Älter werden in der

HANSESTADT ROSTOCK

Informationen für Seniorinnen und Senioren

HANSESTADT ROSTOCK

Grußwort

**Sehr geehrte Seniorinnen
und Senioren,**

nach Informationen des statistischen Bundesamtes sind gegenwärtig 20 Prozent der Menschen 65 Jahre und älter – und das bei sinkender Bevölkerungszahl. Bereits in den kommenden Jahrzehnten wird der Anteil älterer Menschen deutlich steigen. Im Jahr 2060 wird dann jeder Dritte mindestens 65 Lebensjahre durchlebt haben – jeder siebente wird sogar 80 Jahre oder älter sein. So kann auch in der Hansestadt Rostock bis 2020 eine sinkende Bevölkerungszahl nicht gänzlich ausgeschlossen werden.

Die Gestaltung des demografischen Wandels und seine Folgen ist eine kommunale „Daueraufgabe“, die Ideen und Ressourcen benötigt, aber uns ebenso Chancen bietet.

Karina Jens

Mit Blick auf die weitere Stadtentwicklung sind eine Reihe von Handlungsfeldern zu beachten wie z. B. das Wohnen, die Gesundheit und die Bildung – Aspekte – die im kommunalen Programm „Älter werden in Rostock“ bereits entwickelt und durch den Seniorenbeirat mit großem Engagement begleitet wurden. Dabei sind auch die Aufgabenfelder des Seniorenbeirats, der nunmehr seit über 16 Jahren das Zusammenspiel der Generationen in der Stadt gemeinsam mit den Einrichtungen, Vereinen und Verbänden organisiert, zukunftsorientiert ausgerichtet.

Dieses bürgerschaftliche Engagement ist gerade 2011 – im Europäischen Jahr der Freiwilligentätigkeit – besonders hervorzuheben. Mit dem Seniorenratgeber sollen die Fragen nach positiven Lebenskonzepten und Leitbildern in einer alternden Gesellschaft ebenso beantwortet werden wie auch Perspektiven und Möglichkeiten für einen erfüllten 3. Lebensabschnitt aufgezeigt werden.

Herzlichst

Ihre

Karina Jens
Präsidentin der Bürgerschaft

Inhaltsverzeichnis

Grußwort der Präsidentin der Bürgerschaft ..... U 2
Vorwort des 1. Sprechers des Seniorenbeirates 3
Branchenverzeichnis 4
Seniorenbeirat Hansestadt Rostock 5
Arbeitsgruppe Bildung, Kultur und Sport 8
Arbeitsgruppe Ordnung, Sicherheit, Umwelt und Verkehr..... 11
Arbeitsgruppe Gesundheit, Soziales und Wohnen im Alter 13
Infobörse für bürgerschaftliches Engagement in Rostock – kurz „Ehrenamtsbörse Rostock“ 15
Ortsämter – Adressen, Öffnungszeiten und Leistungen..... 17
Stadtteil- und Begegnungszentren/ Seniorenbegegnungsstätten 19
Stadtteil- und Begegnungszentren..... 21
Seniorenbegegnungsstätten 23
Soziale Angelegenheiten..... 24
Selbsthilfekontaktstelle Rostock..... 26
Rostocker Seniorenakademie (RSA) 30
Seniorentanz..... 32
Seniorensport 33
Den Lebensabend genießen, ohne aufs Geld achten zu müssen..... 34
Spezielle Wohnformen für Senioren ... 35
Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt 41
Den letzten Weg in Würde gehen 47

Vorwort

Liebe Seniorinnen und Senioren,

auf Grund der demografischen Entwicklung nimmt der Anteil der älteren Bürgerinnen und Bürger in unserer Stadt immer mehr zu.

Damit Ihnen eine aktuelle Handreichung über die vielfältigen Möglichkeiten der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben in der Hansestadt Rostock zur Verfügung steht, hat der Seniorenbeirat, mit Unterstützung der Stadtverwaltung die jetzt vorliegende Broschüre „Älter werden in der Hansestadt Rostock – Informationen für Seniorinnen und Senioren“ überarbeitet und auf den neuesten Stand gebracht. Viele Vereine, Verbände, Organisationen und Institutionen sind dort aufgeführt. In übersichtlicher Form können Sie sich über die umfangreichen Angebote zu Ihrer individuellen Lebensgestaltung im Alter informieren und ggf. Hilfe erfahren. Gleichzeitig erhalten Sie Anregungen, sich bürgerschaftlich engagieren zu können. So hat jeder die Möglichkeit und die Chance entsprechend seinen Fähigkeiten dazu beizutragen, unsere Hansestadt seniorenfreundlich zu gestalten. Allen, die zur Erarbeitung des Wegweisers beigetragen und das Anliegen finanziell unterstützt haben, ein herzliches Dankeschön.

Mit freundlichen Grüßen

Heinz Käkenmeister
1. Sprecher des Seniorenbeirates

Branchenverzeichnis

Altenpflege 36, 40, 42
Ambulanter Pflegedienst 42
Augenoptiker 10
Bank 34
Bestattungshaus 48
Betreutes Wohnen ..... 12, 40, U 4
Demenz ..... U 3
Erbrecht 50, 51
Erdgas 38
Essen auf Rädern 4
Hauskrankenpflege 12
Hilfsmittel 12
Hörakustik 2
Hörgeräte 2
Krankenpflege 40, 42
Küchenmontage 38
Kurzzeitpflege ..... U 3
Optiker 10
Orthopädietechnik 44
Partyservice 4
Pflegedienste ..... 12, 36, 40, 42, U 3, U 4
Pflegegeld ..... U 3
Pflegeheime 42, 44
Rechtsanwälte 50, 51
Rollstühle 12
Sanitätshaus 44
Seniorendienstleistungsagentur 42
Stationäre Pflege ..... U 3
Strom 38
Tagespflege 44
Umzüge 38
Uniklinik 14
Verkehrsverbund 10
Vermietung 35
Wohnen im Alter 12, 35

U = Umschlagseite

Jeden Tag ein leckeres Essen
Wir liefern Ihnen an 365 Tagen
eines von 7 verschiedenen Mittagsmenüs!

Gern senden wir Ihnen kostenlos und unverbindlich
unseren aktuellen Speiseplan zu.
Telefon: 03 81 / 7 76 91 22 / 23
www.hanse-menue.de

Einfach gutes Essen! Alles unter einem Dach!

ESSEN AUF RÄDERN
Täglich 7 verschiedene Menüs frei Haus / Fordern Sie unverbindlich unseren Speiseplan an.

PARTYSERVICE
Plattenanlieferung oder kalt/warmes Buffet für Ihre Feier.

FEIER/VERANSTALTUNG
Feiern Sie unbeschwert im „Nordlicht“ Lichtenhagen,
in der „Jägerhütte“ am ZOO oder in der „Fischerklause“ Warnemünde.

HANSE-MENÜ
Service GmbH Rostock

Seniorenbeirat Hansestadt Rostock

Interessenvertreter der Seniorinnen und Senioren der Hansestadt Rostock ist der Seniorenbeirat. Er wurde am 12. Juli 2000 auf Initiative vieler Rostocker Seniorinnen und Senioren durch Beschluss der Bürgerschaft der Hansestadt Rostock gebildet. Der Seniorenbeirat setzt sich zusammen aus acht Vertreterinnen und Vertretern der Ortsbeiräte und sieben Vertreterinnen und Vertretern von Verbänden, Vereinen, Organisationen und Kirchengemeinden. Diese Mitglieder werden durch die Bürgerschaft für die Dauer einer Wahlperiode bestellt. Der Seniorenbeirat arbeitet ehrenamtlich. Seine Rechte und Pflichten sind in einer Geschäftsordnung geregelt und auch in der Hauptsatzung der Hansestadt Rostock festgeschrieben.

Mitglieder:

- Heinz Käkenmeister
- Erika Drecoll
- Ellen Lange
- Herbert Würzner
- Günter Taufmann
- Irmtraud Thomsen
- Marlies Bergmann
- Heidrun Menter
- Margarete Neumann
- Rudolf Pfau
- Waltraud Bublak
- Bärbel Krause
- Helga Richter
- Dr. Adelheid Pevestorf

Das Anliegen des Seniorenbeirates besteht darin:

- die Interessen und Belange der Seniorinnen und Senioren der Hansestadt Rostock zu vertreten
- die politischen Gremien besonders in Hinblick auf die demografische Entwicklung der Gesellschaft für seniorenrelevante Belange zu sensibilisieren, um nachhaltiges und zukunftsorientiertes Handeln zu ermöglichen.
- in Zusammenarbeit mit den politischen Gremien der Bürgerschaft und den Ämtern der Stadtverwaltung die stärkere Einbeziehung der älteren Bürgerinnen und Bürger in Entscheidungen, die sie selbst betreffen, einzufordern.

Die Aufgaben des Seniorenbeirates:

- Ansprechpartner für die Seniorinnen und Senioren der Hansestadt Rostock zu sein
- die Bürgerschaft mit ihren Ausschüssen zu beraten und Empfehlungen einzubringen, die zur Verbesserung der Lebenssituation von Seniorinnen und Senioren beitragen
- Öffentlichkeitsarbeit für die Seniorinnen und Senioren zu leisten
- Einsatz für die rechtliche Stellung von Seniorenbeiräten.

Der Seniorenbeirat wählt aus seinen Reihen einen Sprecherrat, der aus vier Mitgliedern besteht.

Weiterhin bildet der Seniorenbeirat aus seinen Reihen folgende Arbeitsgruppen:

- Bildung, Kultur und Sport
- Gesundheit, Soziales und Wohnen im Alter
- Ordnung, Sicherheit, Umwelt und Verkehr.

Die Arbeitsgruppen werden durch weitere Seniorinnen und Senioren, die Interesse an einer Mitarbeit haben, unterstützt.

Zur Sicherung der Arbeitsfähigkeit des Seniorenbeirates ist im Haushalt der Stadtverwaltung ein Titel eingestellt.

Zur Wahrnehmung seiner Aufgaben wird der Seniorenbeirat durch ein Seniorenbüro unterstützt. Es koordiniert die Zusammenarbeit mit den Ausschüssen der Bürgerschaft, mit den Ämtern der Stadt, mit den Vereinen und Verbänden und bereitet Tagungen des Seniorenbeirates vor.

Kontakt:

Der Seniorenbeirat ist zu erreichen über das Seniorenbüro

St.-Georg-Straße 109
Haus II, Zimmer 0.25
18055 Rostock
Telefon: 0381 381-5022
E-Mail: seniorenbeirat@rostock.de

Sprechzeiten:

Dienstag	09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag	13.00 – 15.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Sie erreichen uns mit den Straßenbahnlinien 4, 5 und 6 (Haltestelle Leibnizplatz).

Arbeitsgruppe

Bildung, Kultur und Sport

Mitglieder:

- Günter Taufmann
- Heidrun Menter
- Walter Schindelarz
- Helga Richter
- Karin Cziwerny
- Jutta Leipner
- Dr. Hans Austel
- Herbert Raupach
- Adelia Engel

Arbeitsschwerpunkte:

Im Rahmen der Arbeit des Seniorenbeirates nimmt die Arbeitsgruppe folgende Aufgaben eigenständig wahr:

- Mitarbeit und Beratung in den Fachausschüssen der Bürgerschaft – Schule und Sport sowie Kultur zu seniorenrelevanten Themen

- Informationen, Besichtigungen, Gespräche über Angebote für Seniorinnen und Senioren in Rostock in folgenden Institutionen und Einrichtungen: Hochschule für Musik und Theater, Volkshochschule, Seniorenakademie, Theater der Stadt, Sportstätten der DKB-Arena, Rostocker Sportvereine, Stadtsportbund und Stadtteil- und Begegnungsstätten

- Mitwirkung bei zentralen Kultur- und

Sportveranstaltungen, z.B. Senioren- und Gesundheitstage in Rostock, Seniorensportfeste, der IGA-Park als Bildungsort, aktive Teilnahme beim Seniorentanz und in Senioren-Chören

- Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements zur Verbesserung der Rahmenbedingungen für das Ehrenamt

- Entwicklung einer neuen Kultur der Anerkennung und Wertschätzung des geleisteten bürgerschaftlichen Engagements

- Vermeidung von Altersdiskriminierung und sozialer Ungerechtigkeiten.

Bei uns werden Sie
gut beraten.

Arbeitsgruppe

Ordnung, Sicherheit, Umwelt und Verkehr

Mitglieder:

- Marlies Bergmann
- Rudolf Pfau
- Brigitte Schindelarz
- Gerhard Pehn
- Werner Bastian

Arbeitsschwerpunkte:

Im Rahmen der Arbeit des Seniorenbeirates nimmt die Arbeitsgruppe folgende Aufgaben eigenständig wahr:

- Mitarbeit und Beratung in den Fachausschüssen der Bürgerschaft zu seniorenrelevanten Themen und zwar im:

  Bau- und Planungsausschuss, Ausschuss für Stadt- und Regionalentwicklung, Umwelt und Ordnung.

Aktivitäten:

- Einflussnahme auf die Gestaltung einer seniorenfreundlichen Stadt

- Mitwirkung bei der Verkehrssicherheit durch Kontrolle öffentlicher Straßen, Plätze und Gebäude auf Barrierefreiheit

- Vermittlung von Hinweisen der Rostocker Polizei zum Thema: „Sicherer Herbst – Schutz Älterer vor Kriminalität“

BERGMANN REHA-SERVICE

HILFSMITTEL FÜR SENIOREN UND BEHINDERTE

BERATUNG · VERKAUF · REPARATUR · VERLEIH

Libellenweg 6 (neben IKEA)
18069 Rostock
info@bergmann-reha.de

Telefon 0381-7688600
Telefax 0381-7688604
www.bergmann-reha.de

Die Johanniter in Rostock: Immer für Sie da!
Hausnotruf · Pflege · Behindertenfahrdienst

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Ortsverband Rostock
Eikbomweg 32 b, 18069 Rostock
0381 890313-0

www.johanniter.de

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Genießen Sie Ihren Lebensabend bei Neptun !

Betreutes Wohnen (mit Hausnotruf und optionalen Pflegeleistungen): Sie behalten Ihre eigene Wohnung und genießen darin Sicherheit und Betreuung innerhalb unseres gesamten Wohnungsbestandes in allen Stadtteilen.

Ambulant Betreute Wohngruppen
(Storchenwiese Rethwisch oder Helsinkier Str. 38):
Sie leben innerhalb kleiner Wohngruppen - jedoch in Ihren eigenen vier Wänden. Das Therapie- und Pflegepersonalteam betreut Sie rund um die Uhr. Senioren- und behindertengerechte Ausstattungen wie Treppenlift, barrierefreie Aufzüge und Notruf schaffen Erleichterung, wenn es nicht mehr ohne Hilfe geht...

Haben Sie Fragen dazu oder wünschen eine Beratung?
Rufen Sie uns an. Wir sind gern für Sie da!

Informations-Hotline 0381/ 24 20 222

ZUHAUSE-SEIN HAT EINEN GUTEN NAMEN

Baugenossenschaft Neptun e.G.
Goethestr. 3 · 18055 Rostock · www.bg-neptun.de

PFLEGE-IN-ROSTOCK.de

Häusliche Alten- und Krankenpflege
Schwester Marion Schulz
examinierte Krankenschwester, Pflegefachkraft, Pflegeberater
Wiener Platz 11 • 18069 Rostock
Telefon (0381) 1 21 21 20

24 h für Sie im Einsatz – alle Stadtteile Rostocks
Sprechzeiten: Montag–Freitag 08.00–14.00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung

Erfahrung in allen Lebenslagen

mediaprint infoverlag gmbh
www.alles-deutschland.de

Arbeitsgruppe

Gesundheit, Soziales und Wohnen im Alter

Mitglieder:
- Irmtraud Thomsen
- Margarate Neumann
- Bärbel Krause
- Waltraud Bublak
- Doris Werner
- Rita Bohk
- Iris Tschischke
- Dr. Adelheid Pevestorf
- Klaus Reif

Arbeitsschwerpunkte:

Das Aufgabenprofil dieser Arbeitsgruppe bezieht sich auf die im Programm „Älter werden in Rostock“ festgeschriebenen Handlungsfelder. In enger Verknüpfung mit der Arbeit des Sozial- und Gesundheitsausschusses der Bürgerschaft setzt sich die Arbeitsgruppe für die

- gesundheitspolitischen
- gesundheitlichen und
- sozialen Belange

von Seniorinnen und Senioren, insbesondere zu Fragen wie

- Armut im Alter
- Pflege
- Wohnen im Alter
- Prävention u.ä. ein.

„Initiative Oma- und Opa-Patenschaften“

Um den Kontakt zwischen Jung und Alt zu fördern und im Berufsleben stehende Mütter und Väter zu unterstützen, hat die AG diese Initiative ins Leben gerufen.

Universität Rostock

Traditio et Innovatio

Universitätsmedizin Rostock

Stark für alle Generationen

Spitzenmedizin am Universitätsklinikum Rostock.

Jede Erkrankung ist mit Sorgen und Ängsten verbunden. Wir wissen das und möchten deshalb helfen: Nicht nur durch medizinische Behandlung, sondern auch durch Information. Je mehr Sie über Ihre Krankheit wissen, desto eher können Sie mit ihr umgehen. Einige Beschwerden treten vorwiegend im fortgeschrittenen Alter auf. Unsere Experten sind darauf vorbereitet, Ihre Fragen im Rahmen ihrer Spezialsprechstunden zu beantworten:

- Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde (u. a. Starerkrankungen und Netzhauterkrankungen)
- Orthopädische Klinik und Poliklinik (u. a. Arthrose)
- Klinik und Poliklinik für Urologie
- Poliklinik für Zahnärztliche Prothetik und Werkstoffkunde
- Abteilung für Endokrinologie und Stoffwechselkrankheiten (u. a. Diabetes und Osteoporose)
- Universitäres Herzzentrum
- Zentrum für Nervenheilkunde (u. a. Gedächtnissprechstunde)

Informationen zu Zeit und Ort erhalten Sie in der jeweiligen Klinik oder über die Zentrale.

Universitätsklinikum Rostock AöR
Schillingallee 35
18057 Rostock
Telefon: 0381 494-0
www.med.uni-rostock.de

Infobörse für bürgerschaftliches Engagement in Rostock –

kurz „Ehrenamtsbörse Rostock“

Seit dem 1. September 2008 gibt es in den Räumen des Seniorenbüros der Hansestadt Rostock ein neues Angebot. Vier seniorTrainer/innen (Dietrich Leymannek, Dr. Marga Vogt, Günter Vogt und Heidemarie Bonke) haben ein Projekt zur Vermittlung von Menschen entwickelt, die ehrenamtlich tätig werden wollen.

Strukturell ist die „Informationsbörse zum bürgerschaftlichen Engagement älterer Menschen“ dem Schwerpunkt „Älter werden in Rostock“ im Rahmen des Gesunde-Städte-Projekts angegliedert worden. Getragen wird die Informationsbörse durch das Amt für Jugend und Soziales und das Gesundheitsamt in enger Kooperation mit dem Seniorenbeirat der Hansestadt Rostock.

Ziel des Projektes ist die Förderung bürgerschaftlichen Engagements in unserer Stadt zum einen, aber auch zu einer erhöhten Wertschätzung ehrenamtlichen Engagements beizutragen.

Suchen Sie engagierte Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler oder wollen Sie Ehrenamtsarbeit leisten, dann sind Sie hier richtig!

Unser Angebot:

- Information zu ehrenamtlichen Tätigkeiten
- individuelle Beratung und Recherche nach einer interessanten Tätigkeit
- Unterstützung von gemeinnützigen Einrichtungen bei der Suche geeigneter Bewerber/innen
- Kontaktvermittlung

Unseren Schwerpunkt legen wir natürlich auf Ihre PERSÖNLICHE BERATUNG!

Vereinbaren Sie am besten einen Termin mit uns! Wir freuen uns auf Ihren Kontakt!

Team Ehrenamtsbörse
Seniorenbüro der Hansestadt Rostock
Haus II, Zimmer 0.25
St.-Georg-Straße 109, 18055 Rostock
Telefon: 0381 381-5022

Unsere Sprechzeiten im Büro:
Dienstag und Donnerstag
13.00 – 15.00 Uhr

Sie erreichen uns mit den Straßenbahnlinien 4, 5, 6 (Haltestelle Leibnizplatz).

Ortsämter –

Adressen, Öffnungszeiten und Leistungen

Ortsamt Nordwest 1
A.-Tischbein-Straße 48 (Klenow Tor),
18109 Rostock
Telefon: 0381 381-2864, -2862
Fax: 381-2870
E-Mail: ortsamtnw1@rostock.de

Ortsamt Nordwest 2
Warnowallee 30, 18107 Rostock
Telefon: 0381 381-3101, -3102
Fax: 381-3120
E-Mail: ortsamtnw2@rostock.de

Ortsamt West
Goerdelerstraße 53, 18069 Rostock
Telefon: 0381 381-2800, -2801
Fax: 381-2640
E-Mail: ortsamtwest@rostock.de

Ortsamt Mitte
Neuer Markt 3, 18055 Rostock
Telefon: 0381 381-2230, -2243
Fax: 381-2605
E-Mail: ortsamtmitte@rostock.de

Ortsamt Ost
J.-Nehru-Straße 33, 18147 Rostock
Telefon: 0381 381-5200, -5201
Fax: 381-5219
E-Mail: ortsamtost@rostock.de

Öffnungszeiten:

Montag	09.00 – 12.00 Uhr
Dienstag	09.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 17.30 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	09.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 16.00 Uhr
Freitag	09.00 – 12.00 Uhr

Die Hansestadt Rostock bietet Ihnen in den Ortsämtern folgende Dienstleistungen an:

- Adressenänderung im Fahrzeugschein bei Wohnungswechsel innerhalb der Stadt
- Amtliche Beglaubigungen von Abschriften, Zeugnissen und Unterschriften von Schriftstücken von bzw. für Behörden

- Anmeldungen, Abmeldungen und Ummeldungen bei Wohnungswechsel
- Ausgabe von gelben Säcken
- Ausgabe von GEZ-Formularen
- Ausgabe von Untersuchungsberechtigungsscheinen an Jugendliche unter 18 Jahren
- Auskunft aus dem Gewerbezentralregister
- Auskünfte zur Vereins-, Kultur- und Sozialarbeit im Ortsamtsbereich
- Beantragung und Ausgabe von Bewohnerparkausweisen (nur in den Ortsämtern Mitte in Stadtmitte und Nordwest 1 in Groß Klein)
- Bescheinigung und Auskünfte aus dem Melderegister
- Bürgerberatung: Grundlegende Informationen über Zuständigkeiten innerhalb der städtischen Verwaltung, allgemeine Auskünfte zur Stadt, Ausgabe von Informationsmaterial, Entgegennahme und Weiterleitung von Hinweisen, Beschwerden und Anregungen
- Ehrung von Alters- und Ehejubilaren
- Einsichtnahme in Bebauungspläne
- Entgegennahme von Anregungen und Beschwerden
- Entgegennahme von Fundsachen
- Führungszeugnisse
- Hundeanmeldung, Hundeabmeldung, Verkauf von Hundesteuer-Ersatzmarken
- Kontaktherstellung zu den zuständigen Schiedsstellen
- Kontaktvermittlung zu den Ortsbeiräten
- Öffentliche Bekanntmachungen durch Aushänge
- Öffentliche Auslegung von Plänen
- Pass- und Ausweisangelegenheiten (Reisepässe, Personalausweise, Kinderreisepässe und vorläufige Dokumente)
- Verkauf von Angelberechtigungen für die Unterwarnow

Alle Angelegenheiten können Sie, unabhängig vom Wohnsitz, in den fünf Ortsämtern erledigen.

Stadtteil- und Begegnungszentren/ Seniorenbegegnungsstätten

Stadtteil- und Begegnungszentren

Der demografische Wandel und die sich daraus ergebenden verändernden Lebens- und Arbeitsbedingungen bringen auch für die Hansestadt Rostock große gesellschaftliche Herausforderungen mit sich. Familienstrukturen verändern sich u. a. durch räumliche Trennung, Singlehaushalte nehmen zu, sozialer Zusammenhalt geht oft verloren.

Mit der Umsetzung des Rahmenkonzeptes für die Arbeit von Stadtteil- und Begegnungszentren will die Hansestadt Rostock dem entgegentreten. Seit dem Jahr 2003 wurden deshalb neun Stadtteil- und Begegnungszentren eingerichtet.

Ziel dieser Zentren ist es, unsere Stadt für junge wie für alte Menschen gleichermaßen lebenswert zu gestalten und so den Generationendialog und den Generationenzusammenhalt zu fördern. Vielen Menschen, gleich welchen Alters, mit oder ohne körperliche Einschränkungen, gleich welchen Geschlechts, welcher Nationalität und welcher Weltanschauung soll in ihren Stadtteil- und Begegnungszentren die Möglichkeit zur Kommunikation und zum Erfahrungsaustausch gegeben werden. Ebenso soll zu eigenen Aktivitäten angeregt werden.

Ältere Menschen wollen ihr Leben und ihr Lebensumfeld mit gestalten und ihre lebenslangen Erfahrungen und ihr Wissen für die Allgemeinheit einsetzen. Sie sind ebenso wie jüngere Menschen bereit, freiwillig ehrenamtliche Aufgaben und Verantwortung zu übernehmen. Ausgehend von dieser Grundannahme, ist die Arbeit in den Stadtteil- und Begegnungszentren geprägt von freiwilligem Engagement und Hilfe zur Selbsthilfe. Die Einrichtungen bieten ein umfassendes Spektrum von Angeboten zur Förderung von Interessen z. B. in den Bereichen Bildung, Kultur und Sport, unterschiedlichen Veranstaltungen, Familienfeiern usw. Es sind also Freiräume für viele eigene Aktivitäten geschaffen, die den jeweiligen Interessen und Bedürfnissen entsprechen.

Die Hansestadt unterstützt die Vereine und Verbände, die sich in den Stadtteil- und Begegnungszentren engagieren, finanziell.

Stadtteil- und Begegnungszentren haben einen hohen Stellenwert für den sozialen Zusammenhalt der Einwohnerinnen und Einwohner und sind eine Bereicherung der jeweiligen Stadtteile und tragen darüber hinaus zum gesellschaftlichen Zusammenhalt insgesamt bei.

Den Stadtteil- und Begegnungszentren wird aufgrund ihrer sozialpolitischen Bedeutung im Haushalt der Hansestadt ein entsprechender Stellenwert beigemessen.

Seniorenbegegnungsstätten

Die Seniorenbegegnungsstätten fördern die sozialen Beziehungen vieler älterer Menschen, knüpfen bei Interessen und Fähigkeiten an und fördern die Auseinandersetzung mit der Umwelt. Sie tragen zu Erhöhung der Lebensqualität bei. Die Angebote sollen Engagement ermöglichen, das Erfahrungs- und Leistungspotenzial der älteren Generation nutzen, ihre Bildungsbereitschaft und -fähigkeiten anerkennen und ihr physisches und psychisches Wohlergehen fördern.

Die Begegnungsstätten sind über die ganze Stadt Rostock verteilt.

Stadtteil- und Begegnungszentren

Stadtteil Dierkow:
Volkssolidarität Kreisverband Rostock-Stadt e.V.
Stadteil- und Begegnungszentrum (SBZ) Dierkow
Herr Ohm
Lorenzstraße 66, 18146 Rostock
Telefon: 0381 6665271
E-Mail: steffen.Ohm@volkssolidaritaet.de

Stadtteil Evershagen:
Institut Lernen & Leben e.V.
Stadtteil- und Begegnungszentrum (SBZ) Evershagen
Frau Dannel-Klein
Maxim-Gorki-Straße 52, 18106 Rostock
Telefon: 0381 7680564
E-Mail: mghevershagen@illev.de

Stadtteil Groß Klein:
AWO Sozialdienst Rostock gemeinnützige GmbH
Stadtteil- und Begegnungszentrum Groß Klein „Börgerhus“
Herr Müller
Gerüstbauerring 28, 18109 Rostock
Telefon: 0381 1217355
E-Mail: boergerhus@awo-rostock.de

Stadtteil Lichtenhagen:
Kolping Initiative M-V gGmbH – Stadtteil- und Begegnungszentrum (SBZ) Lichtenhagen
Rainer Fabian
Mecklenburger Allee 16 (Bauphase),
Eutiner Straße 20 (nach der Bauphase),
18109 Rostock
Telefon: 0381 717238
Fax: 7699488
E-Mail: kolping-lichtenhagen@gmx.de

Stadtteil Lütten Klein:
Mehrgenerationenhaus (MGH)
Rostock Lütten Klein
IN VIA Rostock e.V.
Frau Teuber
Danziger Straße 45 d, 18107 Rostock
Telefon: 0381 77880314
Fax: 0381 77880313
E-Mail: teuber@invia-rostock.de

Stadtteil Reutershagen:
Rostocker Freizeitzentrum (RFZ) e.V.
Herr Lüttgerding
Kuphalstraße 77, 18069 Rostock
Telefon: 0381 8903040
Fax: 8903044
E-Mail: leitung@rfz-online.de

Stadtteil Schmarl:
ASB
Gemeinnützige Gesellschaft für Kinder- und Jugendhilfe des ASB mbH
Kinder-, Jugend- und Familienzentrum (KJFZ) „Haus 12“
Frau Eisele
Am Schmaler Bach 1, 18106 Rostock
Telefon: 0381 1202549
E-Mail: sbz-haus12@asb-kjh.de

Stadtteil Südstadt/Biestow:
Stadtteil- und Begegnungszentrum (SBZ) Südstadt/Biestow gGmbH
Dagmar Dinse
Tychsenstraße 9 b, 18059 Rostock
Telefon: 0381 6370341
E-Mail: sbz.rostock@gmail.com

Stadtteil Toitenwinkel:
DRK Kreisverband Rostock e.V.
Stadtteil- und Begegnungszentrum (SBZ)/Mehrgenerationenhaus (MGH) Toitenwinkel
Frau Lorenz
Zum Lebensbaum 16, 18147 Rostock
Telefon: 0381 63729785
E-Mail: c.lorenz@drk-rostock.de

Seniorenbegegnungsstätten

Stadtteil Biestow:
Volkssolidarität Kreisverband Rostock e.V.
Ährenkamp 4, 18059 Rostock

Stadtteil Brinckmansdorf:
ASB Kreisverband Rostock e.V.
Jan-Maat-Weg 26, 18055 Rostock

Stadtteil Evershagen:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Maxim-Gorki-Str. 12, 18106 Rostock

Stadtteil Gehlsdorf:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Fährstraße 8 b, 18147 Rostock

Stadtteil Groß Klein:
AWO Sozialdienst Rostock gemeinnützige GbmH
Stadtteil- und Begegnungszentrum Groß Klein
Seniorengruppe Börgerhus
Gerüstbauerring 28, 18109 Rostock

Stadtteil Hansaviertel:
Volkssolidarität Kreisverband Rostock e.V.
Bremer Straße 24, 18057 Rostock

Stadtteil Lichtenhagen:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Mecklenburger Allee 13, 18109 Rostock

Stadtteil Lütten Klein:
Rostocker Stadtmission e.V.
Helsinkier Straße 40, 18107 Rostock

Stadtteil Markgrafenheide:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Albin-Köbis-Straße 11, 18146 Rostock

Stadtteil Reutershagen:
Volkssolidarität Kreisverband Rostock e.V.
Etkar-Andé-Straße 53 a, 18069 Rostock

Stadtteil Schmarl:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Roald-Amundsen-Straße 24,
18106 Rostock

Stadtteil Südstadt:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Südring 28 b, 18059 Rostock

Stadtteil Warnemünde:
AWO Kreisverband Rostock e.V.
Fritz-Reuter-Straße 39, 18119 Rostock

Soziale Angelegenheiten

Die Hansestadt Rostock garantiert älteren Bürgerinnen und Bürgern ihren gesetzlichen Anspruch:

nach dem Sozialgesetzbuch XII:

- Hilfe zum Lebensunterhalt (Sozialhilfe-Regelsatz, Unterkunfts- und Heizkosten, Krankenversicherungs- und Pflegeversicherungs-Beiträge, Mehrbedarf, einmalige Beihilfen)
- Grundsicherung im Alter (Leistungen wie Hilfe zum Lebensunterhalt für alle, die 65 Jahre und älter sind) Übrigens: Unterhaltspflichtige Kinder werden nur selten zum Elternunterhalt herangezogen, bekommen die Eltern Grundsicherung, müssen die Kinder nur dann zahlen, wenn sie mehr als 100.000 EUR jährliches Gesamteinkommen haben.
- Hilfe zur Pflege, Sozialhilfe kann auch in anderen Situationen gewährt werden, z. B. bei Pflegebedürftigkeit in der Häuslichkeit, in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung oder in einer Pflegeeinrichtung.
- Hilfe in anderen Lebenslagen (Weiterführung des Haushaltes, Altenhilfe, Blindenhilfe)

nach dem Asylbewerberleistungsgesetz

nach dem Bundesversorgungsgesetz
(Kriegsopferfürsorge – Renten, Beihilfen für Heilbehandlungen etc.)

nach dem Wohngeldgesetz
(Gewährung von Wohngeld als Miet- oder Lastenzuschuss)

und weitere Leistungen
(Rostocker Seniorenbeirat, Versicherungsamt, Entgeltverhandlungen, Vereins- und Trägerförderung, Obdachlosenunterbringung)

Diese Leistungen für ältere Menschen können im Amt für Jugend und Soziales, in den jeweiligen Regionalbüros beantragt werden.

Amt für Jugend und Soziales
Regionalbüro Nordwest
Winfried Schulz, Raum 313
H.-Fallada-Straße 1, 18069 Rostock
Telefon: 0381 381-6912
Fax: 381-6835

Amt für Jugend und Soziales
Regionalbüro Mitte
Dörte Milles-Bunjevac, Haus II, Raum 2.22
St.-Georg-Straße 109, 18055 Rostock
Telefon: 0381 381-2546
Fax: 381-3506

Amt für Jugend und Soziales
Regionalbüro Nordost
Ilona Eckardt, Raum 200
J.-Nehru-Straße 33, 18147 Rostock
Telefon: 0381 381-5250
Fax: 381-5241

Amt für Jugend und Soziales
Regionalbüro Nord
Bernhard Stuwe, Raum 28 (Klenow Tor)
A.-Tischbein-Straße 48, 18109 Rostock
Telefon: 0381 381-2540
Fax: 381-2570

Rundfunkgebührenbefreiung

Grundlegende Änderungen haben sich bei der Befreiung von Rundfunkgebühren ergeben:

- Eine mögliche Befreiung wird nicht mehr vom Amt Jugend und Soziales erteilt, diese wird nur noch direkt von der Gebühreneinzugszentrale GEZ zuerkannt. Entsprechende Antragsformulare können jedoch vom Amt für Jugend und Soziales ausgereicht werden. Die Formulare können aber auch kostenlos im Internet unter www.gez.de heruntergeladen werden.
- Eine Befreiung von Rundfunkgebühren wegen zu geringem Einkommen gibt es nicht mehr.
- Eine Befreiung ist nur noch möglich, wenn man bestimmte Leistungen bezieht wie:
  – Grundsicherung nach SGB XII
  – Arbeitslosengeld II nach dem SGB II
  – BAföG
  – mit einem Schwerbehindertenausweis versehen mit dem Merkzeichen RF.

Selbsthilfekontaktstelle Rostock

Die Selbsthilfekontaktstelle

- informiert persönlich oder telefonisch, an Informationsständen, auf Messen und Aktionstagen, im Internet, mit Broschüren und Faltblättern über Selbsthilfegruppen in und um Rostock
- ermöglicht und fördert die Zusammenarbeit der Selbsthilfegruppen und -vereine untereinander
- berät und unterstützt Selbsthilfegruppen bei ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit
- organisiert Weiterbildungsmöglichkeiten für Gruppenmitglieder.

Die Selbsthilfekontaktstelle Rostock ist Mitglied der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen Mecklenburg-Vorpommern.

Selbsthilfegruppen

In Selbsthilfegruppen treffen sich freiwillig und zwanglos Menschen, die ein gemeinsames Problem haben oder sich in einer ähnlichen Lage befinden.
Sie kommen regelmäßig zusammen, um sich:

- auszusprechen
- gemeinsame Wege der Problembewältigung zu finden
- Informationen und Erfahrungen auszutauschen
- ihre Isolation zu überwinden
- gemeinsame Vorhaben zu planen und durchzuführen

Selbsthilfegruppen arbeiten:

- partnerschaftlich
- gleichberechtigt
- selbstverantwortlich

Alles, was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe!

Im Raum Rostock gibt es Selbsthilfegruppen und -vereine zu folgenden Schwerpunkten:

Frauen/Senioren
z.B. Club 60-Plus im ALV
– Gemeinschaft Rostocker Jahresringe

Besondere Lebenslagen
z.B. Angehörigengruppe Demenz „Noch eine schöne gemeinsame Zeit“
– Angehörige von Demenzkranken
– Ganzheitliche Lebenshilfe
– Trauerhilfe

Behinderung
z.B. Blinden- und Sehbehindertenverein M-V e.V.

Chronische Erkrankungen
z.B. Lichtblicke trotz Übergewicht
– Selbsthilfegruppe für konservative und operative Adipositastherapie
– Adipositas-Selbsthilfegruppe am Klinikum Süd
– Schlaganfall und Aphasie Reutershagen
– Schlaganfall und Aphasie Evershagen
– Schlaganfall und Aphasie Lütten Klein
– Asthma und Allergie
– Blutgerinnung Rostock
– Chronisch entzündliche Darmerkrankungen
– Diabetiker Rostock e.V.
– Dialyse
– Epilepsie
– Guillain-Barrè-Syndrom
– Hepatitis-C
– Hirntumor-Selbsthilfegruppe
– „+Pol“ – HIV-Infizierte, Aidskranke und Angehörige
– Huntington-Selbsthilfe Norddeutschland
– Koronare Herzgruppe
– Frauen mit und nach Krebs des SFK
– Frauenselbsthilfe nach Krebs Landesverband M-V e.V.
– Kehlkopflose
– Frauen nach Krebs CUK
– Lungenkrebs
– Lupus Erythematodes
– Kontaktkreis Leukämie
– Morbus Bechterew
– Multiple Sklerose (2 Gruppen)

– Deutsche Myasthenie-Gesellschaft e.V.
– Neurodermitis
– Osteoporose
– Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V.
– Polio und Spätfolgen
– Parkinson (3 Gruppen)
– Prostatakrebs
– Restless legs
– Rheumakranke Lütten Klein
– Rheumakranke Südstadt
– Rheumakranke Nordwest
– Rheumakranke Warnemünde
– Deutsche Sarkoidose Vereinigung e.V.
– Schlafapnoe
– Schmerz-Auswege
– Skoliose Bundesverband Selbsthilfe in M-V
– Stoma
– Tourette
– Zöliakie

Elterngruppen

Seelische Gesundheit
z.B. Gegen die Angst
– Angst und Depression
– „Grüner Ring“
– Angehörige und Freunde psychisch Kranker
– Anonyme Messies
– Montagsgruppe
– Burnout-Selbsthilfegruppe
– Zukunft
– Psychose
– AED – Auswege aus Erektiler Dysfunktion

Abhängigkeit
– Anonyme Alkoholiker
– Angeleitete Selbsthilfegruppe für Eltern/Angehörige von Patient(inn)en mit Essstörungen
– Angeleitete Selbsthilfegruppe für Essstörungen – Evangelische Suchtberatung
– Selbsthilfegruppe für Betroffene von Alkohol – Evangelische Suchtberatung
– Abhängigkeit – Caritas

– Trockendock e.V.
  (11 Selbsthilfegruppen)
– Die Ehemaligen Volkssolidarität
– Montagsgruppe Volkssolidarität
– Mittwochsgruppe Volkssolidarität
– Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
– Spieler EX-Change
– Blaues Kreuz – Ortsverein Rostock

Sprechzeiten:
Montag – Donnerstag
9.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch
14.00 – 16.30 Uhr

und nach Vereinbarung

Kontakt:
Selbsthilfekontaktstelle Rostock
Goerdelerstraße 50 (Reuterpassage),
18069 Rostock
Telefon/Fax: 0381 4904925
E-Mail: info@selbsthilfe-rostock.de
www.selbsthilfe-mv.de

Rostocker Seniorenakademie (RSA)

Die Rostocker Seniorenakademie – hervorgegangen aus dem 1994 gegründeten Seniorenkolleg an der Universität Rostock – bietet semesterweise ein Bildungsprogramm für ältere Menschen an.

Interessentinnen und Interessenten haben folgende Möglichkeiten der Teilnahme:

1. Teilnahme am STUDIUM GENERALE

Das Studium generale beinhaltet Lehrveranstaltungen an der Universität Rostock, die für Studierende aller Fachrichtungen sowie Gasthörerinnen und Gasthörer kostenlos geöffnet sind. Welche Vorlesungen dazu gehören, kann man dem Vorlesungsverzeichnis der Universität und dem Programmheft der Seniorenakademie entnehmen.

2. Teilnahme am VORTRAGSPROGRAMM der Seniorenakademie

Es umfasst pro Semester 15 in sich abgeschlossene Einzelvorträge zu einem breit gefächerten Themenspektrum. Die Vorträge geben Einblicke in Forschung und Lehre an allen Fakultäten der Universität sowie in Probleme und Lösungskonzepte von Stadt und Region. Sie haben eine Orientierungsfunktion und regen an, sich tiefer mit bestimmten wissenschaftlichen Fragestellungen zu beschäftigen. Die Vortragsreihe wird nur als Gesamtpaket angeboten.

3. Teilnahme an KURSEN, SEMINAREN, ARBEITSKREISEN speziell für Seniorinnen und Senioren

Das wechselnde Angebot beinhaltet u. a. Fremdsprachenkurse, PC-Kurse, kognitives Training, Seminare zu künstlerisch-kulturellen, psychologischen, gerontologischen Inhalten. In den Arbeitskreisen (Wossidlo-Arbeitskreis und Arbeitskreis Internet) ist selbstständiges Arbeiten gefragt.

4. Teilnahme an EINZELVERANSTALTUNGEN
Die oben genannten wöchentlich bzw. 14-täglich stattfindenden Veranstaltungen werden ergänzt durch kulturelle und touristische Einzelveranstaltungen (Sonderführungen in Museen, Lesungen, thematische Exkursionen).

5. Projektarbeit
Die Rostocker Seniorenakademie ist örtliche Anlaufstelle im Rahmen des Landesprogramms „Weiterbildung älterer Menschen für bürgerschaftliches Engagement in M-V als seniorTrainer/in“, das vom Ministerium für Gesundheit und Soziales M-V gefördert wird.

Zulassungsvoraussetzungen und Einschreibung

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (ca. ab 50 Jahre) bestehen keine formellen Zulassungsbedingungen. Interessierte können sich für bestimmte Veranstaltungen eines Semesters einschreiben. Notwendig sind die Anmeldung vor Semesterbeginn und die Entrichtung des Teilnehmerentgelts (ab 31 EUR). Die Sommer- und Wintersemester orientieren sich an der Vorlesungszeit der Universität und umfassen 15 Wochen.

Kontakt
Universität Rostock
Rostocker Seniorenakademie
Parkstraße 6, 18057 Rostock
Tel. 0381 4985661
E-Mail: seniorenakademie@uni-rostock.de
www.rsa.uni-rostock.de

Seniorentanz

In fast allen Rostocker Stadtteilen treffen sich Senioren in geselliger Runde zum Tanz, um gleichsam spielerisch mit viel Freude Koordinationsfähigkeit sowie Herz- und Kreislaufsystem zu trainieren.

Da immer neue Tänze mit anderen Schrittkombinationen geübt werden, stärken wir auch unser Konzentrationsvermögen – also: Gedächtnistraining gratis.

Wir tanzen internationale Folklore-, Standardtänze in geselliger Form, Squares, Rounds und Kontratänze.

Jeder tanzt mit jedem – dadurch haben wir auch guten Zusammenhalt in den Gruppen. Geselligkeit und Frohsinn sind ganz groß geschrieben.

Es ist erwiesen, dass der Tanz die beste Medizin ist gegen beginnende Altersdemenz und Altersdepression.

Die Gruppen werden geleitet von eigens vom Bundesverband Seniorentanz ausgebildeten Tanzleiterinnen.

Ansprechpartnerin:
Roswitha Mehls
Breitscheidstraße 10 b
18225 Kühlungsborn
Telefon: 038293 12621

Seniorensport

Bewegungs- und Sportaktivitäten sind bedeutsam für die Erhaltung bzw. Verbesserung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit, für soziale Geborgenheit und allgemeines Wohlbefinden.

Dies gilt auch für ältere Menschen, die aus dem Arbeitsprozess ausgeschieden sind und sich in der nachberuflichen Lebensphase befinden.

Viele Rostocker Sportvereine stellen sich dieser Aufgabe und halten zahlreiche seniorensportliche Angebote bereit.

Beim Üben in den Trainingsgruppen stehen vor allem gesundheitssportliche Maßnahmen im Vordergrund. Vereinsübergreifend bietet die Arbeitsgruppe Seniorensport des Stadtsportbundes Rostock sportliche Maßnahmen und Veranstaltungen wie Badespaß, Kegeln, Wandern, Volleyball, Hallensportfest, Seniorenball. Mehr als 1.000 Rostocker Seniorensportler vertreten uns regelmäßig zu den Seniorensportspielen des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Ansprechpartner/in:
Herr Dr. Bothe, Vereinsberater
Frau Griem, Projektleiterin Seniorensport

Stadtsportbund Rostock
Warnowallee 5, 18107 Rostock
Telefon: 0381 2019847
Fax: 0381 2019849
E-Mail: stadtsportbund-rostock@t-online.de
www.stadtsportbund-rostock.de

Den Lebensabend genießen, ohne aufs Geld achten zu müssen

Der Finanz-Check

1. In einem persönlichen Gespräch können Sie sich zunächst unverbindlich und trägerneutral in einem der Pflegestützpunkte oder in einer kommunalen Beratungsstelle informieren.
2. Für welche benötigten Hilfen brauche ich finanzielle Unterstützung, damit auch noch etwas zum Leben übrig bleibt? Sie sollten Ihre Ansprüche nicht verschenken, wenn Sie sich finanziell dabei auf längere Sicht verausgaben.
3. Rechtsansprüche klären und durchsetzen: Hierzu erhalten Sie einige Hinweise, um sich in den Rechtsgrundlagen orientieren zu können. Hinweise zur Antragstellung finden Sie ebenfalls in diesem Kapitel.

Den Lebensabend entspannt genießen

Kompetente, persönliche Beratung

- Vermögensoptimierung
- Sparen und Anlegen
- Online Banking
- Vorsorgevollmachten
- Pflegeversicherungen
- VR-BankRiester

Kennen Sie unser Gebührenfreies Girokonto?

... und natürlich die Veranstaltungen unserer VR-BankAKADEMIE

Infoline: 0381 - 49 67 222 • www.rostocker-vrbank.de

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Rostocker Volks- und Raiffeisenbank eG

Wir machen den Weg frei.

Spezielle Wohnformen für Senioren

Spezielle Wohnformen für Senioren

Wohnen, Hilfe und Pflege ist in vielen Kombinationen möglich. Nicht zuletzt die rechtlichen Änderungen zur Finanzierung pflegerischer Leistungen durch die Pflegeversicherung heben die bisherigen Grenzen zwischen eigenständigem Wohnen und der pflegerischen Rundumversorgung in einer stationären Einrichtung immer stärker auf. Für den immer seltener werdenden Fall, dass die vorhandene private Familien- oder Single-Wohnung für den jeweiligen Gesundheitszustand zu viele Hindernisse aufweist, gibt es alternativ zum Wechsel in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung Wohnangebote unter vollständiger Beibehaltung

Mit 50plus das Leben genießen

Viele Tipps rund ums Leben und Wohnen im Alter finden Senioren in der neuen Spezialausgabe unseres Kundenmagazins.
Bei der WIRO finden Sie Ihre passende Wohnung und Service gibt´s dazu. Das kostenlose Magazin ist in allen WIRO-KundenCentern und Nachbarschaftstreffs erhältlich.

Wohnen in Rostock
0381.4567-4567 • **WIRO**.de

Altenhilfe

ROSTOCKER STADTMISSION

„Suchet der Stadt Bestes“ Jeremia 29,7

Jakobi-Stift

Betreutes Wohnen, Pflegeheim

Feldstraße 56 - 57 | 18057 Rostock
Tel. 0381 4965270

Maria-Martha-Haus

Betreutes Wohnen, Pflegeheim, Tagespflege

Alter Markt 17 | 18055 Rostock
Tel. 0381 3779610

Diakoniezentrum Lütten Klein

Tagespflege, Begegnungsstätte

Helsinkier Str. 40 | 18107 Rostock
Tel. 0381 723046

Servicewohnen Elisabeth-Stift

Komfort und Sicherheit, bei Bedarf Vermittlung von Dienstleistungen

Arnold-Bernhard-Str. 3 - 4 | 18057 Rostock
Tel. 0381 2034670

Diakonie-Sozialstation Reutershagen

Grund- und Behandlungspflege, Assistenz, Hauswirtschaftliche Versorgung

Bernhard-Bästlein-Str. 6 | 18069 Rostock
Tel. 0381 82489

Angebote und Service nach Ihren persönlichen Bedürfnissen.

„In Würde alt werden und leben wünscht sich jeder Mensch“

Diakonieverein des Kirchenkreises Rostock – Rostocker Stadtmission – e.V.
Bergstraße 10 | 18057 Rostock | Tel. 0381 461360 | E-Mail: info@rostocker-stadtmission.de | Internet: www.rostocker-stadtmission.de

Diakonie

der eigenständigen Lebensgestaltung, um den Ansprüchen auf individuelles und familienähnliches Wohnen trotz Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit gerecht zu werden.

Das sind neben den klassischen alten- und behindertengerechten Wohnungen die unterschiedlichsten Formen des „Wohnens + Service".

Zentraler Punkt beim **„Betreuten Wohnen"** ist die Tatsache, dass Sie zum Miet- oder Kaufvertrag einen gesonderten Betreuungsvertrag abschließen. Wahl- und Pflichtleistungen müssen dabei genau unterschieden werden und sollten im Vertrag gesondert festgelegt sein.

Betreutes Wohnen für 60+ bietet Ihnen als aktuell stark nachgefragte Wohnform ein Angebot von eigenständigen Mietwohnungen für ältere Paare und Einzelpersonen. Zum Mietvertrag schließen Sie einen Service- oder Betreuungs-Vertrag ab, der ein im Detail beschriebenes Service-Paket enthält. Dafür entrichten Sie eine Monatspauschale.

Entlastung im hauswirtschaftlichen Bereich bieten die traditionellen **Seniorenwohnungen,** die mit öffentlichen Fördermitteln für Menschen ab 60 Jahren mit niedrigem Einkommen „altersgerecht" gebaut wurden. Der Bezug der Wohnungen ist meist abhängig von einem Wohnberechtigungsschein.

Wohngemeinschaften sind nicht nur für Studenten attraktiv. In einer Senioren-WG bewahren Sie sich Ihre Unabhängigkeit und sind doch nie allein. Die gemeinsamen Tage mit den Mitbewohnern können bunt und abwechslungsreich gestaltet werden und erhellen so den Alltag. Und auch im Krankheitsfall können sich die WG-Mitglieder gegenseitig helfen und stützen.

Was vor hundert Jahren noch gang und gäbe war, wird jetzt in der modernen Gesellschaft wiederentdeckt: Das **Mehrgenerationenwohnen.** Von einer solchen

Koppelweg 4
18107 Rostock
Telefon: 0381 / 776420
Telefax: 0381 / 7764222
E-Mail: info@seffner-umzuege.de
Internet: www.seffner-umzuege.de

Wohngemeinschaft können alle Beteiligten nur profitieren. So können Sie innerhalb des familienähnlichen Verbandes die Betreuung der Kinder übernehmen, wenn sich die berufstätigen Eltern gerade bei der Arbeit befinden oder anderweitig verhindert sind. Im Gegenzug fühlen sich viele Senioren in einer solchen Mehrgenerationen-WG besser in die Gesellschaft integriert und somit mitten im Leben.

Auch wenn sich viele Menschen bis ins hohe Alter einer guten Gesundheit erfreuen, kann es nach Stürzen oder chronischen Krankheiten auch vorkommen, dass Krankenpflege in einem Umfang notwendig wird, die Angehörige im Privathaushalt nicht bewältigen könnten.

Dann kommt der Umzug des Patienten in eine **stationäre Pflegeeinrichtung** in Betracht. Hier steht Ihnen in der Regel ein Appartement oder ein Ein- oder Zweibettzimmer mit Bad zur Verfügung. Zudem können Sie rund um die Uhr von qualifizierten Fachkräften versorgt und gepflegt werden.

Der Begriff der **Hausgemeinschaft** bezeichnet eine Wohn-/Pflegegruppe in einer vollstationären Einrichtung, die dem Leben in einer gewachsenen Familie am nächsten kommt. Dadurch können natürlich individuelle Wünsche stärker berücksichtigt werden, als das im großen Kreis einer stationären Pflegestation normalerweise möglich ist. Es entsteht zwischen Bewohnern und Pflegekräften ein ganz besonderes Beziehungsverhältnis und der Übergang von der eigenen Wohnung ins Pflegeheim wird Ihnen erleichtert. Gemeinschafts- und Einzelaktivitäten strukturieren den Tagesablauf, wirken vitalisierend und fördern das Zusammengehörigkeitsgefühl.

Eigene vier Wände –

VOLKS SOLIDARITÄT

Miteinander solidarisch – füreinander aktiv

Betreutes Wohnen – wohnen in Geborgenheit:

Seniorenresidenz „Ährenkamp“
Rostock-Biestow · Telefon: 0381 / 4010147
Seniorenresidenz „Am Vögenteich“
Rostock-City · Telefon: 0381 / 4997960
Seniorenresidenz „Haus Mühlenblick“
Warnemünde · Telefon 0381 / 5193335

Ambulante Pflege – pflegen in Geborgenheit:

Sozialstation „Ährenkamp 7“
18059 Rostock · Telefon: 0381 / 4010148
Sozialstation „Laakstraße 6“
18119 Rostock · Telefon: 0381 / 5192857

VOLKSSOLIDARITÄT Kreisverband Rostock-Stadt e.V.
Etkar-Andre-Straße 53a · 18069 Rostock
Telefon: 0381 / 801470 · Fax: 0381 / 8014730
E-Mail: rostock-stadt@volkssolidaritaet.de

viele helfende Hände!

Häusliche Krankenpflege
Avicenna Nord

• Liebevoll • Individuell • Vielseitig • Fachlich kompetent
Lichtenhäger Brink 12 · 18109 Rostock ☎ 2 52 72 46
мы говорим по-русски!

Bei uns sind Sie in guten Händen.

„Älter werden in der Hansestadt Rostock“ mit der

KRANKENPFLEGE WiTTE

... Ihr Partner in ganz Rostock

Servicewohnen

65 Wohnungen für ältere Bürger unserer Stadt mit:
» hauseigenem Seniorenclub
» vielen Serviceleistungen und
» Pflegedienst im Haus *(verkehrsgünstig am Hauptbahnhof Rostock)*

Pflegedienst

» Krankenpflegeleistungen *(Injektionen, Medikamentengabe, Verbände ...)*
» Hilfe bei der Pflegestufenbeantragung
» Pflege bei bestehender Pflegebedürftigkeit
» hauswirtschaftliche Leistungen *(Reinigung, Einkäufe, Wäschereinigung ...)*
» Pflegeberatung für Pflegegeldbezieher
» zusätzliche Betreuungsleistungen nach § 45 b SGB XI

Hauptbüro Stadtmitte **Konrad-Adenauer-Platz 1** **18055 Rostock** **Telefon: (0381) 2005505**
Stadtteilbüro **Trelleborger Straße 10 b** **18107 Rostock** **Telefon: (0381) 2074884**

www.krankenpflege-witte.de

Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt

Am liebsten Familienangehörige

Nichts prägt uns so nachhaltig im Leben wie die Familie. Daher ist die Pflege zuhause durch Angehörige und Menschen, die dem Patienten nahe stehen, natürlich wo immer es geht einer stationären Einrichtung vorzuziehen. Als Angehöriger haben Sie einen großen Vorteil gegenüber jeder professionellen Pflegekraft: Sie wissen um die Vorlieben, Neigungen und Gewohnheiten Ihres Angehörigen und kennen wichtige biographische Stationen seines Lebens. Diese wohltuende Vertrautheit im persönlichen Umfeld können Sie viel leichter wieder herstellen und erhalten als eine fremde Person.

Zweidrittel der Pflegebedürftigen erhalten die nötige organisatorische, hauswirtschaftliche und nicht zuletzt emotionale Unterstützung durch die Familie. Allerdings müssen Sie als Angehöriger in dieser Situation genauso konsequent auf Ihre eigenen Kräfte und Bedürfnisse achten und eine Überforderung tunlichst vermeiden. Auch wenn es Ihnen vielleicht schwer fällt, sollten Sie lernen, auf Ihre eigene innere Stimme zu hören – denn wenn persönliche Isolierung, Unausgeglichenheit und Krankheit die Folgen von zuviel Stress bei der Versorgung des Patienten sind, kann die häusliche Pflegesituation instabil werden. Damit wäre weder dem zu Pflegendem noch dem Pfleger gedient, denn vermeidbare Krankhausaufenthalte oder der Umzug in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung könnten somit doch noch erforderlich werden. Im Folgenden soll ein Handlungsleitfaden aufgereiht werden, nach dem Sie Entscheidungen zur Organisation und Finanzierung von Pflegebedürftigkeit in Ruhe treffen können.

Rechtliche Regelungen

- **Pflegezeitgesetz**

Berufstätige Angehörige sind seit dem 01. Juli 2008 dazu berechtigt, bei Eintritt von Pflegebedürftigkeit eine zehntägige Auszeit zu nehmen, um auf die veränderte Situation angemessen reagieren zu können. Wenn noch keine Betriebsvereinbarung

Neu in Rostock

Seniorendienstleistungsagentur
Ralf Zippel

Wir bieten Ihnen folgende Leistungen an:
1. Individueller Fahrdienst und Tagesfahrten
2. Organisation von Festlichkeiten aller Art
3. Haushalts- und Handwerksdienste
4. Wohnraum- und Immobilienservice
5. Computerhilfe und mobiles Internet
6. Umzüge- Hilfsdienste beim Wohnungswechsel

☎ 0381 / 666 35 366
www.senioren-dienstleistungsagentur.de

Neu in Rostock

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Rostock e.V.

DRK-Seniorenwohnanlage Evershagen
Aleksis-Kivi-Straße 1, 18106 Rostock
- Pflegeheim
- Fachpflege für Menschen im Wachkoma
- Betreutes Wohnen

DRK-Seniorenwohnanlage Südstadt
Semmelweisstraße 1, 18059 Rostock
- Pflegeheim mit Dementenwohngruppen
- Tagespflege

www.drk-hro.de Tel. 0381 77603-115
Fax 0381 77603-140

Ambulante DRK-Pflegedienste

Hansaviertel/KTV/Reutershgn.	Tel. 0381 2006663
Südstadt/Biestow/Stadtmitte	Tel. 0381 441491
Evershagen	Tel. 0381 1201544
Schmarl	Tel. 0381 1217365

Essen auf Rädern direkt aus der DRK-Küche
Lieferung im ganzen Stadtgebiet Tel. 0381 2424242

Zentrale DRK-Infonummer Tel. 0180 365 0180
9 Cent /Min aus dem Festnetz, mobil max. 42 Cent

Zentrumsnah · Mobil
24h für Sie erreichbar

Gemeinsam gibt es Wege,
damit Sie so lange
wie möglich im eigenen
Zuhause leben können.

Norddeutscher Pflegedienst
GmbH und Co. KG
August-Bebel-Str. 36 · 18055 Rostock
Lange Straße 21 · 18055 Rostock
Telefon/Fax: 0381/4591111
E-Mail: ndp.pflege@t-online.de

Norddeutscher PFLEGEDIENST
Mitglied d. BAD · geprüfter Partner aller Kassen

HansePflegedienst

Andrea Wilckens-Mundt Pflegedienstleitung

Karl-Marx-Straße 39 · 18057 Rostock
Tel.: 0381 / 6863400 · Funk: 0173 / 5648045
info@hauskrankenpfleger.de

dazu vorliegt, müssen Sie vorläufig in Kauf nehmen, dass die Zeit wie „unbezahlter Urlaub“ mit Freistellung von der Arbeit unter Lohnverzicht vom Arbeitgeber gewertet wird. Weder dem Arbeitgeber noch dem Arbeitnehmer werden Lohn- bzw. Arbeitsausfall von der Pflegeversicherung erstattet. Darüber hinaus können Sie eine volle oder teilweise Freistellung von der Arbeitsleistung unter Fortbestehen des Arbeitsverhältnisses bis zu einem halben Jahr erwirken. Das ist jedoch nur möglich, wenn Ihr Unternehmen mehr als 15 Beschäftigte hat.

www.pflegezeitgesetz.de

- **Verhinderungspflege**

Ein neuer Zusatz im Pflegegesetz regelt nun die Versorgung Ihres Angehörigen, falls einmal ein Engpass durch einen Krankheitsfall oder wegen Abwesenheit aus persönlichen Gründen eintreten sollte. Sie haben in diesem Fall jetzt bereits nach einem halben Jahr Anspruch auf Finanzierung pflegerischer Unterstützung durch eine ambulante Pflege oder auch durch den Aufenthalt in einer Kurzzeitpflege-Einrichtung bis zu vier Wochen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse und in der Pflegeberatung.

- **Feststellung der Pflegebedürftigkeit**

Seit Einführung der Pflegeversicherung wird dem Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung die Einstufung als pflegebedürftig vorangestellt. Nach Einreichen eines entsprechenden Antrages machen sich Mitarbeiter der Krankenkasse dazu vor Ort ein Bild des Gesundheitszustandes des Patienten, um dann über die Pflegestufe und die zu erbringenden Leistungen zu entscheiden.

Die jeweilige Pflegegeldpauschale richtet sich dann nach der Pflegestufe. Diese wird als Sachleistung an den beauftragten Pflegedienst oder an die Pflegeeinrichtung oder zur Sicherstellung der privaten häuslichen Pflege in voller Höhe an den Pflegebedürftigen gezahlt (bzw. an seinen rechtlichen Betreuer). Die Kombi-

Gutes Handwerk und gute Beratung sind durch nichts zu ersetzen.

- *Sanitätshaus*
- *Orthopädietechnik*
- *Rehabilitationstechnik*
- *Orthopädieschuhtechnik*

Wismarsche Straße 32
18057 Rostock
Telefon: 0381/6092132
otb-rostock@vitalzentren.de

Trelleborger Straße 10 b
18107 Rostock
Telefon: 0381/7243 53
otb-trelleborger@vitalzentren.de

Warnowallee 31
18107 Rostock
Telefon: 0381/5107632
otb-warnowallee@vitalzentren.de

Ehm-Welk-Straße 22
18106 Rostock
(im Ärztehaus)
Telefon: 0381/7240 11
otb-evershagen@vitalzentren.de

Hannes-Meyer-Platz 7
18146 Rostock
Telefon: 0381/6002201
otb-dierkow@vitalzentren.de

Rostocker Heimstiftung – umsorgt und gut betreut leben

ROSTOCKER HEIMSTIFTUNG

Wir bieten ein umfangreiches Leistungsangebot:

- **vollstationäre Pflege in den Pflegeheimen Groß Klein, Reutershagen, Toitenwinkel I, Toitenwinkel II und im PflegeWohnPark Lütten Klein**
- **spezielle Betreuungskonzepte für:**
  - demenziell erkrankte Menschen
  - jüngere pflegebedürftige Menschen
  - geistig und körperlich behinderte Menschen
- **zusätzliche Betreuungsleistungen für Menschen mit erheblichem allgemeinem Betreuungsbedarf nach § 87b SGB XI**
- **Kurzzeitpflege sowie Urlaubs- und Verhinderungspflege**
- **Tagespflege für ältere, betreuungsbedürftige oder demenziell erkrankte Menschen mit vielfältigen Therapie- und Betreuungsangeboten im Pflegeheim Toitenwinkel II und im PflegeWohnPark Lütten Klein**
- **Betreutes Wohnen im PflegeWohnPark Lütten Klein mit der Vermittlung ergänzender Serviceleistungen**
- **Urlaubswohnen in der Seniorenvilla Warnemünde**

Wir beraten Sie gerne ausführlich und kompetent.
Kontakt: Rostocker Heimstiftung, Erich-Mühsam-Str. 11, 18069 Rostock, Telefon: 0381/ 8172 2024, Internet: www.rostocker-heimstiftung.de

nation von Sach- und Geldleistungen ist möglich, um zur Entlastung der privaten Pflege einen Teil des Pflege- und Betreuungsaufwandes durch einen anerkannten Pflegedienst oder/und die Inanspruchnahme von Tagespflegeangeboten zu ermöglichen.

Pflegeformen

- **Tagespflege**

Als sinnvolle Alternative zum Umzug in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung und zur Entlastung des privaten Pflegehaushaltes gibt es Tagespflegeeinrichtungen. Sie bieten tagsüber die umfassende Versorgung einer vollstationären Einrichtung: Die Mahlzeiten werden gemeinsam eingenommen, für Freizeitbeschäftigung wird gesorgt und zudem gibt es meist Angebote zur Ergotherapie. Der Abend und die Nacht wird dann wieder im Kreis der Familie verbracht. Wenn keine Angehörigen den Bring- und Holdienst übernehmen können, wird ein entsprechender Fahrdienst vermittelt oder auch von der jeweiligen Einrichtung angeboten. Bei Hochbetagten, Demenzkranken und Singles lässt sich die Nutzung der Tagespflege gut mit der Grundversorgung durch einen ambulanten Pflegedienst kombinieren. Mit dem Pflegeweiterentwicklungsgesetz hat sich die Finanzierung dieser kombinierten Leistungen wesentlich verbessert. Die Tagespflege kann sowohl nur an einzelnen Tagen als auch an allen Werktagen genutzt werden.

- **Kurzzeitpflege**

Eine weitere Möglichkeit, um pflegenden Angehörigen ein paar Wochen Erholung von der Pflege zu ermöglichen oder eine vorübergehende Schwierigkeit in der häuslichen Versorgung zu bewältigen, sind Kurzzeitpflege in Alten- und Pflegeeinrichtungen. Das Angebot einer qualifizierter Alten- und Krankenpflege in einer vollstationären Einrichtung kann dabei bis zu vier Wochen genutzt werden.

Einmal jährlich besteht zudem ein Anspruch auf „Urlaubspflege“ für die Angehörigen, die den Rest des Jahres die

häusliche Pflege sicherstellen. Möchten Sie den geplanten Ostseeurlaub lieber gemeinsam mit Ihrem Angehörigen verbringen? Über „Urlaubs- und Verhinderungspflege“ lässt sich von der Pflegekasse ein gemeinsamer Urlaub finanziell unterstützen.

- **Ambulante Nachtpflege**

Speziell in der Nacht haben manche ältere Menschen aus Krankheitsgründen Betreuungsbedarf, obwohl sie tagsüber sehr wohl in ihrer eigenen Wohnung zurecht kommen. Hier setzen die Angebote von komplementären Dienstleistern und Pflegediensten an, die nach jeweiliger Absprache in den Abend-, Nacht- und frühen Morgenstunden mit dem Pflegebedürftigen per Telefon in Kontakt treten oder auch nach Absprache regelmäßig persönlich nach dem Patienten schauen.

Hilfe für Angehörige

- **Erholungsmaßnahmen für pflegende Angehörige**

Neben den Möglichkeiten der Kurzzeitpflege bestehen zunehmend häufiger Angebote, bei denen die Angehörigen mit ihrem Pflegebedürftigen gemeinsam wegfahren und durch unterschiedliche Angebote teilweise getrennt entspannen können, ähnlich der Rehabilitationshäuser für Menschen mit Sehbehinderungen oder mit demenziellen Erkrankungen.

Den letzten Weg in Würde gehen

Was ist im Sterbefall zu tun?

Klare Gedanken zu fassen ist in dieser Situation verständlicherweise sehr schwer. Daher möchten wir Ihnen an dieser Stelle mit der Aufführung des bürokratischen Weges eine kleine Stütze sein:

- Zunächst wird der Arzt benachrichtigt, um den Totenschein auszustellen.
- Die nächsten Angehörigen werden unterrichtet.
- Ein Bestattungsinstitut wird mit der Beerdigung beauftragt bzw. bei Vorliegen einer entsprechenden Vorsorgeregelung vom Ableben in Kenntnis gesetzt.
- Spätestens am folgenden Werktag sucht das Bestattungsinstitut das Standesamt auf, um folgende Dokumente vorzulegen: Totenschein, Geburtsurkunde bzw. Heiratsurkunde oder Stammbuch, Personalausweis des Verstorbenen und desjenigen, der den Sterbefall anzeigt. Das Standesamt stellt die Beerdigungserlaubnis aus.
- Je nach Glaubensbekenntnis meldet das Bestattungsinstitut mit der entsprechenden Erlaubnis die Beerdigung bei der Verwaltung des gewünschten Friedhofs an (Kirchengemeindeamt oder städtisches Friedhofsamt).
- Über den Tod werden die Versicherungen des Verstorbenen benachrichtigt, insbesondere die Renten-, Lebens- und Krankenversicherung.
- Wurde ein Testament hinterlassen, wird dieses beim Nachlassgericht vorgelegt.
- Die Todesanzeige wird aufgegeben.
- Die vertraglichen Bindungen des Verstorbenen werden aufgelöst, beispielsweise die Mitgliedschaften zu Vereinen, Verbänden und Organisationen oder der Mietvertrag.

Bestattungsformen

Die Frage nach der richtigen Bestattungsform kann jeder nur für sich selbst beantworten. In jedem Fall ist es sinnvoll, seine Entscheidung zu Lebzeiten schriftlich zu hinterlegen.

- **Erdbestattungen**
werden grundsätzlich in einem Sarg vorgenommen. Ausnahmen davon aus religiösen Gründen sind in den dafür vorgesehenen Grabfeldern möglich. Sie müssen jedoch zuvor bei der Friedhofsverwaltung beantragt sowie von der örtlichen Ordnungsbehörde genehmigt werden. Neben der traditionellen Erd- und Urnenbestattung ist auch die anonyme Erdbestattung möglich.

- **Feuerbestattungen**
können sowohl in Urnen als auch durch Verstreuung oder Vergrabung vorgenommen werden. Auf den Friedhöfen stehen für Urnen Reihen- und Wahlgräber zur Verfügung. Kapsellose Aschebeisetzungen sind im Begräbniswald und auf dem Aschestreufeld möglich.

Bestattungshaus Ralf Hexamer

Reutershagen
Ulrich-von-Hutten-Str. 33 · 18069 Rostock
Tel.: 0381/8008483

Lichtenhagen
Mecklenburger Allee 18 · 18109 Rostock
Tel.: 0381/44441884

Feiertags- und Wochenendbereitschaft
Wir nehmen uns die Zeit, die Sie brauchen.
www.bestattungshaus-hexamer.de

Am Anfang eines langen Weges steht ein würdevoller Abschied.

• **Wahlgrab**
Eine Wahlgrabstelle nimmt einen Sarg und, je nach Grab, auch zusätzlich Urnen auf. Die Wahl der Grabstätte bezieht sich auf die Bestattungsform. Ein Reihengrab wird der Reihe nach für Einzelbestattungen vergeben. Die Grablage wird durch die Friedhofsverwaltung bestimmt. Die gärtnerische Pflege erfolgt durch die Angehörigen. Auch hier sind die verschiedenen Bestattungsformen sowie die Nutzung des Aschestreufeldes möglich.

Rechtliche Rahmenbedingungen

• **Bestattungsvorsorge-Vertrag**
In diesem Vertrag können jederzeit Festlegungen zur eigenen Bestattung mit einem Bestattungsunternehmen getroffen werden, um die trauernden Angehörigen zu entlasten. Die Vorstellungen beispielsweise zu Grabreden, Aufbahrung, Grabbeigaben, Blumenschmuck und musikalischer Begleitung können verbindlich für die Vertragspartner und für die Hinterbliebenen festgelegt werden. In einem weiteren „Werkvertrag" kann die Grabpflege mit einer Friedhofsgärtnerei geregelt werden. Die vorab gezahlten Geldleistungen werden auf ein Treuhandkonto hinterlegt. Wenig sinnvoll ist es, die Wünsche für die Bestattung im Testament aufzunehmen, weil das Testament in der Regel erst nach der Bestattung eröffnet wird. Auch wenn Leistungen des Sozialhilfeträgers in Anspruch genommen werden, besteht ein Recht auf eine würdevolle und den Lebensverhältnissen des Verstorbenen angemessene Bestattung (§ 74 SGB XII). Die besondere Härte eines Falles, wie das Fehlen von bestattungspflichtigen Verwandten bzw. Erben kann zur Schonung eines angemessenen Vorsorgeaufwandes führen.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Bundesverband Deutscher Bestatter.

• **Testament**
Im Testament fixiert sind die Wünsche des Erblassers zu seinem Erbe. Einige formale Regeln für die Gültigkeit bzw. Verbindlichkeit müssen eingehalten werden. Wem

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Testament, vier Begriffe, die jeder schon einmal gehört hat, deren Errichtung jeder für notwendig erachtet aber meistens mit der Begründung vor sich herschiebt „noch brauche ich das nicht“. Was beinhalten diese Erklärungen aber wirklich und brauche ich sie wirklich noch nicht? Zumindest die letzte Frage muss jeder, ggfls. nach fachkundiger Beratung, selbst beantworten. Grundsätzlich hat jeder Mensch alle seine persönlichen und finanziellen Angelegenheiten selbst zu regeln. Es gibt aber Situationen, in denen man solche Regelungen nicht mehr treffen kann. Dann muss es Möglichkeiten der Hilfe geben. Solche sind im Gesetz geregelt. Der Hilfebedürftige bekommt vom Gericht einen Betreuer bestellt, der für die Regelung aller notwendigen Angelegenheiten eingesetzt werden kann. Ist es nicht für einen Menschen, der jahrelang seine Entscheidungen selbst getroffen hat, schwer vorstellbar, plötzlich fremdbestimmt zu sein und keine Einflussnahmemöglichkeit mehr zu haben? Ein wenig Beruhigung verschafft man sich mit dem Wissen, dass man wenigstens vorher die Möglichkeit hat eigene Bestimmungen zu treffen, an die auch die Gerichte gebunden sind. Man erhält sich so wenigstens einen Teil der eigenen Selbstbestimmung.

Die erste Möglichkeit dazu bietet die Errichtung einer „Vorsorgevollmacht“. Eine Vorsorgevollmacht ist eine rechtsgeschäftliche Erklärung, durch die eine oder mehrere Personen vorher bevollmächtigt werden, konkret bestimmte Angelegenheiten für den Fall zu regeln, in denen der Vollmachtgeber dazu nicht mehr in der Lage ist. Der Vollmachtgeber kann vorher konkret bestimmen, was der Bevollmächtigte darf. Er kann den Bevollmächtigten zu seiner Vertretung vor Behörden, Versicherungen, Renten- und Sozialleistungsträgern ermächtigen, er kann bestimmen ob der Bevollmächtigte über seinen Aufenthalt und über seine Wohnungsangelegenheiten entscheiden darf, z. B. über eine Unterbringung in einem Altenheim. Der Vollmachtgeber bestimmt vorher, ob und wie sein Vermögen später verwaltet werden soll, ob der Bevollmächtigte bestimmte Vermögensverfügungen machen darf und ob er Zahlungen vornehmen darf und Verbindlichkeiten eingehen darf. Der Vollmachtgeber bestimmt auch, ob seine Post entgegengenommen werden und geöffnet werden darf. Der Vollmachtgeber kann aber auch bestimmen, was der Bevollmächtigte auf keinen Fall machen darf. In eine Vorsorgevollmacht können auch Regelungen zur Gesundheitssorge und für den Fall der Pflegebedürftigkeit aufgenommen werden. Soll der Bevollmächtigte auch in sämtliche Maßnahmen zur Untersuchung des Gesundheitszustandes und in Heilbehandlungen einwilligen können, auch wenn diese gefährlich sind und zu gesundheitlichen Schäden führen können, ist streng auf den Wortlaut des Gesetzes (§ 1904 Abs. 1 BGB) abzustellen und in der Vorsorgevollmacht wiederzugeben. Gleiches gilt auch, wenn der Bevollmächtigte über die Unterbringung mit freiheitsentziehender Wirkung (§ 1906 Abs. 1 BGB) und freiheitsentziehende Maßnahmen in einem Heim (Bettgitter oder Medikamente) entscheiden können soll. Neu ist, dass der Bevollmächtigte auch ausdrücklich ermächtigt werden kann, in eine Heilbehandlung nicht einzuwilligen oder eine bereits erteilte Einwilligung widerrufen darf.

Eine Vorsorgevollmacht macht praktisch aber nur Sinn, wenn Sie nicht unter einer Bedingung steht. Sie verliert also ihre praktische Bedeutung, wenn sie mit den Worten eingeleitet wird: „Wenn ich einmal meine Angelegenheiten wegen Alter oder Krankheit nicht mehr regeln kann dann ….“ Eine Vorsorgevollmacht sollte deshalb unbedingt erteilt werden. Dies setzt ein sehr großes Vertrauen in die zu bevollmächtigende Person voraus. Ohne dem geht es jedoch nicht. Für Regelungen betreffend einer Kontovollmacht sollte aus praktischen Gründen Kontakt mit der eigenen Bank oder Sparkasse aufgenommen werden, da diese eigene Formulare favorisieren. Die Vollmachtsurkunde muss an den Bevollmächtigten ausgehändigt werden, damit diese nötigenfalls vorgelegt werden kann. Wer keine so weitreichenden Vorkehrungen treffen will, oder zusätzlich eine Kontrolle durch ein Gericht haben möchte, kann eine „Betreuungsverfügung“ errichten. Damit bestimmt der Verfügende welche Person durch das Gericht eingesetzt werden soll oder auch welche Person auf gar keinen Fall über seine Angelegenheiten bestimmen soll. In einer Betreuungsverfügung können auch Anweisungen an den Betreuer gegeben werden und Wünsche geäußert werden. Soweit diese Wünsche objektiv realisierbar sind, muss sich der Betreuer daran halten. Er wird vom Gericht überwacht.

Sowohl der Bevollmächtigte, als auch ein gerichtlich bestimmter Betreuer haben nunmehr einer zuvor errichteten schriftlichen „Patientenverfügung“ Geltung zu verschaffen. In einer Patientenverfügung kann der Verfügende Festlegungen treffen, wie mit ihm im Falle einer schweren Krankheit umgegangen werden soll. Er kann bestimmen, ob lebensverlängernde Maßnahmen durchgeführt werden sollen, eine künstliche Ernährung gewünscht ist, welche Art von Schmerzbehandlung durchgeführt werden soll, ob Wiederbelebungsmaßnahmen erfolgen sollen und/oder eine künstliche Beatmung gewünscht wird. Eine Patientenverfügung ist für den Fall vorgesehen, dass ärztliche Behandlungsmaßnahmen notwendig werden, der Betroffene seine sonst notwendige Einwilligung in die Behandlung aber nicht mehr geben kann. Dann muss entweder auf den mutmaßlichen Willen abgestellt werden oder auf den in der Patientenverfügung niedergelegten Willen. Durch die Manifestierung der Patientenverfügung im Gesetz besteht nunmehr die Möglichkeit auch ohne zusätzlichen gerichtlichen Betreuer den Willen durchzusetzen, wenn er ganz genau in der Patientenverfügung aufgeschrieben wurde. Stimmt der Inhalt der Patientenverfügung nicht genau mit der Behandlungssituation überein, ist der Inhalt gleichwohl von Bedeutung, um z. B. die grundsätzliche Lebenseinstellung herauszufinden und so auf den mutmaßlichen Willen schließen zu können.

Die Patientenverfügung sollte, anders als eine Betreuungsverfügung, nicht in die Vorsorgevollmacht integriert werden. Vielmehr sollten zwei Schriftstücke errichtet werden. Eine Patientenverfügung kann jederzeit widerrufen werden, genau wie eine Betreuungsverfügung und eine Vorsorgevollmacht. Allerding sollte mit dem Widerruf der Vorsorgevollmacht auch die Rückgabe der Vollmachtsurkunde gefordert werden, da der Bevollmächtigte sonst im Außenverhältnis trotzdem wirksam handeln könnte.

Übrigens: Wer unbedingt Regelungen für die Art und Weise seiner Beerdigung treffen möchte, sollte dies nicht in ein Testament schreiben, sondern in eine Vorsorgevollmachtsurkunde und seinen Bevollmächtigten mit der Überwachung beauftragen. Ein Testament regelt im Gegensatz dazu die Angelegenheiten nach dem Tod als eine Möglichkeit einer sog. „letztwilligen Verfügung“. Dazu gehören auch der Erbvertrag und das Vermächtnis. Durch ein Testament wird die gesetzlich geregelte Erbfolge nach den eigenen Wünschen abgeändert. Allerdings verbleibt sehr nahen Angehörigen der Pflichtteilsanspruch, was grundsätzlich nicht verhindert werden kann. Dies gelingt teilweise nur, wenn man bereits mit „warmer Hand“ vererbt hat oder anderweitig vorgesorgt hat. Mit einem Vermächtnis kann man einer Person einen konkreten Gegenstand (z. B. ein Schmuckstück oder auch ein Grundstück) zuwenden, ohne dass dieser Erbe wird und damit auch für die Schulden einzustehen hat. In die gesetzliche Erbfolge kann auch eingegriffen werden, indem eine bestimmte Person von der Erbfolge einfach ausgeschlossen wird. Ein Testament und ein Vermächtnis müssen handschriftlich geschrieben und unterschrieben werden und sie sollten ein Datum enthalten, da nur die letzte Verfügung maßgebend ist.

Hinweis: Ein Testament kann beim Amtsgericht hinterlegt werden. Eine Vorsorgevollmacht kann beim zentralen Vorsorgeregister registriert werden.

In allen Lebensabschnitten wird man immer wieder mit den Tücken des deutschen Rechts konfrontiert. Mit dem Alter stellen sich dann noch viele zusätzliche Fragen und Probleme, auf die oft nur mit fachlicher Beratung eine Antwort gefunden werden kann bzw. die nur mit kompetenter Hilfe gelöst werden können.

Familienrecht

Brauche ich eine Vorsorgevollmacht? Was ist eine Betreuungsverfügung? Müssen sich die Ärzte an eine von mir errichtete Patientenverfügung halten? Wie müssen diese Erklärungen aussehen? Was passiert wenn ich keine Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung habe? Habe ich Unterhaltsansprüche gegen meine Kinder? Muss ich vielleicht auch für meine Enkel Unterhalt bezahlen?
Kann ich noch etwas an dem während meiner Scheidung durchgeführten Versorgungsausgleich nachträglich ändern lassen?

Erbrecht

Brauche ich überhaupt ein Testament? Kann ich jemanden, z. B. meinen Sohn, vom Erbe ausschließen? Wie hoch ist der Pflichtteil? Wie sichere ich meine Lebensgefährtin nach meinem Tod ab? Hat diese auch ein gesetzliches Erbrecht? Ist es vielleicht besser vorher etwas zu verschenken? Was ist ein Berliner Testament? Welchen Inhalt muss ein Ehegattentestament haben? Gibt es Möglichkeiten auch einen Pflichtteil zu beschränken? Wie kann ich z. B. meiner Enkelin oder meinen Kindern etwas geben, ohne dass deren Gläubiger Zugriff auf das Erbe bekommen? Was ist ein Behindertentestament?

Steuerrecht

Muss ich eine Steuererklärung abgeben? Welche Angaben muss ich in meiner Steuererklärung machen? Ist mein Steuerbescheid richtig? Welche Rechtsschutzmöglichkeiten habe ich?

Arbeitsrecht

Wie viel Geld darf ich zu meiner Rente dazuverdienen? Darf ich wegen meines Alters gekündigt werden?

Verkehrsrecht

Kann mir aufgrund meines Alters der Führerschein weggenommen werden? Bekomme ich aufgrund meines Alters bei einem Verkehrsunfall eine Mitschuld?

Dr. Vormelker & Leist

Anwaltskanzlei

Ralf Leist

Rechtsanwalt

Fachanwalt für Erbrecht • Fachanwalt für Familienrecht

Erbrecht und Vermögensnachfolge • Jagd- und Forstrecht • Familienrecht
Arbeitsrecht • Verkehrsrecht • Strafrecht • Vertragsrecht • Grundstücksrecht

Kröpeliner Straße 25 • 18055 Rostock • Telefon 0381/454420 • Telefax 0381/454421
(Parkhaus Rostocker Hof/Einfahrt Rungestraße)

Ralf.Leist@t-online.de www.anwaltskanzlei-leist.com

es unangenehm ist, seinen letzten Willen mündlich mit einem Notar zu besprechen, kann sein Testament auch eigenhändig aufsetzen und es mit Vor- und Zunamen sowie Datum der Abfassung versehen. Die Hinterlegung beim Nachlassgericht ist empfehlenswert.

• Verschenken statt Vererben

Manche Nachlässe bereiten Kopfzerbrechen, da sie entweder nur schwer unter den Erben aufzuteilen sind oder zu konfliktträchtigen Erbengemeinschaften führen könnten. Für solche Fälle gibt es eine erwähnenswerte Alternative: Immobilien und individuell wertvolle Nachlässe können schon zu Lebzeiten zum gleichen Steuersatz verschenkt werden, gegebenenfalls auch in mehreren Etappen.

Falls Sie ein solches Verfahren in Erwägung ziehen, sollten sie jedoch unbedingt eventuelle Änderungen in Ihrer Lebenssituation berücksichtigen. Denn wer schon frühzeitig sein Vermögen verschenkt, läuft Gefahr, später zu verarmen.

In jedem Falle ist eine frühzeitige Beratung über geltendes Steuer- und Erbrecht beim Steuerberater, Notar oder Fachanwalt und die notarielle Beurkundung der Regelung nicht verkehrt.

• Sozialhilfe und Nachlass

Das SGB XII sieht allgemein vor, dass das Sozialamt unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Kostenersatz durch den Sozialhilfeempfänger und seine Angehörigen haben kann. Verstirbt der Sozialhilfeempfänger, so kann der Anspruch auf Kostenersatz auch gegen die Erben erhoben werden.

Wurde beispielsweise dem Ehegatten des Hilfebedürftigen nicht zugemutet, das selbst bewohnte Haus zu verwerten, um unabhängig von Sozialhilfe zu bleiben, so lässt sich vom Erben die Verwertung des „Schonvermögens“ zum Ersatz der Sozialhilfe einfordern, weil sein Vermögenszuwachs zu Lasten der Allgemeinheit ginge.

Pflege Stützpunkt
Hansestadt Rostock
Neutrale Pflegeberatung und Unterstützung

Telefonische Erreichbarkeit:
Pflegeberater: 0381 1506
Sozialberater: 0381 1508
Fax: 0381 1505
E-Mail: www.PflegestuetzpunkteMV.de

Besucheranschrift:
Pflegestützpunkt der Hansestadt Rostock
Warnowallee 30 · 18107 Rostock

Der Stützpunkt
- versteht sich als zentrale Anlaufstelle für Pflegebedürftige, von Pflegebedürftigkeit bedrohten Menschen und ihre Angehörigen rund um das Thema Pflege
- bietet umfassende, unabhängige und neutrale Beratung – auch im häuslichen Bereich
- gibt Hilfestellung bei der Auswahl und Inanspruchnahme von Leistungen
- plant, koordiniert und vernetzt pflegerische und soziale Dienste und Angebote der Pflege

Stationäre Pflege • Kurzzeitpflege
Intensivpflege • Demenz

Eröffnung Juli 2011!

ServiceLeben Holzhalbinsel

www.renafan.de

Dinieren bei Sonnenuntergang auf einer Dachterrasse mit Blick auf die glitzernde Warnow – Das ist nicht der Slogan eines Ostseeurlaubshotels, sondern Alltag bei uns im ServiceLeben Holzhalbinsel. Unser Team steht Ihnen gerne vor Ort zur Verfügung und freut sich auf persönliche Beratungen.

RENAFAN ServiceLeben Holzhalbinsel • Gaffelschonerweg 11 • 18055 Rostock
Tel: (0381) 666 738 65 • E-Mail: serviceleben-holzhalbinsel@renafan.de

RENAFAN
pflegen und betreuen

IMPRESSUM

PUBLIKATIONEN INTERNET KARTOGRAFIE CITYAPP

mediaprint infoverlag

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat der Hansestadt Rostock. Die Weiterverwendung der redaktionellen Fotos und des Textmaterials des Seniorenbeirates der Hansestadt Rostock, der Selbsthilfekontaktstelle Rostock, der Ehrenamtsbroschüre, der Rostocker Seniorenakademie, Seniorentanz-Jutta Leipner sowie dem Stadt sportbund, Hr. Dr. Bothe zu jedem erdenklichen Zweck ist nur mit vorheriger Genehmigung des Seniorenbeirates der Hansestadt Rostock, Tel. 0381 381-5022, gestattet. Quellenangabe ist stets erforderlich. Sämtliche Daten und sonstige Angaben sind mit größtmöglicher Sorgfalt zusammengestellt, jedoch ohne Gewähr.

Redaktion:
S. U 2, 1: Hansestadt Rostock, Präsidentin der Bürgerschaft
S. 3, 5–9, 11, 13, 17–25: Seniorenbeirat der Hansestadt Rostock,
S. 26–29: Selbsthilfekontaktstelle Rostock,
S. 15–16: Dietrich Leymannek,
S. 30–31: Seniorenakademie,
S. 32: Seniorentanz – Jutta Leipner,
S. 33: Seniorensport, Stadtsportbund, Hr. Dr. Bothe,
S. 34–52: mediaprint infoverlag gmbh, Mering

Fotos:
Titelfoto: Hansestadt Rostock, Fotoagentur nordlich, S. U 2 Hansestadt Rostock, Presse- und Informationsstelle, S. 3: privat, S. 5, 8, 9, 11, 13: Petra Kirsten, S. 15: Dietrich Leymannek, S. 32, 33: Stadtsportbund

Stand:
Juni 2011

Herstellung:
mediaprint infoverlag gmbh, Mering

Anzeigenaquise:
mediaprint infoverlag gmbh, Mering

Druck:
???

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

18055057 / 1. Auflage / 2011

Häuslicher Kranken- & Pflegedienst
Barbara Joseph
Ulrich-von-Hutten-Straße 31 a
18069 Rostock
☎ 0381 / 8005032
www.pflegedienst-joseph.de

Unser Häuslicher Kranken- und Pflegedienst wurde am 1. Juli 1994 gegründet.
Wir beraten Sie in allen Fragen um die häusliche Versorgung, vom ersten Schritt der Beantragung einer Pflegestufe bis hin zur „Rund-um-die-Uhr"-Versorgung im eigenen Haushalt, um Klinik oder Heimaufenthalte zu vermeiden.

Wir planen mit Ihnen Ihren persönlichen Bedarf und erbringen die gewünschten Leistungen. Gern erledigen wir auch Haushaltsarbeiten. Von der Reinigung der Wohnung bis hin zum Waschen und Bügeln Ihrer Wäsche, um Ihnen den Alltag zu erleichtern.

Unser Anliegen ist es, die vereinbarten Leistungen in hervorragender Qualität zu Ihrer Zufriedenheit auszuführen.
Dafür steht ein Team von freundlichen und kompetenten Mitarbeitern
rund um die Uhr für Sie zur Verfügung.

Wir stehen für: Geborgenheit, Vertrauen, Sicherheit und Zufriedenheit

Tagespflege Hofgarten
Ulrich-von-Hutten-Straße 31 b
18069 Rostock
☎ 0381 / 8172583
www.tagespflege-hofgarten.de

Die Tagespflege liegt zentral und dennoch sehr ruhig im Herzen von Reutershagen. Sie bietet 15 Gästen Bequemlichkeit und großen Komfort. Unsere Gäste werden durch eine individuelle Pflege und Betreuung von Fachpersonal umsorgt.
Der Hauptschwerpunkt in der Tagespflege stellt die soziale Betreuung dar.

Ziele unserer täglichen Arbeit sind:

– die Verbesserung der Orientierung durch einen strukturierten Tagesablauf,
– die Entlastung der Angehörigen, um sie bei der Fortsetzung der Betreuung und der Pflege zu unterstützen,
– das Bewusstsein und die Eigenständigkeit jedes einzelnen Gastes so weit wie möglich zu erhalten

Die Tagespflege Hofgarten ist von Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr für Sie da.
Gern übernehmen wir auch den Fahrdienst.
Wir freuen uns auf Sie!

Stadtbüro
„Kompetenz für Senioren"
Am Vögenteich 26
18055 Rostock
☎ 0381 / 4612560
www.kompetenz-fuer-senioren.de

Das Stadtbüro „Kompetenz für Senioren" dient den Senioren durch Beratung insbesondere in Fragen der Pflege, durch Veranstaltungen und Schulungen und nicht zuletzt durch interessante Freizeitangebote im Kaffeekranz.

Senioren haben einen neuen Mittelpunkt in ihrer Stadt, mitten in der Kröpeliner Tor-Vorstadt, ihr Stadtbüro.

Wenn Sie gern mit Menschen gemütlich zusammensitzen und für ein paar Stunden ihrem Alltag entfliehen wollen, kommen Sie zu uns.

Sie finden jede Woche ein interessantes Angebot. Und bestimmt ist auch für Sie etwas dabei. Schauen Sie doch einfach mal rein!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!