststadt**
Sachgebiet Soziales
Schlossberg 10, 91315 Höchststadt a.d. Aisch
Telefon: 09193 20-544
oder -543 oder -546 oder -575
Telefax: 09193 20-549

► Hilfe zum Lebensunterhalt

Personen, die zeitlich befristet voll erwerbsgemindert sind (Erwerbsfähigkeit unter 3 Stunden täglich oder eine vorgezogene Altersrente), haben die Möglichkeit Hilfe zu beantragen, wenn sie ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht aus eigenen Kräften und Mitteln bestreiten können.

Beratung und Information erhalten Sie beim **Landratsamt Erlangen-Höchststadt**
Sachgebiet Soziales
Schlossberg 10, 91315 Höchststadt a.d. Aisch
Telefon: 09193 20-544
oder -543 oder -546 oder -575
Telefax: 09193 20-549

► Arbeitslosengeld II

Leistungsanspruch haben Personen, die die Regelaltersgrenze zwischen 65. und 67. Lebensjahr noch nicht erreicht haben und erwerbsfähig sind. Keinen Anspruch haben Personen, die Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung erhalten können oder eine Rente wegen Alters beziehen. Ebenso keinen Anspruch haben Personen, die länger als sechs Monate in einer stationären Einrichtung untergebracht sind. Terminvereinbarung zur Beratung ist erforderlich!

► Grundsicherung für Arbeitsuchende

Jobcenter Landkreis Erlangen-Höchststadt Standort Erlangen

Karl-Zucker-Straße 12, 91052 Erlangen
Telefon: 09131 711-109

Fragen Sie nach dem für Ihren Wohnort zuständigen Sachbearbeiter.

► Wohngeld

Mit Wohngeld ist ein Mietzuschuss gemeint für: Mieter, Untermieter, Heimbewohner oder Nutzungsberechtigte einer Wohnung oder eines Zimmers. Wohngeld gibt es auch als Lastenzuschuss für Besitzer sowie Erbbauberechtigte eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung. Der Bezug von Wohngeld neben Leistungen der Grundsicherung oder der Hilfe zum Lebensunterhalt ist ausgeschlossen. Nur die jeweils höhere Leistung wird gewährt.

Beratung und Information erhalten Sie beim **Landratsamt Erlangen-Höchststadt**
Sachgebiet Soziales
Schlossberg 10, 91315 Höchststadt a.d. Aisch
Telefon: 09193 20-551 oder 09193 20-542
Telefax: 09193 549
www.erlangen-hoechststadt.de

► Sozialhilfe in stationären Pflegeeinrichtungen

Wenn Sie in einem Seniorenpflegeheim leben und Ihr Einkommen/Vermögen sowie die Leistungen der Pflegekasse die anfallenden Gesamtausgaben nicht decken, wenden Sie sich bitte an die Bezirksverwaltung:

Bezirk Mittelfranken, Sozialreferat

Postfach 617, 91511 Ansbach
Telefon: 0981 4664-0
www.bezirk-mittelfranken.de

► Sozialhilfe bei ambulanter Pflege

Wenn die Leistungen der Pflegeversicherung nicht ausreichen, um die Kosten der ambulanten Pflege abzudecken, aber dennoch Pflegeleistungen in Anspruch genommen werden müssen, kann die Gewährung von Hilfe zur Pflege im Rahmen der Sozialhilfe in Frage kommen. Hier müssen bestimmte Einkommens- und Vermögensgrenzen berücksichtigt werden.

Nähere Auskünfte erhalten Sie beim
Landratsamt Erlangen-Höchststadt
Sachgebiet Soziales
Schlossberg 10, 91315 Höchststadt a.d. Aisch
Telefon: **09193 20-575** oder **-543** oder **-544**
Telefax: 09193 20-549
www.erlangen-hoechststadt.de

► Gleichstellungsstelle

Die Gleichstellungsbeauftragte setzt sich dafür ein, Benachteiligungen von Frauen in allen Lebensbereichen abzubauen. Sie bietet außerdem Beratung, Unterstützung und Hilfe bei Fragen der Gleichstellung von Frauen und Männern und vermittelt weiter an Fachstellen.

Landratsamt Erlangen-Höchststadt
Nägelsbachstraße 1, 91054 Erlangen
Gleichstellungsbeauftragte Claudia Wolter
Telefon: **09131 803-1321**
E-Mail: gleichstellung@erlangen-hoechststadt.de
www.erlangen-hoechststadt.de

► Bürgertelefon

Telefonnummern des Bürgertelefons des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales

030 221911001 Rente
030 221911006 Menschen mit Behinderung
030 221911002 Unfallversicherung/Ehrenamt
030 340606602 Pflegeversicherung

► Broschüren / Internetseite

📖 Sozialhilfe und Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Hrsg.: Bundesministerium für Arbeit und Soziales
(Referat Informationen, Monitoring, Bürgerservice, Bibliothek)

Publikationsversand der Bundesregierung

Postfach 481009, 18132 Rostock
Telefon: **030 182722721**
Telefax: 030 1810272271
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
www.bmas.de

Internet-Informationen:

Sozial-Fibel des Bayerischen Staatsministeriums -
www.stmas.bayern.de/fibel

Information für Menschen mit Behinderung sowie Senioren mit Handicaps

► Ehrenamtlicher Behindertenbeauftragter

Als ehrenamtlicher Behindertenbeauftragter für die Marktgemeinde Eckental und Mitglied im Seniorenbeirat berät Gerhard Seufert unter
Telefon: 09126 **2549223**
Mobil: **0162 5731294**
E-Mail: gerhard.seufert@gmx.de
und erteilt Auskunft über barrierefreie Zugänglichkeit und Nutzbarkeit von öffentlichen Gebäuden und sonstigen Einrichtungen, Geschäften, Arztpraxen, Apotheken usw. in Eckental.

► Behindertenausweis

Personen, die dauerhaft körperlich, geistig oder seelisch beeinträchtigt sind, können Antrag auf Feststellung des Grades der Behinderung beim

Zentrum Bayern Familie und Soziales-Region Mittelfranken (ehemaliges Versorgungsamt)

Bärenschanzstraße 8a, 90429 Nürnberg stellen. Antragsvordrucke erhalten Sie auch bei der Gemeinde oder online unter www.zbfs.bayern.de. →

Nähere Auskünfte über Vergünstigungen, z. B. bei der Steuer, einer Fahrtberechtigung – bundesweit – im öffentlichen Nahverkehr u.s.w. gerne bei Gerhard Seufert (Telefon: 09126 **2549223**, Mobil: **0162 5731294**).

► Wohnraumförderung für Behinderte

Die Förderung von Anpassung bestehenden Wohnraums besteht aus einem Zuschuss von bis zu 10.000 Euro je Wohnung. Bitte stellen Sie Ihren Antrag beim Landratsamt Erlangen-Höchststadt.



► Fahrdienste für (Schwer-) Behinderte

Nähere Auskünfte erhalten Sie beim
Bezirk Mittelfranken – Sozialreferat
Postfach 617, 91511 Ansbach
Telefon: **0981 4664-0**

Dies betrifft Personen, die öffentliche Verkehrsmittel aufgrund körperlicher Einschränkung nicht mehr nutzen können. Zur Feststellung der Voraussetzungen für die Teilnahme am Behindertenfahrdienst wird ein Antragsvordruck übermittelt, mit dem folgende Nachweise einzureichen sind:

- Nachweis über monatliche Einkünfte
- Kopie des Schwerbehindertenausweises sowie des Zentrums Bayern Familie und Soziales
- Kontoauszüge (Kopien) der letzten 3 Monate
- evtl. Vorlage des Betreuerausweises
- Vermögensnachweise
- Nachweise über Haus- und Grundvermögen
- Wurden Vermögenswerte abgegeben oder verschenkt?

► Parkausweis

Die Straßenverkehrsordnung sieht für Personen mit Schwerbehindertenausweis (mit Merkzeichen aG und Bl) vor, dass Ihnen eine Parkerleichterung möglich ist, beispielsweise durch das Parken auf Behindertenparkplätzen. Öffentliche Behindertenparkplätze in Eckental befinden sich am Rathaus, den Friedhöfen, den Schulen sowie den Apotheken.

► Euroschlüssel

Mit dem Euroschlüssel erhalten Sie Zugang zu vielen öffentlichen Behinderten-WCs, die mit einer einheitlichen Schließanlage ausgerüstet sind. Gegen eine geringe Gebühr können Sie den Euroschlüssel hier bestellen:

CBF-Darmstadt e.V.

Pallaswiesenstraße 123a, 64293 Darmstadt oder direkt auf der Homepage des CBF-Darmstadt e.V.
www.cbf-da.de

Nähere Auskünfte zur Berechtigung erhalten Sie bei Gerhard Seufert (Telefon: 09126 **2549223**, Mobil: **0162 5731294**).

► Blindengeld

Beratungs- und Informationsstelle für blinde und sehbehinderte Menschen

(z. B. Antrag auf Blindengeld oder Schwerbehindertenausweis)

Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (BBSB)

Bezirksgruppe Mittelfranken
Bahnhofplatz 6, 90443 Nürnberg
Telefon: **0911 23600-0**
Telefax: 0911 23600-36
E-Mail: nuernberg@bbsb.org

Beratung, Unterstützung und Hilfe in Sozial- und Rechtsfragen:

Sozialabteilung Mittelfranken und Unterfranken
Ansprechpartner: Klaus Weber
Telefon: **0911 23600-77**

Blindengeld gibt es für Blinde, hochgradig Sehbehinderte sowie Personen mit Gesichtsfeldeinschränkung.



► Blindenführhund

Grundsätzlich hat jeder Mensch, der blind im Sinne des Gesetzes ist, einen Anspruch auf einen Blindenführhund, soweit er in der Lage ist, ihn artgerecht zu halten und zu führen. Voraussetzung ist, dass der blinde Mensch vorher ein Training in Orientierung und Mobilität erhalten hat und somit über eine ausreichende Mobilität zum Führen des Hundes verfügt. In der Regel übernehmen die Kosten dafür die Krankenkassen oder gegebenenfalls Reha-Träger. Die Blindenführhunde werden von privaten anerkannten Blindenführhundeschoolen ausgebildet. Bei Interesse kontaktieren Sie bitte Klaus Weber Telefon: **0911 2360077**.

► Lebenshilfe Erlangen e. V.

Die Lebenshilfe Erlangen begleitet vor allem Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Sie sollen ein Leben so normal wie möglich führen können. Auch für die Angehörigen ist die Lebenshilfe da. Gegründet wurde die Vereinigung 1960 und bis heute spielt der Selbsthilfegedanke eine Rolle: Behinderte Menschen selbst, Eltern und Angehörige, Ehrenamtliche, Freunde und Förderer gestalten die Lebenshilfe mit.

Unter dem Motto Hilfe von Anfang an unterhält die Lebenshilfe eine Vielzahl von Einrichtungen und Diensten in Erlangen und dem östlichen Landkreis. Mit ihren mehr als 350 Mitarbeitenden sieht sie sich als Unterstützer für Menschen mit geistiger Behinderung, mit Mehrfachbehinderung, mit Entwicklungsverzögerungen und für Menschen, die von Behinderung bedroht sind. Die Hilfen beginnen mit der Frühförderung und reichen bis zu Angeboten für Seniorinnen und Senioren. Die Beratungsstelle der Lebenshilfe Erlangen kann von Menschen mit Behinderung selbst und von Angehörigen aufgesucht werden. →

Lebenshilfe Erlangen e. V.
Goerdelerstraße 21, 91058 Erlangen
Ansprechpartner: Inge Holzammer
Telefon: **09131 9207-100**
E-Mail: info@lebenshilfe-erlangen.de oder
Telefon: **09131 9207-113**
E-Mail: inge.holzammer@lebenshilfe-erlangen.de
www.lebenshilfe-erlangen.de



► Teilhabeberatung im Rathaus

Die Teilhabeberatung Mittelfranken-Nordost (EUTB) bietet regelmäßige Sprechzeiten für Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige immer freitags von 9.00–12.00 Uhr im Zimmer 2.07 an. Um telefonische Terminvereinbarung unter Telefon 0911 18073680 wird gebeten. Die kostenlose Beratung durch Axel Wisgalla oder Stellvertreterin Annette Reiter informiert über Fragen zum Thema Behinderung, Inklusion, Möglichkeiten zur Teilhabe und Leistungen zur Rehabilitation. Durch die Teilhabeberatung soll die Selbstbestimmung der Menschen mit Behinderung gestärkt werden. Das Angebot steht allen Menschen mit Behinderung offen, unabhängig von der Art ihrer Beeinträchtigung – auch dann, wenn eine Behinderung zu erwarten, aber noch nicht eingetreten ist.

Die Themen der Beratung bestimmen die Ratsuchenden, beispielsweise:

- Wie möchte ich leben?
- Wie kann ich meine Ziele erreichen?
- Was brauche ich hierfür?
- Wie und wo bekomme ich die notwendigen Unterstützungsleistungen?

► Teilhabeberatung Mittelfranken-Nordost/Fürth, Erlangen und Landkreis ERH

Fürth: Schwabacher Straße 206
Büro in Erlangen: Friedrichstraße 28

www.teilhabeberatung-mittelfranken.de
Termine für Beratung und Hausbesuche sind auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Weitere Informations- und Beratungsstellen

► AWO Kreisverband Erlangen-Höchstädt e. V. Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige

Information und Beratung: Die Betreuung und Pflege älterer Menschen werden überwiegend von Angehörigen unter großer Anstrengung geleistet. In der Fachstelle können Angehörige, Bezugspersonen und betroffene Personen sich beraten lassen sowie Möglichkeiten zur Unterstützung in der Pflege und Erhaltung zur Selbständigkeit in der Häuslichkeit erhalten.

Wir bieten Angehörigenschulung „Leben mit Demenz“, Entlastung durch Förderung der einfühlsamen Kommunikation erfolgt nach dem Konzept von Prof. Dr. Sabine Engel. Treffpunkt und Austausch im Angehörigengesprächskreis jeden 1. Dienstag in der alten Kanzlei in Eschenau von 10.00–12.00 Uhr. Jeder ist Herzlich Willkommen! Betreuungsgruppe Zeitlos jeden Mittwoch von 10.00–16.00 Uhr für Menschen mit Demenz. Die Gruppe entlastet stundenweise die Angehörigen und bereichert die Gäste mit Abwechslung und sozialen Kontakten. Ehrenamtlicher Helferkreis „Angebote zur Unterstützung im Alltag“ für pflegende Angehörige zur Stundenweisen Entlastung zuhause.

AWO Kreisverband Erlangen-Höchstädt e. V. Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige
Michael-Vogel-Straße 26, 91052 Erlangen
Ansprechpartner: Petra Mönius-Gittelbauer
Telefon: **09131 715385**
Mobil: **0176 1005747**
E-Mail: petra.moenius-gittelbauer@awo-erlangen.de
www.awo-erlangen.de

Sprechzeiten: Zeidelweide 11, 91054 Buckenhof
Di 15.00–17.00 Uhr und Do 10.00–12.00 Uhr
sowie in Eschenau jeden ersten Mittwoch
Rathaus 10.00–12.00 Uhr nach Terminvereinbarung



► Beratungsstelle für Angehörige, Betreuer und Bewohner in Einrichtungen durch FQA

(Heimaufsicht bzw. Fachstelle Pflege- und Behinderteneinrichtung – Qualitätsentwicklung und Aufsicht) Beratung und Ansprechpartner bei Problemen und Beschwerden:

Landratsamt Erlangen-Höchstädt
Gesundheitsamt, Heimaufsicht (FQA)
Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: **09131 803-2160, -2163, -2213, -2216**

Informationen zu freiheitsentziehenden Maßnahmen in der Pflege finden Sie auf der Webseite des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration
www.stmgp.bayern.de/meine-themen/fuer-fach-und-pflegekraefte/eure-sorge-fesselt-mich/

Eine kostenfreie DVD zu „Alternativen zu freiheitsentziehenden Maßnahmen in der Pflege“ können Sie bestellen unter
Telefon: **089 122220**
E-Mail: direkt@bayern.de

► Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit

Mo.–Do. 08.00–18.00 Uhr und Fr. 08.00–12.00 Uhr
Telefonnummern bei Fragen bzw. Infos zur:

030 3406066-01 Krankenversicherung
030 3406066-02 Pflegeversicherung
030 3406066-03 gesundheitlichen Prävention

Service für Gehörlose und Hörgeschädigte:
030 3406066-07 Telefax
030 3406066-08 ISDN-Bildtelefon

Gebärdentelefon Video over IP gebaerdentelefon.
bmg@sip.bmg.buergerservice-bund.de

► Service-Telefon für Pflegende und Gepflegte

Das Service-Telefon „Wege zur Pflege“ ist montags bis donnerstags von 9.00 bis 18.00 Uhr unter Telefon: **030 20179131** zu erreichen.
E-Mail: info@wege-zur-pflege.de
www.wege-zur-pflege.de

► Allgemeine Soziale Beratung Caritasverband für die Stadt Erlangen und den Landkreis Erlangen-Höchstädt/Aisch e. V.

Hilfe und Unterstützung bei Problemen und Krisen

In vielen Situationen ist es hilfreich, sich nicht alleine auf den Weg zu machen. Als Lotse durch den „Dschungel“ von Bürokratie und Anträgen versteht sich die Soziale Beratungsstelle. Daneben ist die Lebensberatung zu persönlichen Themen immer möglich. Im vertraulichen Gespräch bietet die ganzheitliche Beratung der Caritas Unterstützung in der jetzigen Situation, sucht gemeinsam Lösungen oder prüft, ob eine Vermittlung an eine andere Einrichtung Sinn macht.

Wir helfen bei:

- Persönlichen Krisen wie Trennung/Scheidung, Trauer, Krankheit, Einsamkeit, Neuorientierung, zwischenmenschlichen Konflikten, oder bei psychischen Problemen
- Wirtschaftlichen Krisen wie Existenzängste, drohender Wohnungslosigkeit, Problemen mit Sozialleistungen, Rente, Schwerbehinderung, Umgang mit Geld, Budgetplanung
- Behördenangelegenheiten wie das Ausfüllen von Anträgen, Girokonto, Pfändungsschutzkonto
- Schulden wie Rechte und Pflichten als Schuldner, Gläubigerkorrespondenz, Verbraucherinsolvenz, Pfändungen.

Die Gespräche können von jedem Bürger im Landkreis Erlangen-Höchstädt genutzt werden.



Allgemeine Soziale Beratung Caritasverband für die Stadt Erlangen und den Landkreis Erlangen-Höchstädt/Aisch e. V.

Eschenauer Hauptstraße 57, 90542 Eckental
Ansprechpartner: Silke Ruck
Telefon: 09126 **281095**
Telefax: 09126 2894515
E-Mail: sobe.eckental@caritas-erlangen.de
www.caritas-erlangen.de

► Soziales Netz Eckental & Seele in Balance Heroldsberg

Seniorenpezifische Angebote:
Halbjährliche Treffen des Arbeitskreises, der sich in Eckental schwerpunktmäßig mit Themen rund um Senioren und Behinderten beschäftigt und 3 bis 4 mal jährlich kostenlose Infoveranstaltungen in Eckental und Heroldsberg anbietet, z. B. Depression, Herz, Schlaganfall, Stoffwechselerkrankungen und über Barrierefreiheit usw.

Ein öffentlicher Flyer liegt im Rathaus und bei den Beratungsstellen sowie im Familienstützpunkt aus, mit Kontaktdaten von Personen, die in Lebenskrisen zeitnahe Hilfe anbieten oder an geeignete Beratungsstellen weiterleiten. Alle hier genannten Personen unterliegen der Schweigepflicht.

Soziales Netz Eckental & Seele in Balance Heroldsberg

Ansprechpartner: Karl-Heinz Link (Eckental)
Telefon: 09126 **294512**
E-Mail: vdk-link@t-online.de
Uschi Neumann (Heroldsberg)
Telefon: 09126 **29813118**
E-Mail: neumann-jas@mittelschule-eckental.de
und Ingo Gerstenhauer (Eckental)
Telefon: 09126 **6412**
E-Mail: ingo.gerstenhauer@freenet.de



► Suchthilfe Eckental und Umgebung e. V.

Zwei Selbsthilfegruppen für Suchtkranke und deren Angehörige

Ein Angebot an alle, die sich von einem Suchtmittel abhängig fühlen und etwas gegen diese Abhängigkeit tun wollen. Schwerpunkt: die sogenannten „stofflichen Süchte“, die zwanghafte Einnahme eines Suchtmittels, in aller Regel Alkohol. Suchtkrank kann man auch nach jahrelangem, „problemlosem“ Konsum werden. Die Vernunft sagt: „Hör' auf!“, geschädigte Organe erfordern den sofortigen Verzicht, oder der Verlust des Führerscheins „öffnet die Augen“.

Viele unserer Besucher waren längst im Rentenalter, bevor sie zu uns gekommen sind. Frei von Suchtmitteln zu leben, bedeutet in jedem Alter eine wesentlich verbesserte Lebensqualität! In unseren Gruppen motivieren sich gleichgesinnte Freunde gegenseitig, an der einmal getroffenen Entscheidung „dranzubleiben“. Ob vorweg eine professionelle Therapie notwendig ist (die eine Selbsthilfegruppe natürlich nicht leisten kann), muss ggf. einer der Ärzte entscheiden, die mit uns zusammenarbeiten.

Suchthilfe Eckental und Umgebung e. V. Gruppe Eckental

jeden Donnerstag: 19.30 – ca. 21.00 Uhr
Martin-Luther-Straße 12 (Alte Post)
90542 Eckental-Forth
Ansprechpartner: Sabine Kröner
Telefon: **09192 7587**
www.suchthilfe-eckental.de

Suchthilfe Eckental und Umgebung e. V. Gruppe Gräfenberg

jeden Dienstag: 19.30 – ca. 21.00 Uhr
Am Gesteiger 8 (Bürgerhaus, 1. Stock rechts),
91322 Gräfenberg
Ansprechpartner: Konrad Hempel
Telefon: 09126 **6644**
www.suchthilfe-eckental.de



► Städtische Drogen- und Suchtberatungsstelle der Stadt Erlangen

Unabhängig im Alter (55+)

In der Integrierten Beratungsstelle (Fachbereich Sucht) begleiten die beiden Suchttherapeutinnen Frau Kerstin Shimura und Frau Franca Großmann das neue Projekt „Sucht und Alter“. Die Erfahrung zeigt, dass es älteren Menschen immer noch deutlich schwerer fällt, sich persönlicher und problematischer Lebensthemen anzunehmen. Deshalb sehen die beiden Therapeutinnen ihren Hauptauftrag darin, den betroffenen suchtkranken Menschen möglichst unkompliziert dabei zu unterstützen, Eintritt in das Suchthilfesystem zu finden.

Zu den bereits etablierten Angeboten gehören Einzelgespräche mit suchtmittelabhängigen Menschen ab dem 55. Lebensjahr, Angehörigenberatung, Familiengespräche, Vermittlung in stationäre Suchthilfeeinrichtungen und ambulante Nachsorge.

Zudem wird jeden Donnerstag 14.00 – 15.00 Uhr eine „Offene Sprechstunde“ für Betroffene (55+) und deren Angehörigen ohne vorherige Anmeldung angeboten.

Städtische Drogen- und Suchtberatungsstelle der Stadt Erlangen

Karl-Zucker-Straße 10, 91052 Erlangen
Ansprechpartner:
Kerstin Shimura und Franca Großmann
Telefon: **09131 862295**
Telefax: 09131 862761
E-Mail: drogenberatung@stadt.erlangen.de



► Sozialverband VdK Bayern e. V. Kreisgeschäftsstelle Erlangen-Höchststadt

Wir sind für Sie da. Auf folgenden Rechtsgebieten beraten und vertreten wir Sie gerne:

- Rentenversicherung (SGB VI)
- Der VdK hilft bei Rente, Behinderung und Pflege
- Pflegeversicherung (SGB XI)
- Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen, Schwerbehindertenrecht (SGB IX)
- Krankenversicherung (SGB V)
- Arbeitsförderung (SGB III)
- Unfallversicherung (SGB VII)
- Soziales Entschädigungsrecht (Bundesversorgungsgesetz BVG, Soldatenversorgungsgesetz SVG, Opferentschädigungsgesetz OEG)

Auf zum VdK! Sie können gerne immer den 2. Montag im Monat von 10.00 bis 13.00 Uhr einen Termin für das Eckentaler Rathaus unter der unten genannten Telefonnummer vereinbaren.

Sozialverband VdK Bayern e. V.
Kreisgeschäftsstelle Erlangen-Höchststadt
Westliche Stadtmauerstraße 54, 91054 Erlangen
Öffnungszeiten:
Mo, Mi, Do: 8.00–12.00 Uhr und 12.30–16.00 Uhr;
Di: 8.00–12.00 Uhr,
ohne Anmeldung Di: von 12.30–18.00 Uhr;
Fr: 8.00–12.00 Uhr;
Terminvereinbarung unter Telefon **09131 7191580**
www.vdk.de



unabhängig. solidarisch. stark.

► Verein Dreycedern e. V.

Der Verein Dreycedern e. V., Haus der Gesundheit mit Schwerpunkten Gesundheitsförderung, Demenz und Depression im Alter ist eine Informations-, Beratungs- und Bildungseinrichtung vornehmlich für Menschen in der zweiten Lebenshälfte und deren Angehörige. Die Räume sind barrierefrei zugänglich und die Beratungen erfolgen kostenfrei. Die Themenschwerpunkte des Vereins sind ganzheitliche Gesundheitsförderung und Prävention im höheren Lebensalter, Demenz und Depression im Alter.



- Treffpunkt Gesundheitsbildung in der zweiten Lebenshälfte: Kurse, Seminare und Vorträge in den Bereichen seelische, geistige und körperliche Gesundheit
- Fachstelle für pflegende Angehörige und Demenzerkrankte: Beratung, Begleitung, psychoedukative Schulungen, Vermittlung ehrenamtlicher Unterstützung; Entlastungs-, Betreuungs- und Aktivierungsangebote
- Beratungsstelle DiA – Depression im Alter: Beratung, Begleitung, Vermittlung ehrenamtlicher Unterstützung, Entlastungs-, Betreuungs- und Aktivierungsangebote

Unser fortlaufendes Programm finden Sie auf unserer Homepage. Dort ist auch der Newsletter abonnierbar!

Verein Dreycedern e. V.
Altstädter Kirchenplatz, 91054 Erlangen
Ansprechpartner: Petra Mahr und Veronika Stein
Telefon: **09131 9076800**
Telefax: 09131 9076899
E-Mail: info@dreycedern.de
www.dreycedern.de



Finanzielle Vergünstigungen

► Angebote der Tafel

Die Tafeln sammeln Lebensmittel, die noch verwertbar, überzählig sind oder überproduziert waren. Das Ziel der Tafel ist es, gespendete Lebensmittel gegen einen symbolischen Betrag an sozial und wirtschaftlich benachteiligte Menschen abzugeben.

Tafel Eckental

Jeden Donnerstag erfolgt die Lebensmittelausgabe im Haus der Diakonie, Bismarckstraße 17 in Forth, von 14.00 bis 16.00 Uhr. Einen Berechtigungsschein, um bei der Tafel einkaufen zu können, bekommen alle Bürgerinnen und Bürger aus Eckental →

und Umgebung, die von ALG II (SGB II) / Hartz IV Leistungen (Arbeitslosengeld II), Grundsicherung (SGB XII) im Alter, Hilfe zum Lebensunterhalt, geringem Einkommen, geringer Rente oder Wohngeldzuschuss betroffen sind.

Um einen Berechtigungsschein zu beantragen, müssen einer der oben genannten Bescheide sowie der Personalausweis in der Geschäftsstelle vorgelegt werden. Die Ausstellung der Berechtigungsscheine erfolgt immer parallel zu den Ausgabezeiten.

Die Tafel liefert auch gerne Lebensmittel an die Bedürftigen, die nicht (mehr) mobil sind, oder die berechtigten Personen können diese auch abholen.

Die Tafel informiert und berät gerne unter Telefon 09126 **2939750**.

♥ Eindeutiges Ziel der Tafel ist, dem Menschen zu geben was er braucht: ein Stück Brot, ein Lächeln, ein offenes Ohr. Die Tafelleute um Ute Krahel und Diakon Thomas Cervenka kümmern sich um Menschen, die von Einkommensarmut betroffen oder davon bedroht sind. Im Jahr 2018 waren 235 Personen in und um Eckental berechtigt, wöchentlich Lebensmittel von der Tafel abzuholen. Zweiundzwanzig motivierte und verantwortungsbewusste Ehrenamtliche stellen sich zur Verfügung, die Lebensmittel jede Woche von den Händlern abzuholen, zu sortieren, herzurichten und am Nachmittag auszugeben.

Diakonieverein Eckental

Bismarckstraße 17, 90542 Eckental
1. Vorsitzende: Ute Krahel
Ansprechpartner: Diakon Thomas Cervenka
Telefon: 09126 **2939750**
E-Mail: info@diakonieverein-eckental.de
www.diakonieverein-eckental.de

Tafel Erlangen

Ausgabestelle Schillerstraße 52a, 91054 Erlangen
Die Ausgabestelle ist erreichbar mit Buslinie 285, Haltestelle Hartmannstraße
Lebensmittelausgabe: Montag, Mittwoch und Samstag von 13.00 bis 14.30 Uhr →



Antrag Tafelausweis Erlangen

Dienstag: 10.00–12.00 Uhr
Raumerstraße 9, 91054 Erlangen

► Fahrtkostenübernahme durch die Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Fahrtkosten, sofern es medizinisch notwendig ist. Fragen Sie am besten direkt bei Ihrer Krankenkasse nach!

► Rundfunkgebührenbefreiung (ehemals GEZ)

Grundsätzlich muss jeder Haushalt einen Rundfunkbeitrag bezahlen und zwar unabhängig davon, ob und welches Gerät zum Empfang von Rundfunk- oder Fernsehsendungen bereitgehalten wird. Aus sozialen Gründen kann man einen Antrag auf Befreiung von der Zahlungspflicht stellen. www.rundfunkbeitrag.de

► Telefongebührenermäßigung / Sozialanschluss bei der Telekom

Die Telekom bietet, unter bestimmten Voraussetzungen Vergünstigungen an. www.telekom.de

► Zuzahlungsbefreiung bei den Krankenkassen

Gesundheit ist teurer geworden! Zuzahlungen bei vielen wichtigen Medikamenten belasten vor allem Rentner. Prüfen Sie, ob und wie Sie von der Zuzahlung befreit werden können! Auskünfte zu diesen Themen erteilen Ihre Krankenkasse, Ihr Arzt, Apotheken oder hier:

Gesundheitsamt Erlangen

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen
Telefon: **09131 803-2200**
Telefax: 09131 803492200
E-Mail: gesundheitsamt@erlangen-hoechststadt.de

Tipp: Günstig einkaufen können Sie im KreisLauf-Kaufhaus Eckental-Forth oder bei lokalen Second Hand Einkaufsstellen wie beispielsweise Basaren.



Persönliche Notizen



3 | Zuhause ist es am schönsten

Unser Zuhause ist ein Ort der Privatsphäre, dort fühle ich mich wohl, dahin kann ich mich zurückziehen. Viele Menschen – gerade wenn sie älter werden – möchten auf die gewohnte Umgebung nicht verzichten. Man macht sich Gedanken, wie man es noch schaffen kann, das Verbleiben in den eigenen vier Wänden, die vertraute Lebensart, die täglichen Routinen, das soziale Umfeld zu erhalten. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, dies zu tun und sich gegebenenfalls neu einzurichten, wenn Widrigkeiten diesen Lebensraum bereits zu gefährden scheinen. Wer seine Wohnung alterssicher ausbauen möchte, dem bietet sich die Möglichkeit einer Wohnraum-anpassung.

Durch baulich-technische Veränderungen können Wohnungen an die Bedürfnisse älterer Menschen angepasst und damit die Selbstständigkeit im vertrauten Umfeld gefördert werden. In Ergänzung mit ambulanten Diensten und durch die Hilfe von Angehörigen kann auf diesem Wege der Verbleib in der gewohnten Umgebung auch in schwierigeren Lebensabschnitten gesichert werden. Die Genehmigung einer Bezuschussung von staatlicher, kommunaler oder kassenärztlicher Stelle ist nur vor Beginn einer Baumaßnahme möglich. Informieren Sie sich darum rechtzeitig über eine Ihnen zustehende Bezuschussung beim Landratsamt und Ihrer Kranken- und Pflegekasse. Achten Sie bei der Auswahl und Beauftragung einer Firma auf die fachliche Qualifikation!



► Ehrenamtliche Wohnberater

Im Landkreis stehen ehrenamtliche Wohnberater zur Verfügung, die kostenlose Vorträge und Beratungen für altersgerechte Umbauten und Gartengestaltung anbieten.

Ansprechpartner für ehrenamtliche Wohnberater:

beim Landratsamt Erlangen-Höchstadt

Ansprechpartner: Anna-Maria Preller (Seniorenbeauftragte, Stv. Sachgebietsleiterin)

Telefon: **09131 803-1331**

E-Mail: anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de

beim VDK-Eckental

Ansprechpartner: Karl-Heinz Link

Telefon: 09126 **294512**

► Wohnraumförderung

Wenn Sie um Förderung der Anpassung von bestehendem Wohnraum ersuchen möchten, dann gibt es die Möglichkeit eines leistungsfreien Darlehens von bis zu 10.000 Euro für behindertengerechte Umbauten je Wohnung. Dies beantragen Sie über das Landratsamt Erlangen-Höchstadt.

Bauamt I, Wohnraumförderung

Ansprechpartner:

Frau Kestler, Telefon **09131 803-2107**

Frau Kießling, Telefon **09131 803-2108**

Erfragen Sie zudem weitere Förderungen über Ihre Hausbank und Pflegekasse.

► Broschüre/Internetverweise

Altersgerecht umbauen -

Mehr Lebensqualität durch weniger Barrieren

Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung

www.bmi.bund.de

www.wohnen-alter-bayern.de

► Bayerische Architektenkammer Auf AEG

Beratungsstelle in Nürnberg

Muggenhofer Straße 135, 90429 Nürnberg

Telefon: **0911 2743262**

www.byak.de

Check-Liste: Prüfen, ob die eigene Wohnung altersgerecht ist		
	Ja	Nein
Zugang zur Wohnung		
Ist die Wohnung ohne Stufen und Schwellen zu erreichen?	☐	☐
Wenn Treppen als Zugang überwunden werden müssen, gibt es einen Aufzug oder andere Lösungen zur Überwindung von Höhenunterschieden?	☐	☐
Gibt es im Treppenhaus beidseitig Handläufe?	☐	☐
Ist der Balkon oder die Terrasse ohne Stufen zu erreichen?	☐	☐
Ist der Wohnungsflur mindestens 120 cm breit, damit Sie sich auch mit einem Gehwagen bequem bewegen können?	☐	☐
Ist die Klingel gut hör- beziehungsweise sichtbar?	☐	☐
Ausstattung des Bades		
Hat das Bad eine bodengleiche Dusche, die leicht begehbar ist? Wenn nicht, gibt es eine Stelle im Bad, wo problemlos eine bodengleiche Dusche nachgerüstet werden kann?	☐	☐
Gibt es in der Dusche einen Klappsitz oder einen Hocker?	☐	☐
Gibt es Haltegriffe beziehungsweise sind die Wände so stabil, dass bei Bedarf im Bad Haltegriffe montiert werden können?	☐	☐
Ist die Rutschgefahr in der Dusche oder Wanne durch Aufkleber oder eine sichere Badematte vermindert?	☐	☐
Können Sie das WC selbstständig benutzen?	☐	☐
Hat der Toilettensitz die richtige Höhe?	☐	☐
Können Sie sich vor dem Waschtisch bequem setzen und sich dann im Spiegel sehen?	☐	☐
Schlägt die Badezimmertür nach außen auf und kann sie in Notfällen von außen entriegelt werden?	☐	☐
Gibt es vor dem WC und dem Waschbecken eine Bewegungsfläche von mindestens 120 mal 120 cm?	☐	☐
Ausstattung der Küche		
Hat die Küche eine Sitzgelegenheit?	☐	☐
Sind die Arbeitsplatte und die Kochstelle unterfahrbar, falls Sie auf den Rollstuhl angewiesen sind?	☐	☐
Haben Sie eine Herdüberwachung mit Abschaltautomatik?	☐	☐
Sind die Küchengeräte und Schränke gut erreichbar?	☐	☐

Quelle: www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/fileadmin/sozialeswohnen/PDF/checklisten/Ist_meine_Wohnung_altersgerecht.pdf

Energieberatung

Ansprechpartner für Energieberatung
Klimaschutzbeauftragter des Landkreises:
Simon Rebitzer, Telefon **09131 803-1274**
oder die kostenfreie Nummer **0800 809802400**
www.erlangen-hoechstadt.de/klimaschutz-energie
oder
www.verbraucherservice-bayern.de/beratung/energie/

Musterwohnungen

Sie möchten sich mal ansehen, wie Sie Ihr Zuhause barrierefrei, alters- und pflegegerecht gestalten oder umbauen könnten? Das Angebot richtet sich nicht nur an kranke und ältere Menschen oder Menschen mit Handicap, sondern an Personen jeden Alters, die vorausschauend planen möchten.
Besichtigen Sie eine Musterwohnung in Ihrer Nähe:

Musterwohnung TABEA
(Technik, Alltag, Barrierefreiheit, Erleben, für Alle)
Gartenstraße 30a, 91154 Roth
Öffnungszeiten: Donnerstags 9.00–13.00 Uhr,
andere Termine nach Absprache möglich

Anfragen und Terminvereinbarungen
Ansprechpartner: Carmen Fuhrmann und
Gerhard Kunz
Telefon: **09171 812200**
E-Mail: musterwohnung.tabea@landratsamt-roth.de
www.landratsamt-roth.de

BALUKA- barrierefrei leben und komfortabel altern.
Wohnausstellung von barrierefrei bis rollstuhlgerecht
im Einrichtungshaus Pilipp Bamberg, 3.OG links,
Nürnberger Straße 243, 96050 Bamberg
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.30–19.00 Uhr,
Samstag 9.00–18.00 Uhr

Anfragen und Terminvereinbarungen
Ansprechpartner: Nicole Orf
Telefon: **0951 871069**
www.baluka-bamberg.de

Weitere Unterstützung

Nachbarschaftshilfe Eckental
„Füreinander-Miteinander“ und
Umgebung e. V.

Wir unterstützen ehrenamtlich: alle Bürger wie
– Senioreninnen und Senioren – Menschen mit
Behinderung – kranke Menschen – alleinerziehende
Mütter & Väter – Menschen mit Migrationshinter-
grund – Jugendliche.
Gerne können Sie Mitglied werden und als ehren-
amtlicher Helfer aktiv sein. Sprechstunde immer
Donnerstag (nicht in den Ferien) 10.00–12.00 Uhr
im Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 2.07

- Wir helfen beispielsweise, wenn**
- Sie möchten, dass Sie jemand besucht und Ihnen Gesellschaft leistet
 - Sie zu Behörden oder zum Arzt begleitet werden müssen
 - Unterstützung bei Vermittlung von sozialen Hilfen benötigt wird
 - Begleitung beim Spaziergang, zum Gottesdienst und bei Friedhofsbesuchen erwünscht ist
 - Sie Unterstützung brauchen, um an einem Ausflug oder an einem Angebot der Gemeinde teilzunehmen
 - das Einkaufen beschwerlicher wird oder dafür kein eigenes Auto zur Verfügung steht (Einkaufs-Shuttle)
 - kleine Reparaturen im und ums Haus anfallen ...eben bei den kleinen Dingen im Leben!

Die Hilfe der Eckentaler Nachbarschaftshilfe ist kostenfrei. Über Spenden zur Unterstützung unserer Tätigkeit freuen wir uns jederzeit.

Nachbarschaftshilfe Eckental
„Füreinander-Miteinander“ und Umgebung e. V.
Ansprechpartner: Brigitte Dümmler
Jahnstraße 31, 90542 Eckental
Telefon donnerstags 09126 **903-180** oder
Montag bis Freitag: Mobil **0170 7192809**
E-Mail: nachbarschaftshilfe.eckental@gmx.de
www.vdk.de/ov-eckental





Tipp: Lassen Sie Hilfe von Angehörigen und wohlmeinenden Mitmenschen, die Sie gut kennen zu, und fragen Sie z. B. bei Ihrem Friseur oder Ihrer Fußpflege, ob ein Besuch zu Hause möglich wäre.



► Essen auf Rädern

Anbieter von Essen auf Rädern:

- **Diakoniestation Martha-Maria Eckental**
Telefon: 09126 2949111 ...siehe auch auf Seite 52
- **Arbeiter-Samariter-Bund RV Fränkische Schweiz e. V.**
Telefon: 09192 9252915 ...siehe auch auf Seite 46
- **Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Erlangen-Höchststadt**
Telefon: 09131 12000 ...siehe auch auf Seite 46

► Fahrdienste

bei Mobilitätseinschränkungen/
Patientenfahrdienst:

- **Arbeiter-Samariter-Bund RV Fränkische Schweiz e. V.**
in Kooperation mit dem ASB RV Forchheim
Telefon: 09192 9252915 ...siehe auch auf Seite 46
- **Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Erlangen-Höchststadt**
Telefon: 09131 12000 ...siehe auch auf Seite 46

Tipp: fragen Sie bei lokalen Taxiunternehmen nach, wenn Sie sich für Krankenfahrten (Arzt/Krankenhaus/Dialyse/Kurkliniken) interessieren.



► Hausnotruf

Alleinstehende ältere Menschen mit gesundheitlichen Risiken sind stets der Gefahr ausgesetzt, in ihrer Wohnung in eine akute Notsituation zu geraten, ohne jedoch Hilfe herbeirufen zu können. Zur Lösung dieses Problems gibt es sogenannte Hausnotrufgeräte. Diese ermöglichen es, mittels eines kleinen Senders, der wahlweise als Halskette oder Armband getragen werden kann, zu jeder Tages- und Nachtzeit Hilfe herbeizurufen. Eine integrierte Zeitschaltuhr sorgt in täglichen Abständen auch für einen eigenständigen Alarm durch das Gerät, sollte der Hilfesuchende hierzu nicht mehr in der Lage sein.

Hausnotrufanbieter:

- **Arbeiter-Samariter-Bund RV Fränkische Schweiz e. V.**
Telefon: 09192 9252915 ...siehe auch auf Seite 46
- **Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Erlangen-Höchststadt**
Telefon: 09131 12000 ...siehe auch auf Seite 46
- **Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Regionalverband Mittelfranken**
Telefon: 0911 27257-71 ...siehe auch auf Seite 47

► Hauswirtschaftliche Unterstützung

Neben der eigenen Familie, Freunden und Nachbarn oder auch der Eckentaler Nachbarschaftshilfe gibt es viele weitere Möglichkeiten der Unterstützung:

- **Diakoniestation Martha-Maria Eckental**
Telefon: 09126 2949111...siehe auch auf Seite 52
- **Pflegedienst A-nnette GmbH & Co. KG**
Telefon: 0911 5192208...siehe auch auf Seite 49
- **private Anbieter wie Reinigungs- und Hausmeisterdienste, Garten- und Landschaftsbau**

Tipp: Informieren Sie sich über entsprechende Angebote in den hiesigen Zeitungen und Anzeigenblättern!

► Vermittlung von europäischen Haushaltshilfen

Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV)

Internationaler Personalservice
Villemobler Straße 76, 53123 Bonn
Telefon: 0228 7131313
Telefax: 0228 731111
E-Mail: make-it-in-germany@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Weitere Informationen bei: Anna-Maria Preller,
Seniorenbeauftragte des Landkreises Erlangen-Höchststadt
Telefon: 09131 803-1331 oder
E-Mail: anna.maria.preller@erlangen-hoechststadt.de

► Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel

für den Alltag und die Pflege erhalten Sie in Apotheken, im Einzelhandel zu Sanitätsbedarf und im Sanitätshaus.

- **Sanitätshaus OrthoPoint**
Rüchl & Schick GmbH
Konrad-Adenauer-Straße 11, 90542 Eckental
Telefon: 09126 2932901
Telefax: 09126 2932902
E-Mail: info@orthopoint-eckental.de

Neben üblichen Leistungen und Produkten gibt es hier eine Vielzahl an Sanitätshausartikeln, Stütz- und Kompressionsstrümpfe namhafter Hersteller. Fachwerkstatt zur maßgenauen Anpassung von Versorgungsprodukten.

► Lebensmittellieferungen nach Hause

Bei Krankheit, Behinderung oder auch mit zunehmendem Alter werden das Einkaufen und damit die Versorgung mit Gütern des täglichen Bedarfs oft zum Problem. Eine Lösung für Bürgerinnen und Bürger, denen der Weg ins nächste Geschäft zu weit oder zu beschwerlich ist und die Hilfe beim Einkaufen brauchen, kann ein Lieferservice sein. Fragen Sie in Ihren örtlichen Geschäften nach. Viele Pizzerien und Gaststätten bringen telefonisch bestellte Speisen zu Ihnen nach Hause oder der Tiefkühlkostanbieter kommt direkt an die Haustür.

- **Abo-Kiste Lebensmittel**
(vor allem aus eigenem Anbau) regelmäßige Lieferung einer nach individuellen Bedürfnissen abgestimmten Kiste - Mindesteinkauf: 10,00 Euro
Schloss Hemhofen
Telefon: 09195 8381
www.abokiste.de

• Tiefkühlkost-Lieferservice

www.bofrost.de
www.eismann.de

• REWE-Lieferservice

Einkauf unter www.rewe.de bestellen und gekühlt nach Hause liefern lassen.

► Lieferung von Arzneimitteln

Alle drei Eckentaler Apotheken bieten einen Lieferservice an.

Die Adressen und Telefonnummern der Eckentaler Apotheken finden Sie auf Seite 61. Die Öffnungszeiten sind in der Öffnungs-Seiten-Broschüre aufgelistet. Hinweis auf Seite 58.

Wohlfahrtsverbände helfen

► Arbeiter-Samariter-Bund RV Fränkische Schweiz e. V.

**Hausnotruf / Patientenfahrtdienst / Ausbildung/
Essen auf Rädern**

Die Leistungsvorteile auf einen Blick

- Wir bieten Hilfe, Service und Beratung, auch in Fragen der Kostenübernahme, und ganz auf Ihre persönliche Situation zugeschnitten.
- Wir sind immer für Sie da
24-Stunden-Rufbereitschaft - Bereitstellung von Handsender und Hausnotrufgerät - Einweisung und Wartung - Einsatz von Notfallrettung und sozialen Diensten
- Wir hören von Ihnen - und sagen es weiter
Tägliche Meldungen und Nachfragen - Benachrichtigung von Hausarzt, Angehörigen und Nachbarn
- Wir kommen, wenn Sie uns brauchen
Menüservice - Senioren- und Behindertenfahrtdienst in Kooperation mit dem ASB RV Forchheim Schlüsselservice.
- Wir bewahren Ihren Wohnungsschlüssel für Notfälle auf und kommen zu Ihnen, wenn Sie unsere Hilfe brauchen.

Arbeiter-Samariter-Bund RV Fränkische Schweiz e. V.
Reuthgasse 7, 91322 Gräfenberg
Ansprechpartner: Herr Gräser und Frau Klaußner
Telefon: **09192 9252915**
Telefax: 09192 925 29 60
www.asb-graefenberg.de



► Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Erlangen-Höchstadt

Rundum gut versorgt durch Ihr BRK

Mit zunehmendem Alter entsteht bei vielen Menschen ein Bedarf an verschiedensten unterstützenden Leistungen zur Erleichterung des Alltags, um möglichst lange selbständig und dennoch sicher und gut versorgt in den eigenen vier Wänden zu leben. Das Bayerische Rote Kreuz Erlangen-Höchstadt bietet alles aus einer Hand: Der Hausnotruf gibt Sicherheit und schnelle Hilfe auf Knopfdruck rund um die Uhr.

Beim Essen auf Rädern stehen täglich sechs Gerichte zur Wahl. Schließlich steht für Fahrten zum Arzt ein Fahrdienst bereit. Die BRK-Bereitschaft Erlanger Oberland und die Wasserwacht Heroldsberg gewährleisten Schutz und Hilfe rund um die Uhr und bieten Kurse in Erster Hilfe und für gesundes Schwimmen für Senioren.

Darüber hinaus bietet das BRK auch viele Angebote zur aktiven Teilnahme am gesellschaftlichen Leben an: Von betreuten Tages- und Mehrtagesbusreisen auch für Menschen mit Handicap über Geselligkeit und Austausch in den Seniorenclubs bis hin zu einem Kursangebot zum Umgang mit modernen Medien und vieles mehr. Die Angebotspalette des BRK speziell für ältere Menschen ist groß.

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Erlangen-Höchstadt
Henri-Dunant-Straße 4, 91058 Erlangen
Telefon: **09131 1200-0**
Telefax: 09131 1200-151
E-Mail: info@kverlangen-hoechstadt.brk.de
www.kverlangen-hoechstadt.brk.de



► Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Regionalverband Mittelfranken

Johanniter-Hausnotruf Zu Hause sicher und geborgen

Besonders im Alter, bei Krankheit oder einer Behinderung gibt das Leben in den eigenen vier Wänden Geborgenheit. Der Johanniter-Hausnotruf bietet Ihnen die nötige Sicherheit, damit Sie auch in diesen Lebenssituationen Ihren Alltag in vertrauter Umgebung selbstständig meistern können. Mit dem Hausnotruf sind Sie auf der sicheren Seite.

Und so funktioniert es:

Mit dem Handsender, der wahlweise als Armband oder Halskette getragen werden kann, können Sie einfach per Knopfdruck einen Notruf auslösen. Das Hausnotrufgerät stellt eine Sprechverbindung mit unserer Hausnotruf-Zentrale her – ganz unabhängig davon, wo Sie sich in Ihrer Wohnung aufhalten. Die Hausnotruf-Zentrale verständigt den Notarzt oder Rettungsdienst. Der Hilferuf wird immer gehört. Die Zentrale ist täglich rund um die Uhr in Bereitschaft.

Das ist nicht nur eine große Beruhigung für Sie, sondern auch für Ihre Kinder, Enkel oder sonstige Bezugspersonen, die nun ohne Sorge zum Beispiel in den Urlaub fahren können.

Das Einrichten des Hausnotruf-Geräts erfolgt durch unsere Service-Techniker. Sie schließen die Geräte an und testen, ob alles einwandfrei funktioniert. Darüber hinaus ist unser Kundendienst immer für Sie da, wenn Sie technische Hilfe benötigen.

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.,
Regionalverband Mittelfranken**
Johanniterstraße 3, 90425 Nürnberg
Ansprechpartner: Renate Hammer
Telefon: **0911 27257-71**
Telefax: 0911 27257-99
E-Mail: renate.hammer@johanniter.de
www.johanniter.de/mittelfranken



Herrengasse mit Blick auf St. Bartholomäus-Kirche in Eschenau

Persönliche Notizen





Persönliche Notizen

Die moderne Medizin und technischen Errungenschaften ermöglichen uns heute oftmals ein langes Leben. Der medizinische Fortschritt und unser Leben in relativem Wohlstand verleihen uns Aussicht auf würdevolles Altern. Dennoch benötigen wir statistisch gesehen mit zunehmendem Alter unter Umständen Unterstützung, Betreuung oder Pflege durch andere Menschen. Der Bedarf kann so unterschiedlich sein wie wir selbst, die Möglichkeiten der Finanzierung sind vielfältig und höchst komplex.

4 | Bestens gepflegt – in Würde umsorgt

Es ist nicht immer ganz leicht, die passende Pflege im Alter zu organisieren. Es gibt flächendeckend Beratungsstellen sowie selbstständige Pflegeberater. Es ist ratsam, dieses Angebot in Anspruch zu nehmen, wenn ein Mitglied Ihrer Familie Pflege benötigt oder Sie für sich selbst das Leben im Alter planen möchten. Von Vorteil ist es, wenn Ihr Pflegeberater dabei qualifizierte Pflegeberatung (gem. Sozialgesetzbuch § 7a SGB XI) erbringt. Da die Wahrscheinlichkeit der Pflegebedürftigkeit aufgrund der Alterung unserer Gesellschaft immer größer wird, wurde 1995 die Pflegeversicherung als allgemeine Pflichtversicherung eingeführt.

Pflege zu Hause

► Finanzielle Unterstützung und Leistungen für die ambulante Pflege

Wer sich dazu entschieden hat, einen nahestehenden Menschen zu Hause zu pflegen, dem bietet die Pflegeversicherung verschiedene Hilfen und Leistungen.

Das Pflegegeld wird gezahlt, wenn die Pflege selbst sichergestellt wird - zum Beispiel, wenn sie durch Angehörige erfolgt. Die finanzielle Unterstützung wird nicht direkt an die Pflegeperson gezahlt, sondern an den Pflegebedürftigen. Dieser kann das Geld als finanzielle Anerkennung an pflegende Angehörige weitergeben.

► Pflegedienste und Pflegesachleistungen

Pflegedienste unterstützen Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Er bietet Familien Unterstützung und Hilfe im Alltag, damit pflegende Angehörige zum Beispiel Beruf und Betreuung besser organisieren können.

Ambulante Pflegedienste:

• Diakoniestation Martha-Maria Eckental

Die Diakoniestation im Seniorenzentrum Martha-Maria bietet Pflege, Betreuung und Beratung im eigenen Zuhause
Telefon: 09126 2949111 ...siehe auch auf Seite 52

• Pflegedienst A-nnette GmbH & Co. KG Kalchreuth-Röckenhof

Ich geh' doch nicht ins Heim!

Müssen Sie auch nicht. Denn für häusliche Pflege, ambulante Krankenpflege oder Tagespflege in unseren Räumlichkeiten sowie hauswirtschaftliche Unterstützung gibt es ja uns:

Wir sind Ihr ambulanter Pflegedienst, der in Kalchreuth, Heroldsberg und Eckental tätig ist. Gemäß unseres Mottos „Wir pflegen so, wie wir auch einmal gepflegt werden möchten!“, versorgen wir unsere Patienten im häuslichen Umfeld.

In der Tagespflege bieten wir unseren Gästen neben der professionellen pflegerischen Versorgung vielfältige Beschäftigungsangebote wie Gymnastik, Bastelaktionen, Gedächtnistraining, Bewegungstherapie u.v.m. Darüber hinaus kann unser Fahrdienst-Kooperationspartner (Johanniter Erlangen) für die Abholung und zur Heimfahrt genutzt werden. Für die Tagesbetreuung unserer Gäste stehen wir Montag bis Freitag von 7.30 Uhr–17.30 Uhr zur Verfügung. So werden die pflegenden Angehörigen entlastet und können Beruf, Familie und Pflege besser vereinbaren.

Pflegedienst A-nnette GmbH & Co. KG

Unterschöllnbacher Straße 1, 90562 Kalchreuth
Ansprechpartner Tagespflege: Anna Kühnl
Telefon: 0911 51921525
Ansprechpartner Pflegedienst: Timo Scheyhing
Telefon: 0911 5192208
Telefax: 0911 5192213
E-Mail: info@pflegedienst-annette.de
www.pflegedienst-annette.de



► Kombinationsleistung

Können Pflegegeld und ambulante Pflegesachleistungen gleichzeitig in Anspruch genommen werden? Um eine optimale, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Pflege zu gewährleisten, ist es möglich, den Bezug von Pflegegeld mit der Inanspruchnahme von ambulanten Pflegesachleistungen zu kombinieren. Das Pflegegeld vermindert sich in diesem Fall anteilig im Verhältnis zum Wert der in Anspruch genommenen ambulanten Sachleistungen.

Wie Sie die Leistungen konkret kombinieren können, erfahren Sie im Pflegeleistungs-Helfer: www.bundesgesundheitsministerium.de/service/pflegeleistungs-helfer.html

► Einzelpflegekräfte

Einzelpflegekräfte sind selbständige Pflegekräfte, wie zum Beispiel Altenpfleger oder Altenpflegehelfer. Die Pflegekassen sollen mit geeigneten Einzelpflegekräften Verträge zur Versorgung bestimmter Pflegebedürftiger schließen, wenn die Versorgung durch den Einsatz dieser Kraft besonders wirksam und wirtschaftlich ist oder wenn dadurch zum Beispiel den besonderen Wünschen von Pflegebedürftigen zur Gestaltung der Hilfe Rechnung getragen werden kann.

► Urlaubs- und Krankheitsvertretung (Verhinderungspflege)

Die Pflegekasse zahlt in bestimmten Fällen Verhinderungspflegegeld, wenn die Pflegeperson wegen Urlaubs oder Krankheit den Angehörigen vorübergehend nicht pflegen kann. Der Anspruch besteht für maximal sechs Wochen pro Jahr. Mehr über Höhe der Leistung und die Voraussetzungen, die dafür notwendig sind, erfahren Sie hier: www.bundesgesundheitsministerium.de/verhinderungspflege.html



► Tagespflege und Nachtpflege

Pflegebedürftige können auch in Einrichtungen der Tagespflege oder der Nachtpflege gepflegt werden. Unter Tages- und Nachtpflege (teilstationärer Versorgung) versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Pflegeeinrichtung.

Welche Leistungen hierbei in Anspruch genommen werden können, erfahren Sie in diesem Artikel: www.bundesgesundheitsministerium.de/tagespflege-und-nachtpflege.html

► Angebote zur Tagespflege:

- **Seniorenzentrum Martha-Maria Eckental** (eingestrente Tagespflege)
Telefon: 09126 2949111 ...siehe auch auf Seite 52

- **Pflegedienst A-nnette GmbH & Co. KG Kalchreuth-Röckenhof**
Telefon: 0911 51921525 ...siehe auch auf Seite 49

► Angebote zur Kurzzeitpflege:

- **Seniorenzentrum Martha-Maria Eckental**
Telefon: 09126 2949111 ...siehe auch auf Seite 52

- **Haus Phönix Gründlach Heroldsberg**
Telefon: 0911 567770 ...siehe auch auf Seite 52

► Angebote zur Unterstützung im Alltag und Entlastungsbetrag

Angebote zur Unterstützung im Alltag tragen dazu bei, Pflegepersonen zu entlasten und helfen Pflegebedürftigen möglichst lange in ihrer häuslichen Umgebung zu bleiben, soziale Kontakte aufrechtzuerhalten und ihren Alltag weiterhin möglichst selbstständig bewältigen zu können. Mehr darüber, wie Sie diese Angebote nutzen können und welche Leistungen in Anspruch genommen werden können, erfahren Sie unter: www.bundesgesundheitsministerium.de/entlastungsbetrag.html

► Soziale Absicherung der Pflegeperson

Die Pflegeversicherung zahlt für pflegende Angehörige unter anderem Beiträge zur Rentenversicherung.

Mehr Informationen dazu finden Sie im Internetartikel „soziale Absicherung der Pflegeperson“ unter: www.bundesgesundheitsministerium.de/soziale-absicherung-der-pflegeperson.html

► AWO Kreisverband Erlangen-Höchstädt e. V. Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige

Seniorenspezifische Angebote siehe Seite 35.

► Pflegekurse für Angehörige

Die Pflegekassen haben für Personen, die Angehörige pflegen oder sich ehrenamtlich um Pflegebedürftige kümmern, unentgeltlich Schulungskurse durchzuführen. Nähere Auskünfte erteilen die Pflegekassen, Beratungsstellen für pflegende Angehörige und Wohlfahrtsverbände.

Tipp: Diese Kurse sind teilweise auch online möglich.

► Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Die Freistellungen nach dem Pflegezeit- und dem Familienpflegezeitgesetz bei kurzzeitiger Arbeitsverhinderung sowie das Pflegeunterstützungsgeld ermöglichen es Beruf und Pflege von Angehörigen zu vereinbaren.

► Pflegehilfsmittel

Die Pflegeversicherung übernimmt Kosten von sogenannten Pflegehilfsmitteln. Darunter fallen Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege notwendig sind, diese erleichtern oder dazu beitragen, dem Pflegebedürftigen eine selbstständigere Lebensführung zu ermöglichen.



► Zuschüsse zur Wohnungsanpassung

Die Pflegekasse zahlt bis zu 4.000 Euro Zuschuss für Anpassungsmaßnahmen, welche die häusliche Pflege in der Wohnung ermöglichen, erleichtern oder eine möglichst selbstständige Lebensführung der pflegebedürftigen Person wiederherstellen sollen.

► Betreuungsgruppen zur Entlastung pflegender Angehöriger bei Demenz

AWO Kreisverband Erlangen-Höchstädt e. V. Fachstelle Beratung für pflegende Angehörige
Ansprechpartner: Petra Mönius-Gittelbauer
Telefon: 09131 715385
Mobil: 0176 1005747 ...siehe auch auf Seite 35

- **Diakonieverein Eckental**
Ansprechpartner: Diakon Thomas Cervenka
Telefon: 09126 2939750 ...siehe auch auf Seite 17

Tipp: Lesen Sie zum Thema „Pflege zu Hause“ mehr auf der Seite www.bundesgesundheitsministerium.de

Auf der nächsten Seite finden Sie noch einige Hinweise, wenn Sie nach Alternativen suchen...



Stationärer Bereich und Betreutes Wohnen

► Seniorenzentrum Martha-Maria Eckental

Freude leben im Seniorenzentrum Martha-Maria
Sich wohlfühlen und ein Zuhause finden.

Das Seniorenzentrum Martha-Maria Eckental bietet in ruhiger und ländlicher Umgebung alle Voraussetzungen dafür. Den 92 Bewohnerinnen und Bewohnern stehen 74 Ein- und 9 Zwei-Bett-Zimmer mit Blick ins Grüne zur Verfügung. Die sieben Wohngruppen bieten maximal 14 Personen einen geschützten Ort mit familiärer Atmosphäre.

Unsere Angebote und Leistungen im stationären Bereich:

- Kurzzeit- und Dauerpflege
- eingestreuete Tagespflege
- beschützter Wohn- und Gartenbereich für Menschen mit demenzieller Veränderung
- Beratung von Kassenleistungen und Hilfestellung bei behördlichen Angelegenheiten
- umfassende Unterhaltungsangebote
- Gottesdienste
- frisch zubereitetes Essen in der hauseigenen Küche

Ambulanter Service

Die Diakoniestation Martha-Maria Eckental-Heroldsberg bietet Pflege, Betreuung, Beratung sowie hauswirtschaftliche Leistungen nach den persönlichen Wünschen im eigenen Zuhause. Essen auf Rädern liefert täglich frisch gekochte Speisen.

Seniorenzentrum Martha-Maria Eckental

Dr.-Rolf-Filler-Straße 1, 90542 Eckental-Forth
Telefon: 09126 2949-111
Telefax: 09126 2949-130
E-Mail: Seniorenzentrum.Eckental@Martha-Maria.de
www.Martha-Maria.de



► Haus Phönix Gründlach Heroldsberg

Bestens umsorgt in Heroldsberg

Betreuung und Pflege auf höchstem Niveau finden Sie im Haus Phönix Gründlach in Heroldsberg. Das helle, freundliche Haus mit der schönen Gartenanlage bietet neben stationärer Pflege auch Leistungen des Betreuten Wohnens.

Zudem ist je nach Verfügbarkeit auch eine Aufnahme zur Kurzzeitpflege möglich. Sollten die Herausforderungen des Alters zunehmen, stehen Ihnen im Haus Phönix Gründlach in der stationären Pflege 24 lichtdurchflutete Einzelzimmer und 39 Doppelzimmer zur Verfügung.

Neben einem abwechslungsreichen Veranstaltungs- und Unterhaltungsprogramm kommt auch das persönliche Wohlbefinden nicht zu kurz: Friseur, Fußpflege, Podologin und Zahnarzt kommen regelmäßig ins Haus. Der weitläufige Garten lädt zu Spaziergängen oder zum Verweilen ein.

Neben dem umfangreichen Angebot der vollstationären Pflege bieten wir Mietern des Betreuten Wohnens eine Vielzahl an Zusatzservices an. Dabei wählen Sie aus einem bunten Strauß an Leistungen wie beispielsweise Wäsche-, Reinigungs- und Essensservice.

Haus Phönix Gründlach

Sportplatzweg 6e, 90562 Heroldsberg
Ansprechpartner: Kerstin Dziubaty
Telefon: 0911 567770
Telefax: 0911 56777200
E-Mail: gruendlach@korian.de
www.bestens-umsorgt.de



Auf dem letzten Weg – Sterbebegleitung

Sterbebegleitung meint die Begleitung Sterbender vor dem Tod. In dieser ganz besonderen Lebensphase des Abschieds soll den Menschen in Würde begegnet werden. Dieser letzte Weg will rücksichtsvoll und liebevoll begleitet sein. Denn oftmals sind hier noch guter Rat, letzte Wünsche, vertrauensvolle Aussprachen oder auch Trost angebracht. Unser Leben ist einzigartig und jeder Mensch ist anders. So ist auch das Sterben unvergleichlich und die Begleitung in den letzten Stunden eine unwiederbringliche, oftmals besonders tiefgreifende Zeit für alle Beteiligten.

► Hospizverein Eckental mit Umgebung e. V.

Ehrenamtliche HospizbegleiterInnen des Hospizverein Eckental mit Umgebung e. V. begleiten Schwerkranke und Sterbende und entlasten deren Angehörigen. Sie bieten Fürsorge und Betreuung an, gehen auf persönliche Wünsche ein, zu Hause in deren vertrauten Umgebung und auch in Pflegeheimen. Für Menschen, deren Versorgung und Pflege zu Hause nicht durchgeführt werden kann, steht im Senioren- und Pflegezentrum Haus Phönix Gründlach, in Heroldsberg unser „Grünes Zimmer“ zur Verfügung.

Speziell ausgebildete HospizbegleiterInnen

- betreuen schwerstkranken Kinder und Jugendliche mit deren Familien
- bieten für Trauernde Einzelgespräche sowie ein offenes Trauercafé an
- informieren über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Hospizverein Eckental mit Umgebung e. V.

Ambazac Straße 10, 90542 Eckental-Eschenau
Ansprechpartner: Iris Wotschach
Telefon: 09126 2979880
Telefax: 09126 294200
E-Mail: hospizeckental@t-online.de
www.hospiz-eckental.de



► Palliavita gGmbH SAPV ER und ERH

Unsere Aufgabe als spezialisierter ambulanter Palliativversorger (SAPV) ist es, Ihre Lebensqualität und Selbstbestimmung im Rahmen einer schweren, unheilbaren, fortschreitenden oder weit fortgeschrittenen Erkrankung zu erhalten, zu fördern und, wenn möglich, zu verbessern. Bis zum Tod soll Ihnen ein menschenwürdiges Leben in Ihrer vertrauten Umgebung, also zu Hause oder z. B. im Pflegeheim, ermöglicht werden.

Im Vordergrund steht nicht die Behandlung mit dem Ziel der Heilung oder der „Lebensverlängerung um jeden Preis“, sondern die Linderung der belastenden Symptome unter Erreichung der bestmöglichen Lebensqualität. Bei Vorlage einer sogenannten SAPV-Verordnung, in der Regel durch Ihren behandelnden Hausarzt bzw. Facharzt oder das zuständige Krankenhaus vermittelt, können wir innerhalb kurzer Zeit ein erstes „Aufnahmegespräch“ vereinbaren. Hier klären wir mit Ihnen gemeinsam, welche SAPV-Leistungen (Beratung, Koordination oder additive Teilversorgung) erwünscht sind und erläutern Ihnen, welche sinnvoll bzw. erforderlich sind. Im Falle einer Genehmigung der Verordnung (Teilversorgung) steht Ihnen auch eine 24h-Rufbereitschaft zur Verfügung. Selbstverständlich sind Ihr Hausarzt und Ihr Pflegedienst weiter für Sie zuständig.

Palliavita gGmbH - SAPV ER und ERH

Rathenaustraße 17, 91052 Erlangen
Ansprechpartner: Geschäftsführer Axel Haendle
Telefon: 09131 94057-0
Telefax: 09131 9405726
E-Mail: info@palliavita.de
www.palliavita.de



Tipp: Die Broschüre „Alle unter einem Schirm“ zur Hospiz- und Palliativversorgung liegt im Rathaus aus.

► **Wünschewagen Franken**

Noch einmal ans Meer fahren, einen letzten gemeinsamen Ausflug mit der Familie erleben oder mit dem Fußballverein des Herzens im Stadion fiebern – der ASB erfüllt schwerstkranken Menschen letzte Wünsche.

Der Wünschewagen Franken ist ein Gemeinschaftsprojekt der ASB-Verbände Aschaffenburg, Bad Windsheim, Coburg, Coburg-Land, Erlangen-Höchstädt, Forchheim, Kronach, Nürnberg-Fürth und Würzburg-Mainfranken.

Das Fahrzeug ist gezielt auf die Bedürfnisse der Fahrgäste abgestimmt: Eine Musikanlage sowie ein harmonisches Konzept aus Licht und Farben verschönern die Reise. Eine Rundum-Verglasung bietet einen Panoramablick auf die Umgebung.

Zugleich verfügt der Wünschewagen über eine moderne notfallmedizinische Ausstattung, damit das ASB-Team im Notfall professionelle Hilfe leisten kann.

Der Wünschewagen Franken finanziert sich ausschließlich über Spenden- und Sponsorenmittel sowie über freiwillige Mitarbeit und Mitgliedsbeiträge des ASB. Eine Wunscherfüllung kostet zwischen 200 und 1.500 Euro. Um die Wünsche aller Fahrgäste kostenfrei zu erfüllen, ist eine finanzielle Unterstützung durch Spender oder Sponsoren jederzeit willkommen.

Hieraus werden neben den Wünschen der Fahrgäste auch die Anschaffung und Ausstattung der Fahrzeuge sowie Schulungen und Weiterbildung der ehrenamtlichen Kräfte finanziert, die sich während der Wunschfahrt um das Wohl der Fahrgäste kümmern. Die verantwortungsvolle, ethisch und psychologisch anspruchsvolle Betreuung von schwerstkranken Menschen stellt hohe Anforderungen an alle Beteiligten. Der ASB sucht hierfür stets ehrenamtliche Helferinnen und Helfer aus den Bereichen Gesundheit, Pflege, Rettungsdienst oder Psychologie.

Arbeiter-Samariter-Bund

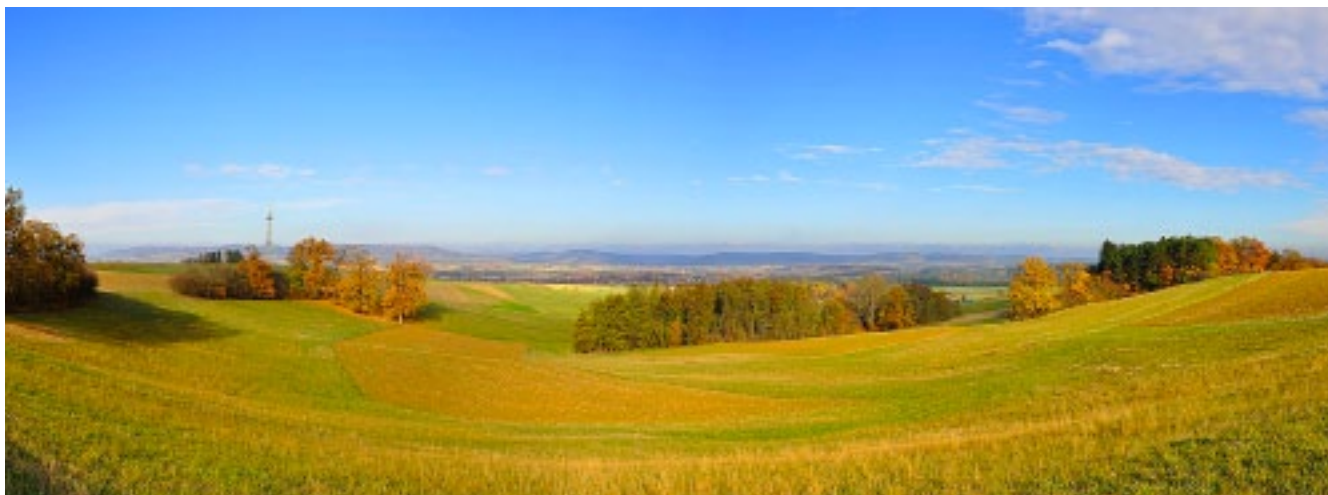
Ansprechpartner: Caterina Hertweck

Telefon: **09131 6874718**

Telefax: 09131 6251201

E-MAil: info@wuenschewagen-franken.de

www.wuenschewagen-franken.de



► **Sterbefall**

Leider lassen sich auch bei einem Sterbefall, der für die Angehörigen meist ohnehin Trauer, Sorge und Aufregung hervorruft, die Beachtung verschiedener Rechtsvorschriften und Behördengänge nicht vermeiden.

Der Markt Eckental hat eine Broschüre für den Trauerfall herausgegeben. Dort sind wertvolle Hinweise enthalten, die aufzeigen, was zu tun ist und wohin man sich wenden kann.

*Die Broschüre liegt in den Räumen des
Standesamts im Rathaus aus und Sie
finden diese online auf www.eckental.de.*



Persönliche Notizen

[illegible]



Persönliche Notizen

Je erfahrener und reifer wir mit den Jahren werden, umso mehr wissen wir die Sicherheit und unsere Gesundheit zu schätzen! Gesundheit ist leider nur bedingt beeinflussbar, aber Sie können wachsam und aufmerksam sein, um sich vor Kriminalität oder Gefahren zu schützen.

5 | Sicher und gesund

Sicherheit im Alter

► Info der Kriminalpolizei

Immer wieder kommt es vor, dass vor allem ältere Menschen Ziel krimineller Handlungen sind, vielleicht, weil man sich hier ein leichteres „Spiel“ erhofft und diese unterschätzt.

Wappnen Sie sich mit geeigneten Sicherungen gegen Wohnungseinbrüche. Hüten Sie sich vor Diebstählen und Betrügereien an der eigenen Wohnungstür oder auf der Straße – achten Sie auf Ihre Sicherheit.

Aus diesen Gründen hat die Kriminalpolizei ihre Vorsorgemaßnahmen verstärkt und bietet kostenlos sowohl individuelle Beratung bei Ihnen zu Hause, als auch Vorträge für größere Gruppen an.

Tipp: Besuchen Sie die Vorträge der Kripo Erlangen, welche regelmäßig und zu verschiedensten Themen beispielsweise von der VHS, dem Seniorenbeirat oder dem Seniorenclub organisiert werden.

Polizeiinspektion Erlangen-Land

Gräfenberger Straße 41, 91080 Uttenreuth
Telefon: **09131 760-514**
Telefax: 09131 760-530

Kriminalpolizeiinspektion Erlangen

Schornbaumstraße 11, 91052 Erlangen
Telefon: **09131 760-0**
Beratungsstelle: **09131 760-380**
www.polizei.bayern.de

► Haustür-, Telefon- und Internetgeschäfte

Sollten Sie Zuhause oder auf öffentlichen Verkehrswegen Verträge abgeschlossen haben, dann bedenken Sie Ihr zweiwöchiges Rücktrittsrecht.

Der Widerruf des Vertrags muss schriftlich und kann ohne Begründung erfolgen, am besten per Einschreiben mit Rückschein. →

Besondere Vorsicht ist bei ungebetenen telefonischen Angeboten von Unbekannten angeraten. Es wird dringend empfohlen, keinerlei Auskünfte über persönliche Daten zu geben. Dies gilt ebenso bei Internetangeboten. Das zweiwöchige Rücktrittsrecht ohne Nennung von Gründen gilt nach dem sogenannten „Fernabgabegesetz“ in gleicher Weise auch für Geschäfte über Telefon oder E-Mail.

Immer wieder erhalten Sie per E-Mail oder aber auch postalisch Gewinnversprechen. In aller Regel können Sie davon ausgehen, dass Sie leider nichts gewonnen haben. Ziel des Absenders kann sein, Sie auf kostenpflichtige Seiten zu locken oder Ihren Computer mit Viren oder Trojanern zu infizieren.

Tipp: Beachten Sie auch die Hinweise des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend: www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/aeltere-menschen/zuhause-im-alter-soziales-wohnen/sicherheit-im-alter!

► Tricks an der Wohnungstür

Hilfsbereitschaft an der Wohnungstür bedeutet ein weiteres Risiko und wird von Manchen ausgenutzt, um Ihre Wohnung zu betreten und Ihnen zu schaden.

► Schutz vor Haus- und Wohnungseinbrüchen

Bei Wohnungseinbrüchen gibt es Häufungen an Werktagen, jedoch eine geringere Belastung an den Wochenenden, da die Bewohner meist anwesend sind. Die meisten Einbruchdiebstähle ereignen sich tagsüber (Schwerpunkte: Mittagszeit und Abenddämmerung) und nicht nachts, wie oft angenommen wird! Bereits relativ geringfügige und preiswerte Nachbesserungen an Türen und Fenstern können helfen, potenzielle Täter abzuschrecken. Die Kriminalpolizei berät und informiert Sie kostenfrei bei Ihnen zu Hause.

► Ausgesperrt, was nun?

Immer wieder ist es leicht passiert:
Man sperrt sich aus. Was nun?

- Rufen Sie Ihre zuständige **Polizeidienststelle 110** oder **Feuerwehr 112** an.
- Dort liegt eine Liste seriöser Schlüssel-Notdienste aus; diese Information kann zu jeder Tageszeit abgerufen werden.
- Bei besonderer Notlage (z. B. Brandgefahr, eingeschlossenen Hilfebedürftigen) hilft auch die Feuerwehr mit Notöffnung – meist aber ohne Neueinbau von Schlössern.

► Kaffeefahrten und Widerrufsrecht

Unter einer Kaffeefahrt stellt man sich eine gesellige Fahrt mit Kaffee und Kuchen vor, bei der man nebenbei noch allerlei Dinge erwerben kann. Allerdings ist hier Vorsicht geboten, denn oftmals entpuppt sich das scheinbar günstige Angebot als Reinform. Sollten Sie bei einer Kaffeefahrt etwas gekauft haben und Sie wollen dieses wieder loswerden, steht Ihnen ein zweiwöchiges Widerrufsrecht zu. Bei Problemen wenden Sie sich am besten an Ihre örtliche Polizei oder Verbraucherzentrale.

Verbraucherzentrale Bayern e. V.
Beratungsstelle Nürnberg
Albrecht-Dürer-Platz 6, 90403 Nürnberg
Telefon: **0911 24265-01**
www.verbraucherzentrale-bayern.de

► Melden von Betrugsdelikten

Falls Sie selbst einmal Opfer von Trickbetrügern oder Trickdieben werden, oder wenn Sie den Eindruck haben, dass ein Versuch hierzu unternommen wurde, verständigen Sie bitte so schnell wie möglich die Polizei unter der kostenlosen **Notrufnummer 110**.
www.polizei-beratung.de oder
www.polizei.bayern.de

► Schutz vor Taschendiebstählen

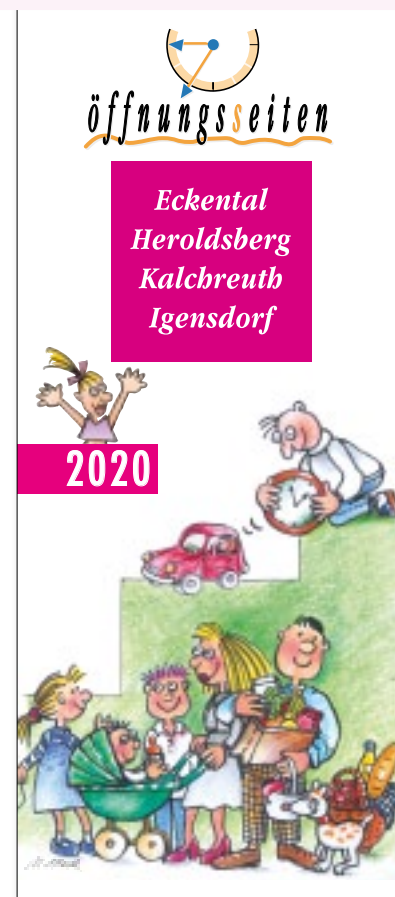
Nutzen Sie verschließbare, möglichst körpernahe Innentaschen der Kleidung oder Brustbeutel; →

bewahren Sie dort Ihr Geld, andere Zahlungsmittel, Personalpapiere sowie Schlüssel auf und nicht in den Außentaschen Ihres Mantels oder Ihrer Jacke.

Tipp: Was tun bei Verlust der EC Karte:
Bedienen Sie sich des einheitlichen Sperr-Notrufs, (+49) 116116, über den nicht nur ec- und Maestro-Karten, sondern auch Kreditkarten, Mobilfunkkarten usw. gesperrt werden können!

Tipp: In der Öffnungs-Seiten-Broschüre des regionalen Anzeigenblatts sind die Sprechzeiten der Ärzte zur Anmeldung, die Öffnungszeiten der Apotheken, Gemeinde, Banken und vieler Eckentaler Geschäfte übersichtlich nach Wochentagen aufgelistet!

Die Broschüre wird einmal pro Jahr im Januar kostenlos verteilt und ist außerdem beim Novum Verlag & Werbung GmbH, Orchideenstraße 43, 90542 Eckental-Brand, erhältlich.



Gesundheit

Da neben der Sicherheit auch die Gesundheit im Alter eine wichtige Rolle spielt, haben wir hier noch einige Informationen für Sie zusammengetragen:

► Ärzte in Eckental



→ Praktische Medizin, Allgemeinmedizin

Dr. Gerd Fischer
Orchideenstraße 45, Brand
Telefon: 09126 **294238**
www.praxis-dr-g-fischer.de

Gemeinschaftspraxis Dr. med. Christian Meier und Constanze Meier-Lorenz
Pettensiedeler Straße 2, Eschenau
Telefon: 09126 **7585**

MVZ Eckental
Prof. Dr. med. Thomas Kühlein,
Dr. med. Marco Roos,
Dr. med. Vera Souhrada,
Sabine Steinkirchner
Ambazac Straße 6, Eschenau
Telefon: 09126 **298440**
www.mvz-eckental.de

Dr. Stefan Plank
Schulstraße 8, Eschenau
Telefon: 09126 **2988711**
www.praxis-dr-plank.de

Andreas Rosenberg
Eisenstraße 38, Eckenheid
Telefon: 09126 **8066**
www.hausarztpraxis-eckenheid.de

Dr. Wolfgang Schütz
Konrad-Adenauer-Straße 8, Forth
Telefon: 09126 **5449**

→ Augenheilkunde

Dr. Klaus Königsreuther
Schulstraße 2, Eschenau
Telefon: 09126 **290120**
www.dr-koenigsreuther.de

Dr. med. Petra Seyer
Konrad-Adenauer-Straße 11, Forth
Telefon: 09126 **4667**
www.augenaerztin-dr-seyer.de

→ Frauenheilkunde

Dr. Jana Ludwig
Forth Hauptstraße 26, Forth
Telefon: 09126 **7588**

Dr. Vera Siebold
Eschenauer Hauptstraße 18, Eschenau
Telefon: 09126 **297066**
www.dr-siebold.de

→ Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde

Dr. Hans Georg Kachlik
Von-Brentano-Straße 16, Forth
Telefon: 09126 **8044**
www.dr-kachlik.de

→ Hauterkrankungen

Dr. Angelika Dennerlein
Eschenauer Hauptstraße 21, Eschenau
Telefon: 09126 **288532**
www.dr-dennerlein.de

→ Innere Medizin, Internisten

Dr. Dieter Reit
Eschenauer Hauptstraße 18, Eschenau
Telefon: 09126 **281800**
www.internisten-im-netz.de

→ Orthopädie

Dres. H. Zeder & H. Biwank
Konrad-Adenauer-Straße 11, Forth
Telefon: 09126 **6305**
www.ortho-eckental.de





→ **Physikalische und Rehabilitative Medizin**

Dr. med. Martina Dietl-Fried
Mohnstraße 9, Brand
Telefon: 09126 298850

→ **Psychologische Psychotherapie**

Dipl.-Psych. Ulla Stumpner
Ambazac Straße 6, Eschenau
Telefon: 09126 9963

Susanne Feigel
Eschenauer Hauptstraße 23, Eschenau
Telefon: 09126 2950833

→ **Urologie**

Dr. Stefan Stark
Konrad-Adenauer-Straße 14, Forth
Telefon: 09126 293700
www.uro-top.de

→ **Tierärzte**

Mobile Tierarztpraxis Arndt
Am Rehhof 18, Eschenau
Telefon: 09126 2069138

Thorsten Lohbeck
Ambazac Straße 2, Eschenau
Telefon: 09126 30696
www.tierarztpraxis-lohbeck.de

► **Zahnärzte in Eckental**

Dr. Julia Gallitz und Dr. Norbert Gallitz
Im Zentrum 1, Eschenau
Telefon: 09126 288775
www.zahnarztpraxis-eckental.de

Dr. Dirk Hagemann und Anna Garhammer
Konrad-Adenauer-Straße 11, Forth
Telefon: 09126 6768
www.hg-zahnarzt.com

Dr. med. dent. Kerstin Kelle
Nelkenstraße 12, Brand
Telefon: 09126 286220
www.dr-kelle.de

Dres. A. u. U. Majer
Eschenauer Hauptstraße 21, Eschenau
Telefon: 09126 288820
www.zahnarzt-eckental.de

Dr. Wolfgang Schneider
Hersbrucker Straße 1, Eschenau
Telefon: 09126 1827

ZA A. Streich
Fasanenweg 12, Eckenhaide
Telefon: 09126 287154

→ **Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie**

Adrian Wolski
Eschenauer Hauptstraße 21, Eschenau
Telefon: 09126 295220
www.mkg-im-zentrum.de

→ **Kieferorthopädie**

Dr. Veronika Hirschinger
Pettensiedeler Straße 2, Eschenau
Telefon: 09126 2950670
www.kfo-eckental.de

► **Apotheken in Eckental**

Apotheke Eschenau apoforte OHG
Apotheker Dr. J. Rucha & Ch. Berninger
Pettensiedeler Straße 2, Eschenau
Telefon: 09126 27980
Telefax: 09126 279828
E-Mail: apotheke-eschenau@apoforte.de
www.apoforte.de

Franken-Apotheke
Filiale der apoforte OHG
Dr. J. Rucha & Ch. Berninger
Konrad-Adenauer-Straße 14, Forth
Telefon: 09126 7040
Telefax: 09126 6310
E-Mail: franken-apotheke@apoforte.de
www.apoforte.de

Rathaus-Apotheke
Apotheker Peter Waibel
Im Zentrum 1 A, Eschenau
Telefon: 09126 288573
Telefax: 09126 288583
E-Mail: rathaus-apotheke-eckental@web.de

→ **Alle 3 Apotheken bieten Lieferservice**

Tipp: Eine Checkliste zur Krankenhauseinweisung finden Sie in der „Vorsorgemappe für Unfall-Krankheit-Alter“ vom Landratsamt Erlangen-Höchstädt, die im Rathaus ausliegt. Weitere Checklisten mit hilfreichen Tipps für einen Krankenhausaufenthalt und für die Zeit danach finden Sie im Internet.

Auch viele engagierte kompetente Therapeuten der Physiotherapie, Logopädie, Ergotherapie, Psychotherapie usw. haben in Eckental vor Ort ihre Praxis oder kommen zu Ihnen ins Haus und helfen Ihnen bei Beschwerden. Fitnessstudios vor Ort bieten maßgeschneiderte Programme. Sie finden diese Adressen mit Telefonnummern auch in der Öffnungs-Seiten-Broschüre (Hinweis auf Seite 58).

► **ASB-Besuchshundendienst**

Ältere Menschen, Demenzkranke, Menschen mit Behinderung, Kinder – aber auch Kranke (z. B. in Palliativstationen) reagieren auf Kontakt mit Tieren sehr positiv. Die „tierischen“ Mitarbeiter des ASB Forchheim spielen mit den Menschen, lassen sich streicheln und sind einfach da. Sind die Patienten bettlägerig, kommt der Besuchshund einfach zum Patienten ans Bett. Die Besuche werden kostenfrei angeboten und von ehrenamtlichen Mitarbeitern durchgeführt. Die Vierbeiner und ihre menschlichen Kollegen werden speziell ausgebildet und müssen eine Wesensprüfung ablegen, bevor es in den Einsatz am Menschen geht.

Die Besuche finden in Absprache mit der Einrichtungsleitung oder Privatpersonen, den Hundebesitzern und Klienten in einem regelmäßigen Turnus statt. Einsatzorte sind Pflegeheime, Palliativstationen, Behindertenwohnheime, Schulen und Kindergärten im Raum Forchheim, Bamberg und Erlangen.



Arbeiter-Samariter-Bund RV Forchheim e. V.
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 9
Ansprechpartner: Karin Fenzl
91301 Forchheim
Telefon: 09191 700743
E-Mail: kfenzl@besuchshundendienst.de
Bürozeiten: Montag und Dienstag,
jeweils 9.00–14.00 Uhr



► Kontaktstellen

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Maarweg 149-161, 50825 Köln

Telefon: **0221 8992-0**

Telefax: 0221 8992-300

E-Mail: poststelle@bzga.de

www.bzga.de

Depression

Eine Depression ist schon lange kein Tabuthema mehr! Suchen Sie rechtzeitig einen Arzt oder eine Beratungsstelle auf!

Erlanger Netzwerk gegen Depression

www.buendnis-depression.de

Gesundheitsamt Erlangen

Nägelsbachstraße 1, 91052 Erlangen

Telefon: **09131 803-2220**

Telefax: 09131 803-492200

E-Mail: gesundheitsamt@erlangen-hoechstadt.de

Deutsche Rheuma-Liga

Landesverband Bayern e. V.

Arbeitsgemeinschaft Erlangen

Telefon: **09131 687-9951**

E-Mail: info@rheuma-liga-erlangen.de

www.rheuma-liga-erlangen.de

Schmerztherapie

In der Schmerztherapie wurden in den letzten Jahren bedeutende Fortschritte erzielt. Nutzen Sie die Möglichkeit der Schmerzbehandlung. Auskunft und kostenlose Broschüre erhalten Sie bei der

Schmerzambulanz der Uni-Klinik Erlangen

Telefon: **09131 8532558**

Telefax: 09131 8532546

E-Mail: schmerzzentrum@uk-erlangen.de

www.schmerzzentrum.uk-erlangen.de

► Einsamkeit im Alter

Einsamkeit im Alter ist ein Thema, das auch in Deutschland zunehmend an Bedeutung gewinnt und vor allem Frauen zu betreffen scheint. Beinahe die Hälfte der Frauen im Alter über 65 Jahren lebt allein. Bis 2030 – so eine Studie aus 2009 – soll die Zahl der Einzelhaushalte auf 80 Prozent steigen, davon werden mindestens 40 Prozent über 60 Jahre alt sein.

Ursachen von Einsamkeit

Die Ursachen von Einsamkeit sind vielfältig. Grundsätzlich ist Einsamkeit natürlich ein anderes Thema als das Alleinsein. Denn alleine wollen wir immer wieder mal sein, um neue Kraft zu schöpfen. Aber Einsamkeit hat nichts mit Freiwilligkeit zu tun. Einsamkeit ist ein quälendes und ernst zu nehmendes Gefühl, das den Menschen schwer belasten, zu Niedergeschlagenheit und sogar zu schwerer Krankheit wie Depression führen kann.

Im Alter verändert sich das Umfeld, Freunde ziehen weg, es ereignen sich Todesfälle im Freundes- und Familienkreis. Dadurch ziehen sich manche Menschen mehr und mehr zurück.

Hinzu kommt, dass in Zeiten einer sich ständig verändernden Welt auch die Familien, die im Alter als Bezugspunkt immer wichtiger sind, sich teilweise durch moderne Lebensweisen in alle Himmelsrichtungen zerstreuen. Zurück bleibt der älter werdende Mensch.

Doch auch eine Erkrankung oder eine eingeschränkte Mobilität beispielsweise in Folge eines Unfalls können zu Einsamkeit führen. Oftmals isolieren sich ältere Menschen im Krankheitsfall, ist die Krankheit von Dauer, kann dies fatale Folgen haben. Wer aufgrund einer Erkrankung oder wegen eines Unfalls nur eingeschränkt mobil ist, verlässt meist nur selten das Haus und entzieht sich so sozialer Teilhabe.



Wege aus der Einsamkeit

Raus aus der Einsamkeit, das möchten viele ältere Menschen – nur wie? Denn sicherlich ist es schwierig, an frühere Kontakte anzuknüpfen oder sich gar ein neues Hobby zu suchen. Aber versuchen Sie es in jedem Fall, aus dieser Einsamkeit herauszukommen, denn da draußen ist das wahre Leben, an dem auch Sie teilnehmen können und sollen.

- Suchen Sie die Nähe von Familie, Freunden und Nachbarn – ob persönlich, per Telefon oder digital mit dem eigenen Tablet
- Besuchen Sie einen Seniorentreff
- Ein Haustier wäre eine tolle Idee für Sie?
- Suchen Sie sich Gleichgesinnte im Ehrenamt
- Betreiben Sie ein (neues) Hobby
- Besuchen Sie einen Kurs bei unserer Volkshochschule
- Reisen Sie!
- Verändern Sie Ihre Wohnsituation und denken Sie beispielsweise über betreutes Wohnen, eine Senioren-WG oder ein Pflegeheim nach!

Niemand muss allein sein, das gilt auch für ältere Menschen. Wer soziale Teilhabe sucht, dem bieten sich viele Möglichkeiten. Auch wenn der erste Schritt zur Veränderung schwerfällt, es lohnt sich in jedem Fall.

Bleiben Sie gesund!



Persönliche Notizen



Tipp: Nutzen Sie notarielle Beratung, beispielsweise das einmal monatlich stattfindende Serviceangebot im Eckentaler Rathaus.

6 | Besser vorsorgen - mein gutes Recht

Immer wieder geht einem dieser Gedanke durch den Kopf: „...wenn es mal soweit ist, dann will ich vorgesorgt haben...“ Und immer wieder kommt etwas dazwischen oder aber es wird vertagt und der eigentlich drängende Gedanke wird zurückgestellt. Tatsächlich möchte sich natürlich niemand gerne um scheinbar komplizierte Formulare kümmern oder mit einer fernen Zukunft befassen.

Dennoch: Für fast jede Lebenssituation gibt es eine Absicherung. Versicherungsgesellschaften, Banken und andere Einrichtungen werben dafür. Doch wie sieht es mit dem eigenen Leben bezogen auf Krankheit und Tod aus? Wer entscheidet in meinem Sinne, wenn ich es nicht mehr kann? Welche Maßnahmen sollen ergriffen werden, wenn es einmal ausweglos wird und ich vielleicht im Krankenhaus liege?

Wie möchte ich betreut werden und was ist mit der Wahrung meiner Würde? Wie sieht es rechtlich aus, wenn ich einmal nicht mehr bin? Und was will ich verfügen? All diesen wichtigen Fragen können Sie nachgehen und diese selbstbestimmt entscheiden. Eine sorgfältig ausgefüllte Vorsorge- oder Notfallmappe und passgenaue Rechtsberatung sowie rechtzeitiges Handeln helfen dabei. Entscheiden Sie selbst, es geht um Ihre wichtigsten Belange und Interessen!

► Rechtsberatung und Rechtshilfe

Bitte beachten Sie, dass Rechtsberatung grundsätzlich nur von Anwälten und Notaren getätigt werden darf. Informieren Sie sich auf den Gelben Seiten des Örtlichen Telefonbuchs!

► Amtsgericht Erlangen

Rechtsantragstelle

Mozartstraße 23, 91052 Erlangen

Telefon: **09131 782-01**

www.justiz.bayern.de/gericht/ag/er

Allgemeine Rechtsauskünfte, Beratungshilfscheine, Prozesskostenhilfe:

Bei der Rechtsantragstelle des Amtsgerichts wird im Bedürftigkeitsfall ein Beratungshilfschein ausgestellt. Damit berät Sie ein Rechtsanwalt Ihrer Wahl kostenfrei oder gegen eine geringe Gebühr von etwa 10 Euro. Außerdem kann geklärt werden, ob Aussicht auf eine Prozesskostenhilfe zur Deckung Ihrer Anwalts- und Gerichtskosten besteht.

► Dokumentenmappe

In der Dokumentenmappe sammeln Sie wichtige und schwer ersetzbare Papiere und Urkunden. Diese gut gegliederte Mappe sollten Sie an einem sicheren Ort verwahren und nur engen Angehörigen oder Vertrauten mitteilen, wo diese im Bedarfsfall zu finden ist. Möchten Sie eine Mappe erwerben, dann erhalten Sie diese auch vorgefertigt im Schreibwarenhandel oder im Fachhandel für Bürobedarf sowie im Buchhandel oder bei Banken und Versicherungen.

Wichtige Dokumente, die in der Dokumentenmappe beispielsweise enthalten sein sollten:

- Geburtsurkunden, Taufscheine, Heiratsurkunden (Stammbuch)
- Zeugnisse, Ernennungsurkunden, Arbeitsverträge
- Wertpapiere, Sparbücher, Sparverträge, Darlehensverträge, Schuldurkunden
- Versicherungsverträge/-unterlagen
- Unterlagen der Kranken-/Pflegekasse
- Rentenversicherung, Rentenbescheide, Rentenanpassungsmittelungen
- Unterlagen über etwaige Firmenpensionen
- Kaufverträge, Kfz-Zulassungsbescheinigungen, Notarverträge und Testamente

► Betreuungsrecht / rechtliche Betreuung

Vormundschaft und Pflegschaft für Volljährige wurden am 01.01.1992 durch die rechtliche Betreuung abgelöst.



Auf rechtliche Hilfe durch Betreuer sind diejenigen angewiesen, die durch nachlassende geistige Kräfte im Alter oder Krankheit ihre rechtlichen Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. Eine rechtliche Betreuung kann durch einen Bevollmächtigten oder Betreuer als gesetzlicher Vertreter erfolgen. Wenn Sie ein förmliches Betreuungsverfahren umgehen möchten, erteilen Sie vorausschauend eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung!

Das Verfahren zur Bestellung eines Betreuers wird durch das Amtsgericht Erlangen/Vormundschaftsgericht eingeleitet, wenn der Betroffene selbst einen Antrag stellt oder wenn dem Gericht durch Dritte (z. B. Angehörige, Klinik oder Pflegeheim) bekannt wird, dass für eine Person ein Betreuer notwendig erscheint.

► Vorsorgevollmacht

Bitte beachten Sie, dass eine Vorsorgevollmacht Sie dahingehend absichert, dass Ihr Wille im Falle einer Notsituation gewährleistet ist. Weit verbreitet ist der Irrtum, dass nahe Angehörige, volljährige Kinder oder Ehegatten im Ernstfall „alles regeln“ und „unterschreiben“ dürfen. Jede Entscheidung, die in Angelegenheiten eines anderen Menschen zu treffen ist, muss rechtlich legitimiert sein; erst mit der Vorsorgevollmacht wird der Bevollmächtigte (z. B. Ehepartner) zum rechtlichen Vertreter. →

Bei einigen Vollmachten (z. B. für Grundstücksge-
schäfte oder bei Gewerbebetrieben)
muss jedoch ein Notar konsultiert werden. Förm-
liche Betreuungsverfahren können durch eine
Vorsorgevollmacht vermieden werden.

► Betreuungsverfügung

Im Fall eigener Handlungsunfähigkeit wird bei feh-
lender Vorsorgevollmacht ein Betreuungsverfahren
eingeleitet. Das für den Betroffenen örtlich zustän-
dige Amtsgericht als Vormundschaftsgericht wird in
diesem Fall einen Betreuer bestellen. Das ist eine
fremde Person und das bedeutet, nicht die Angehö-
rigen entscheiden für den Betroffenen, sondern der
bestellte Betreuer durch das Vormundschaftsgericht.
Dies können Sie mittels Betreuungsverfügung im
Vorfeld beeinflussen:

- wer zum Betreuer bestellt werden soll
und wer nicht (§ 1897 Abs. 4 BGB),
- in eingeschränktem Maße auch Umgang mit
Finanzen (Geschenke an Kinder usw.).

► Patientenverfügung

Mit der Patientenverfügung weist der Patient im
Falle seiner Einwilligungsunfähigkeit den Arzt an,
bestimmte medizinische Behandlungen nach seinen
persönlichen Vorstellungen vorzunehmen oder zu
unterlassen. Eine Patientenverfügung ist für einen
Arzt, einen Betreuer oder einen Bevollmächtigten
verbindlich, wenn

- der Verfügende nicht erkennbar von der
Verfügung abrückt und
- die Patientenverfügung im Zustand der
Einwilligungsfähigkeit (Entscheidungsfähigkeit)
verfasst wurde und
- der Wille des Patienten für die konkrete
Behandlungssituation eindeutig
und sicher festgestellt werden kann.

Ferner sollte die Verfügung möglichst alle zwei
Jahre erneuert werden, wobei neueste Behand-
lungsmethoden möglichst explizit ein- oder aus-
geschlossen werden sollten.

► Generalvollmacht

Eine Einzelvollmacht beschränkt sich üblicherweise
auf die Übertragung einer bestimmten Rechtsange-
legenheit beziehungsweise eines Entscheidungsbe-
reiches.

So berechtigt z. B. eine Bankvollmacht ausschließ-
lich zur Vertretung in Rechtssachen bei dem ent-
sprechenden Kreditinstitut. Eine Generalvollmacht
hingegen erstreckt sich auf alle übertragbaren
Rechtsgeschäfte und Bereiche, in denen eine Vertre-
tung möglich ist.

Aus diesem Grund können Sie mit der Erteilung
einer derartigen Vertretungsbefugnis gleichzeitig die

- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Betreuungsverfügung

regeln.

Eine Generalvollmacht ermöglicht den Abschluss
vieler, aber nicht aller Rechtsgeschäfte.

Höchstpersönliche Rechtsangelegenheiten darf der
Generalbevollmächtigte nicht für den Vollmachtge-
ber regeln. Dabei handelt es sich insbesondere um
familienrechtliche Angelegenheiten, wie z. B. die
Eheschließung oder die Einreichung einer Schei-
dung. Dennoch sparen Sie mit der Erteilung einer
Generalvollmacht viel Zeit und Aufwand und
berücksichtigen die Regelung aller für Sie wesent-
lichen Angelegenheiten. Außerdem gehen Sie nicht
das Risiko ein, aus Versehen die Regelung einer
wichtigen Angelegenheit zu vergessen.

**Tipp: Falls Sie einem Angehörigen oder engem
Freund eine Generalvollmacht erteilen wollen,
tun Sie es zeitnah. Denn die volle Geschäfts-
fähigkeit stellt eine entscheidende Vorausset-
zung für die Erteilung derselben dar. So ist es
z. B. ausgeschlossen, dass Personen mit begin-
nender Demenz oder einer ähnlichen Einschrän-
kung ihrer geistigen Fähigkeiten eine General-
vollmacht ausstellen.**

**Handeln Sie also selbstbestimmt in Ihrem
eigenen Sinne!**

Notarielle Beurkundung

Die gesetzlichen Regelungen zur Generalvollmacht
finden Sie im Paragraphen 164 BGB ff. Aus den
Gesetzestexten geht hervor, dass eine Generalvoll-
macht nicht an bestimmte Formalien gebunden
ist. Allerdings ist es unbedingt erforderlich, dass
diese durch einen Notar beurkundet wird. Nur dann
erkennen sie deutsche Gerichte an. Dieses notari-
ell beglaubigte Dokument trägt die Bezeichnung
„General- und Vorsorgevollmacht“.

Es macht Sinn, eine Generalvollmacht mit einer
Bedingung zu verbinden. So erteilen viele ältere
Menschen einem nahen Angehörigen diese Art von
Vollmacht für den Fall, dass sie selbst nicht mehr
in der Lage sind, ihre eigenen Angelegenheiten zu
regeln.

**Tipp: Darüber hinaus erweist es sich als zweck-
mäßig, Verwandte aber auch Banken und den
behandelnden Hausarzt über die Erteilung der
Generalvollmacht zu informieren oder Kopien zu
überlassen. So wissen diese im Notfall, an welche
Person sie sich wenden müssen.**

Die Generalvollmacht erlischt nicht im Falle Ihres
Todes. Entsprechend kann der Bevollmächtigte für
Sie die Beerdigung organisieren, die Wohnung kün-
digen und andere wichtige Angelegenheiten
erledigen.

Die Kosten für die Beurkundung einer General-
vollmacht berechnen sich nach dem Wert des
Vermögens des Vollmachtgebers. Dies ergibt sich
daraus, dass die Generalvollmacht für das gesamte
Vermögen des Vollmachtgebers wirksam ist. Eine
Generalvollmacht ist grundsätzlich nicht beurkun-
dungspflichtig, es sei denn, diese soll ebenfalls für
Immobilien gelten. In diesem Fall wäre eine nota-
rielle Beurkundung notwendig. Weitere Auskünfte
erteilen die Notariate.

► Beratungs- und Informationsstellen

Betreuungsstelle des Landkreises
Nägelsbachstraße 1 (Gesundheitsamt)
91052 Erlangen
Telefon: **09131 803-2200**

Betreuungsgericht Erlangen
Mozartstraße 23, 91052 Erlangen
Telefon: **09131 782-01**
Telefax: 09131 782-105
E-Mail: poststelle@ag-er.bayern.de

Tipp: Der Hospizverein Eckental informiert über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.

Bitte nehmen Sie außerdem zahlreiche vorliegendes Broschürenmaterial zur Kenntnis.

Dieses können Sie bei vielen verschiedenen Quellen im Internet herunterladen oder fragen Sie Ihre
Koordinatorin für die Belange von Senioren im Eckentaler Rathaus
Sylvia Steinbach,
Telefon: **09126 903-241**
sylvia.steinbach@eckental.de

Bitte achten Sie auf seriöse Quellen von Ministerien, Verbänden, Vereinen!

Bayerisches Ministerium für Justiz
Broschüre des Ministeriums:
Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter im Buchhandel unter ISBN 978-3-406-67602-4 (Verlag C. H. Beck) kostenfrei als PDF-download unter www.justiz.bayern.de erhältlich

Patientenverfügung
Hrsg.: Bundesministerium der Justiz
Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 481009, 18132 Rostock
Telefon: **030 182722721**
Telefax: 030 18102722721
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
www.bmjbv.de

Das Betreuungsrecht
Hrsg.: Bayerisches Staatsministerium der Justiz
Referat für Öffentlichkeitsarbeit
Prielmayerstraße 7, 80335 München
www.justiz.bayern.de/service/broschueren/

Tipp: Holen Sie sich noch heute im Eckentaler Rathaus die „Vorsorgemappe für Unfall, Krankheit und Alter“ vom Landratsamt Erlangen-Höchstädt oder besuchen Sie entsprechende Vorträge oder einen Kurs bei der VHS zum Thema „Notfallordner“.

► Mieten und Vermieten

Fachliche Auskünfte und Beratung beim Mieten und Vermieten erteilen:

Deutscher Mieterbund
Nürnberg und Umgebung e. V.
Beratungsstelle Erlangen
Katholischer Kirchenplatz 10, 91054 Erlangen
Telefon (zentral auch für die Außenstelle Erlangen): **0911 3765180**

Erlanger Mieterinnen- und Mieterverein e. V.
Möhrendorfer Straße 1c, 91056 Erlangen
Telefon: **09131 43226**

Mieterbeistand e. V., Beratungsstelle Forchheim
Daimlerstraße 28, 91301 Forchheim
Telefon: **09191 7366946**

Haus & Grund Erlangen e. V.
Südliche Stadtmauerstraße 8, 91054 Erlangen
Telefon: **09131 977956-0**
Telefax: 09131 977956-26

Haus- und Grundbesitzerverein
Nürnberg und Umgebung e. V.
Färberplatz 12, 90402 Nürnberg
Telefon: **0911 3765780**
Telefax: 0911 376578150

Tipp: Prüfen Sie bei Ihren Versicherungen oder Banken immer, ob es altersbezogene Ausschlusskriterien gibt und lassen Sie sich für Beratungsgespräche von einer Person Ihres Vertrauens begleiten.

► Heimgesetz

Das Heimgesetz schützt die Bewohner von Alten- und Pflegeheimen und gibt ihnen bestimmte Rechte. Dem Schutz der Heimbewohner dient vor allem die behördliche Überwachung der Heime.

► Schuldnerberatung

Aus vielfältigen Gründen können Menschen ihren Zahlungsverpflichtungen nicht mehr nachkommen. Unabhängige Beratung und Unterstützung finden Sie dann bei einer Schuldnerberatung.
...siehe unter [Caritas Verband](#) auf Seite 36

► Testament und Erbrecht

Sein Testament verfassen

Die einfachste Art seinen Willen festzulegen, ist ein Testament. Dadurch wird sichergestellt, dass der Nachlass nach den Wünschen des Verstorbenen aufgeteilt wird. Sie können jederzeit privat ein Testament anfertigen. Beim eigenhändigen Testament ist zu beachten, dass nicht nur die Unterschrift (mit Vor- und Zuname), sondern auch der ganze Text handschriftlich verfasst werden muss. Wichtig sind außerdem der Ort und das Datum der Testamentserstellung. Dieses Testament kann zu Hause aufbewahrt werden, es kann aber auch gegen Gebühr beim Amtsgericht hinterlegt werden.

Für Ehegatten ist es möglich, ein gemeinschaftliches oder jeweils eigenes Testament zu errichten. Bitte lassen Sie sich über die Vor- und Nachteile beraten. Bei Fragen zum Erbrecht und der Testamentserstellung wenden Sie sich an einen Rechtsanwalt oder Notar. Sie können Ihr Testament jederzeit ändern, indem Sie es vernichten oder durch ein neues Testament aufheben und über den Nachlass neu bestimmen. Es gilt immer die zeitlich letzte Niederlegung des letzten Willens. Heute gibt es auch die Möglichkeit, viele gemeinnützige Organisationen mit einem Testament zu bedenken.

www.pflege.de/pflegegesetz-pflegerecht/vollmachten-verfuegungen/testament/ →

Öffentliches Testament

Das öffentliche Testament wird vor einem Notar erklärt. Die notarielle Testamentserstellung ist kostenpflichtig, bietet aber den Vorteil der rechtlichen und steuerlichen Beratung (Erbrechtssteuer).

► Bestattungsvorsorge

In einem „Vorsorgevertrag“ kann bereits zu Lebzeiten alles für die eigene Bestattung geregelt werden. Er bietet die Sicherheit, dass die eigenen Wünsche und Vorstellungen nach dem Ableben verbindlich erfüllt werden. Auch die trauernden Angehörigen werden dadurch entlastet. Geregelt werden sollte u. a.: Charakter der Bestattung (z. B. Feuer- oder Erdbestattung), Personenkreis, der benachrichtigt bzw. eingeladen werden soll, Bestattungsort, Wahl des Grabes, erforderliche Grabpflege. Dieser Vorsorgevertrag kann bei allen Bestattungsunternehmen vereinbart werden. Da eine Bestattung bei wachsenden Friedhofsgebühren je nach Ihren Wünschen kostspielig sein kann, könnte auch die Finanzierung bedacht werden.

► Sterbegeldversicherung

Seit dem 1. Januar 2004 zahlen die gesetzlichen Krankenkassen kein Sterbegeld mehr. Bei Versicherungen bzw. über Bestattungsunternehmen kann eine Sterbegeldversicherung abgeschlossen werden. Ein frühzeitig angelegtes Sparbuch (Sparvertrag bzw. Einmaleinzahlung) kann in gleicher Weise als Vorsorge dienen.

*Der Tod ist nicht das Ende,
nicht die Vergänglichkeit.
Der Tod ist nur die Wende,
Beginn der Ewigkeit.*

Anonym

Impressum

Herausgeber

Markt Eckental/Marketing
Rathausplatz 1
90542 Eckental

Redaktion

Eckentaler Rathaus:
Koordinatorin für die Belange von Senioren, Sylvia Steinbach
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit mit Marketing, Dr. Karin Adam
Seniorenbeirat:
1. Vorsitzender Ingo Gerstenhauer und
2. Vorsitzender Friedhold Hindrichs
Gemeindlicher ehrenamtlicher Behindertenbeauftragter,
Gerhard Seufert

Grafik & Layout

Atelier Monika Mende, Eckental

Zeichnungen

Mediadesign Mende, Markus Mende, Eckental

Fotos & Bildnachweise

Grußwort: Michaela Moritz
Eckentaler Landschaften: Fotoclub der VHS, Eckental
Weiterer Bildnachweis: IStock By Getty Images

Aus sprachlichen Gründen wurde meist auf eine Differenzierung der beiden Geschlechter verzichtet, ohne dass damit der grundgesetzlich verankerte Gleichstellungsgedanke aufgegeben ist. Die in der Seniorenbrochure zusammengestellten Informationen erheben keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit, wurden jedoch sorgfältig recherchiert. Wir danken dem Landratsamt Erlangen-Höchstädt für Unterstützung bezüglich relevanter Daten aus der Landkreisbrochure „Ratgeber für Seniorinnen und Senioren“ Ausgabe 2017/18.

Texte, Fotos, Titel und Gestaltung sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind - auch auszugsweise - nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, sind nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung des Herausgebers erlaubt.

Wir weisen darauf hin, dass weder an den Herausgeber noch an die Autoren rechtliche Ansprüche gestellt werden können. Sämtliche Angaben sind ohne Gewähr; es ist sicherlich nicht zu vermeiden, dass Angaben überholt sein können. Die Institutionen, Organisationen, Vereine und Verbände zeichnen verantwortlich für eigene Texte, die gelegentlich redaktionell leicht verändert wurden.

Anregungen, Ergänzungen und Berichtigungen nimmt Sylvia Steinbach im Eckentaler Rathaus entgegen:
sylvia.steinbach@eckental.de oder 09126 903-241.

Der Seniorenratgeber ist auf www.eckental.de, der Internetseite des Marktes Eckental veröffentlicht.
Stand: Oktober 2019

Der Umschlag dieser Broschüre wurde auf 250 g/m² Recyclingpapier, der Inhalt auf 170 g/m² Bilderdruckpapier gedruckt. Beide Papiersorten sind nach FSC-MIX Credit Standard zertifiziert und stammen somit aus einer nachhaltigen Forstwirtschaft. Regionale Druckvergabe an Distler Druck & Medien GmbH, www.distler-druckmedien.de

1. Auflage: 3.000 Exemplare

Fotos der Mitglieder vom Fotoclub Eckental
Seite 25 Eckental Eschenau (Lindstedt)
Seite 33 Gleis 3 (Ackenheil)
Seite 47 Kirche (Freimark)
Seite 54 Panorama Herbst (Lindstedt)
Seite 55 Panorama Winter (Lindstedt)

Lieber Leser!

Unser Ansinnen ist es, Ihnen und Ihren Angehörigen möglichst umfassende und dennoch kompakte Informationen zukommen zu lassen. Wir wollen Ihnen einen gebündelten Blick auf die Möglichkeiten zur Alltagsunterstützung aufzeigen und Ihnen bezüglich der Vielfalt der Angebote und der Ideen für Menschen mit Lebenserfahrung einen Einblick geben. Wir freuen uns über Ihre freundliche Rückmeldung!

Wir weisen stets gerne auf das Engagement der zahlreichen Landkreisinstitutionen hin, über die Sie sich bei der Gemeindeverwaltung informieren können, allen voran bei der Koordinatorin für die Belange der Eckentaler Senioren, Sylvia Steinbach.

Unser herzlicher Dank gilt dem gesamten Seniorenbeirat, seinen engagierten Vorsitzenden sowie dem kompetenten gemeindlichen Berater und Beauftragten für Menschen mit Behinderung, Gerhard Seufert. Vor allem danken wir allen ehrenamtlich und voller Hingabe Aktiven, die durch ihr leidenschaftliches Engagement unser stetig wachsendes und umfangreiches soziales Netzwerk pflegen.

Und wir danken Ihnen, dass Sie Ihre reichen Erfahrungen und Ihr geschätztes Interesse als Teil unserer Eckentaler Gemeinschaft einbringen. Denn nicht nur Ingmar Bergman wusste es: „Mit dem Älterwerden ist es wie mit „Auf-einen-Berg-Steigen“ – Je höher man steigt, desto mehr schwinden die Kräfte – Aber umso weiter sieht man.“



