



# Senioren- wegweiser

Aktiv 60plus | Stadtentwicklung und Seniorenpolitik  
| Beratung | Wohnen im Alter | Hilfe und Pflege  
| Finanzen und Recht | Wichtige Rufnummern



PREMIUM-RESIDENZ

\*\*\*\*\*

Ausgezeichnet  
als eine der besten  
35 Premium-Residenzen  
in Deutschland, Österreich,  
Schweiz und Spanien.

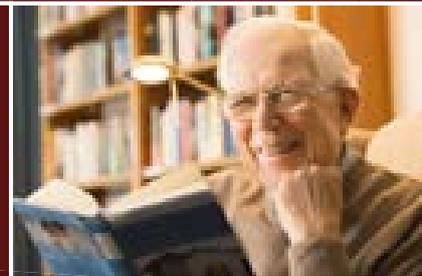


Diakonie-Wohnstift  
am Westerberg

# Selbstbestimmt das Leben gestalten.



- SeniorenWohnen Plus
- PflegeHOTEL
- PflegeWohnen Plus
- Kurzzeitpflege



OSNABRÜCKS  
WOHNSTIFT MIT  
DEM BESONDEREN  
AMBIENTE

*Genießen Sie Ihr Leben –  
um alles andere kümmern wir uns.*

In bester Wohnlage im Herzen von Osnabrück finden Sie bei uns alles, was Sie zu einem komfortablen Leben brauchen: hochwertige Ausstattung in eleganten Apartments, erstklassigen Rundum-Service, kultivierte Freizeitangebote – und die Gewissheit, jederzeit auf die bestmögliche Unterstützung unserer qualifizierten Mitarbeiter zurückgreifen zu können.

Ute Tede  
Einrichtungsleitung

Christoph Meier

Monika Stallkamp  
Wohnstiftberatung

# Grußwort

*„Die Jugend ist die Zeit, die Weisheit zu lernen.  
Das Alter ist die Zeit, sie auszuüben.“ (Jean-Jacques Rousseau)*

**Liebe Osnabrücker Seniorinnen,  
liebe Osnabrücker Senioren,**

ältere Menschen werden unsere Stadtgesellschaft künftig mehr und mehr prägen. Schon in weniger als 20 Jahren wird jeder dritte Bewohner Osnabrücks 60 Jahre oder älter sein. Keine Senioren-generation vorher war so aktiv, gesund und gut ausgebildet wie die jetzige. Für die meisten von ihnen ist es selbstverständlich, mobil zu sein, in Sport und Vereinen mitzumischen, die Welt zu bereisen, Enkel zu betreuen und eigene Interessen zu verfolgen. Das Rentenalter eröffnet heute Chancen für Aktivitäten und Neigungen, die während des Arbeitslebens oft zu kurz gekommen sind. So ist es nicht überraschend, dass seit dem Jahr 2000 das freiwillige Engagement in der Altersgruppe zwischen 65 und 79 Jahren nach dem Renteneintritt am stärksten zugenommen hat.

75 % der über 60-Jährigen fühlen sich gesundheitlich fit. Noch 85 % der über 85-Jährigen leben im eigenen Haushalt und selbst die hochbetagten, pflegebedürftigen Älteren werden zu 70 % zu Hause gepflegt. Ausgehend von diesen Entwicklungen entspricht es unserem Leitbild, dass ältere Menschen so lange wie möglich gut versorgt in den eigenen vier Wänden und im vertrauten Umfeld leben. Lebensqualität im Alter hängt daher entscheidend von der Gestaltung des direkten Lebensumfeldes im Stadtteil und von der Einbindung in die Gemeinschaft ab. Kommunen müssen daher die lokalen Rahmenbedingungen generationengerecht gestalten. Dazu gehören lebendige, sorgende Nachbarschaften, Angebote für soziales Miteinander und freiwilliges Engagement, passgenaue Dienstleistungen, seniorenrechtliche Infrastruktur



sowie die Förderung von Bewegung, Gesundheit und der Unterstützung bei Hilfe- und Pflegebedarf.

Die Neuauflage unseres Wegweisers für Senioren bringt Sie mit jedem Anliegen an die richtige Adresse! Er unterstützt Sie bei allen Fragen „rund ums Älterwerden“ mit hilfreichen Informationen. Sie finden Tipps, Adressen und Anregungen für Aktivitäten und Treffpunkte, zur altersgerechten Gestaltung Ihrer Wohnung, für Bildungs-, Bewegungs- und Kulturangebote. Der Wegweiser informiert über Hilfen im Alltag sowie über Pflege-, Unterstützungs- und Beratungsangebote. Ebenso werden finanzielle Vergünstigungen für Menschen mit kleiner Rente vorgestellt.

Ich lade Sie herzlich ein, die vielfältigen Angebote unserer Stadt zu nutzen.

**Wolfgang Griesert**  
Oberbürgermeister

*Haben wir etwas vergessen? Unterstützen Sie uns bei der Fortschreibung dieses Wegweisers. Die Arbeit des Seniorenbüros der Stadt Osnabrück lebt von der aktiven Beteiligung der Bürgerinnen und Bürger. Kennen Sie Angebote in Ihrer Umgebung, die hier noch nicht aufgeführt sind? Dann informieren Sie uns darüber.*

# Meinberg



MÖBELMANUFAKTUR e. K.

TISCHLERMEISTER

Möbel, Küchen, Wohn-, Schlaf- und Arbeitsraum-  
Einrichtungen. Innenausbau - barrierefrei -



Ewald Niemann-Meinberg

Jeggener Straße 8 | 49191 Belm-Wellingen

Tel. 05406/8980911 | Fax 05406/899092 | info@mmmeinberg.de

[www.mmmeinberg.de](http://www.mmmeinberg.de)

Ihr Anbieter für Interdisziplinäre  
Therapie in Pflegeeinrichtungen



**ITIP®** stellt einen ganzheitlichen Ansatz zur Sicherung der therapeutischen Versorgung und somit zur Aktivierung dar. Ganz nach dem Grundsatz des Pflegeleistungsgesetzes II „Reha vor Pflege“. Dabei arbeiten unsere Mitarbeiter in enger Absprache mit Ärzten, Angehörigen und Pflegepersonal zusammen und tragen durch die Übernahme organisatorischer Aufgaben zu deren Entlastung bei.

#### Interdisziplinäre Therapie:

- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Logopädie
- Podologie
- Rehabilitationssport
- Präventionsangebote
- Kosmetik
- BGM



**Team Mohr GmbH**

Lerchenstraße 142  
49088 Osnabrück

0541-76 02 80 10

[www.TeamMohr.de](http://www.TeamMohr.de)



## Wir sind da, wo Pflege Hilfe bekommt

Wir sind da – zum Beispiel mit der AOK-Pflegeberatung für Angehörige. Darauf vertrauen schon mehr als 25 Millionen Versicherte.

Gesundheit in besten Händen

[aok.de](http://aok.de)

# Inhaltsverzeichnis

Grußwort . . . . .	1
Branchenverzeichnis/Impressum . . . . .	5

## 1. Aktiv 60plus . . . . . 6

Seniorentreffs . . . . .	6
Treffpunkte an der frischen Luft . . . . .	8
Spiel und Spaß . . . . .	8
Kultur und Bildung . . . . .	9
Ausflüge/Fahrten . . . . .	14
Gesang und Musik . . . . .	14
Sportangebote . . . . .	15
Fahrradfahren . . . . .	20
Freiwilliges und ehrenamtliches Engagement von und für Seniorinnen und Senioren . . . . .	20
Weitere Aktivitäten/Nachbarschaftshilfe . . . . .	22

## 2. Stadtentwicklung und Seniorenpolitik . . 24

Seniorenbeirat Osnabrück – gemeinsam stark fürs Alter! . . . . .	24
Arbeitskreis Wohnen und Leben im Alter Lokale Agenda 21 Osnabrück . . . . .	25
Migrationsbeirat . . . . .	26
Parteien/Verbände/Interessenvertreter . . . . .	26

## 3. Beratung . . . . . 28

Kommunale Beratungsangebote . . . . .	28
Weitere Beratungsstellen in Osnabrück . . . . .	33
Beratung bei speziellen Fragen. . . . .	35
Seelsorge . . . . .	36
Beratung: Sicher zuhause und unterwegs. . . . .	38

## 4. Wohnen im Alter . . . . . 40

Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ . . . . .	40
Wohnen in vertrauter Umgebung (Hilfen für zu Hause) . .	41
Wohnungssuche . . . . .	42
Weitere Wohnformen . . . . .	43

## 5. Hilfe- und pflegebedürftig – Unterstützung im Alter und im Pflegefall . . . . . 46

Haushaltsnahe Dienstleistungen: Wer hilft in Haus und Garten? . . . . .	46
Mittagessen/Lieferdienste/Einkaufen . . . . .	47
Hausnotruf . . . . .	51
Rund um den Pflegefall . . . . .	51
Versorgung von schwerstkranken Menschen und Sterbenden (Palliativversorgung) . . . . .	66
Ehrenamtliche Unterstützungsangebote . . . . .	68
Demenz . . . . .	69

## 6. Finanzen und Recht . . . . . 72

Vergünstigungen in Osnabrück . . . . .	72
Weitere Vergünstigungen . . . . .	73
Finanzielle Hilfen . . . . .	75
Leistungen der Pflegeversicherung. . . . .	77
Recht und Vorsorge . . . . .	77
Für den Notfall gut vorbereitet . . . . .	79

## 7. Stichwortverzeichnis . . . . . 80

In der vorliegenden Broschüre wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit häufig nur die männliche Form verwendet. Selbstverständlich sind immer alle Geschlechter angesprochen.

JETZT ANRUFEN  
UND  
BESTE BETREUUNG  
SICHERN!  
05202 99875-0

Mein Leben ist  
Zuhause! \*

## \* MIT BRINKMANN AN MEINER SEITE.

Die Brinkmann Pflegevermittlung ist eine unabhängige Beratungs- und Vermittlungsagentur für die häusliche Senioren- und Krankenbetreuung. Mit derzeit 40 Regionalvertretungen gehört das deutsche Familienunternehmen zu den größten und besten Dienstleistern bundesweit.

Menschlich, kompetent und nah vermittelt die Brinkmann Pflegevermittlung qualifizierte Betreuungskräfte aus Osteuropa, die bei den Pflegebedürftigen Zuhause im familiären Umfeld wohnen.

Sie suchen für sich oder Ihre Angehörigen eine vertrauensvolle, liebevolle und kompetente Unterstützung für den Alltag Zuhause? Dann rufen Sie uns gerne an. Wir sind immer für Sie da!

 [brinkmann-pflegevermittlung.de](https://brinkmann-pflegevermittlung.de)  05202 99875-0

KUNDENZUFRIEDENHEIT 98,6% | KUNDENBEWERTUNG NOTE 1,7 | STIFTUNG WARENTEST „GUT“

**Brinkmann.**<sup>®</sup>  
PFLEGEVERMITTLUNG

# Branchenverzeichnis

Branchen	Seite	Branchen	Seite
Alten- und Pflegeheime	50, 62	Orthopädietechnik	18
Altenzentrum	52	Pflegedienste	10, 18, 44, 45, 50, 54, 56, 58, 60, 61, 62, 63, 64, U4
Ambulante Krankenbetreuung	56	Pflegevermittlung	4
Ambulante Pflege	10, 54, 56, 58, 63	Pflegezentrum	60
Barrierefreies Bauen und Wohnen	30, 37, 39	Physiotherapie	2
Betreuungsdienste	47	Planungsbau	42
Betreutes Wohnen	45, 50, 52, 54, 65, U4	Podologie	2
Bildung	9, 45	Rechtsschutz	26
Buchhandlung	70	Rehabilitationsmittel	17
Dienstleistungen	29	Rehatechnik	17, 18
Einbruchschutz	39	Schlüsselfertigbau	42
Ergotherapie	2	Schwimmbad	15
Essen auf Rädern	47, 63	Senioreneinrichtungen	55
Fahrdienste	47	Seniorenheime	62, 64
Haushaltshilfe	29	Seniorenhilfe	29
Hausnotruf	47	Seniorenresidenzen	U2, 65
Inneneinrichtungen	37	Seniorenwohnen Plus	U2, 45
Interdisziplinäre Therapie	2	Seniorenzentrum	65
Kino	12	Sicherheitssysteme	39
Krankenpflege	64	Sozialstationen	44/45, 47, 52, 54, U2
Krankenhäuser	32, 64, U3	Sozialverband	26
Krankenkasse	2	Stationäre Altenpflege	44, 45
Kurzzeitpflege	U2, 44, 45, 54, 64, U4	Tagespflege	52, 63, 64, U4
Lebenshilfe	56	Therapiezentrum	2
Logopädie	2	Tischlerei	2
Mobile Alltagshilfe	U4	Volkshochschule	9
Mode	12	Wohnungsbaugenossenschaft	30
Modemobil	12	Wohnstift	U2
Modenschau	12		
Möbelmanufaktur	2		
Nachtpflege	64		
Objekteinrichtungen	37		

U = Umschlagseite

## Impressum

**Herausgeber:** anCos Verlag GmbH in Kooperation mit der Stadt Osnabrück, der Oberbürgermeister, Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement, Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

**Redaktion:** Stadt Osnabrück, Fachdienst Bürgerengagement und Seniorenbüro, Telefon: 0541 323-3000, E-Mail: buergerberatung@osnabrueck.de

**Fotos:** Stadt Osnabrück; Titelseite oben: ©oneinchpunch – stock.adobe.com; Mitte: Alexander Raths – Fotolia, Stadtwerke Osnabrück AG – Textilsauna – Fotograf; Bettina Meckel-Wolf; S. 35: Trueffelpix – Fotolia; S. 36: Andre B. – Fotolia; ccvision.de

**Der anCos Verlag bedankt sich bei den zuständigen Ansprechpartnern der Stadtverwaltung für die gute Zusammenarbeit und bei den Inserenten für die freundliche Unterstützung zur Realisierung dieser Broschüre.**

Konzeption/Realisierung/Anzeigenteil:



© 2018 anCos Verlag GmbH, 3. Auflage

**anCos Verlag GmbH**  
Lange Straße 14, 49565 Bramsche  
Fon: 05461/88266-0, Fax: 88266-11  
E-Mail: info@ancos-verlag.de  
Internet: www.ancos-verlag.de

Gedruckt auf FSC®-zertifiziertem Recyclingpapier. Nachdruck oder Reproduktionen, auch auszugsweise, nicht gestattet.



Bei der Erstellung der Broschüre wurde sorgfältig recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden.

Haftungsansprüche sind ausgeschlossen. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage richten Sie bitte an die Stadtverwaltung oder den Verlag.

**In unserem Verlag erscheinen:** Publikationen zur Bürgerinformation, Wirtschaftsförderung, Freizeitgestaltung, Einweihungs- und Jubiläumsbroschüren, Ausbildungsmagazine, Bauherrenwegweiser, Seniorenratgeber sowie Hochzeits- und Familienbroschüren



## 1. Aktiv 60plus

In der Stadt Osnabrück wird vieles angeboten, was das Leben als Seniorin oder Senior abwechslungsreich(er) macht: Zahlreiche Vereine und Stadtteiltreffs in Osnabrück laden ein, im „Ruhestandsalter“ aktiv zu werden und die selbstbestimmte Zeit zu nutzen: Ob gesellige Treffen bei einer Tasse Kaffee oder aber Aktivitäten von Nähen, über Kartenspielen, Gymnastik und Reisen. Osnabrück bietet zudem vielfältige Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren.

### Seniorentreffs

#### **Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße**

Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück

Informationen zu Veranstaltungen und Kursen für und mit Seniorinnen und Senioren unter Tel.: 0541 188055  
[gz-lerchenstr@osnabrueck.de](mailto:gz-lerchenstr@osnabrueck.de)

#### **Kinder-, Jugend- und Familienzentrum Heinz-Fitschen-Haus**

Heiligenweg 40, 49084 Osnabrück

Informationen zu Veranstaltungen für und mit Seniorinnen und Senioren unter Tel.: 0541 770090  
[info@heinz-fitschen-haus.de](mailto:info@heinz-fitschen-haus.de)

#### **Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste (MGH)**

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück, Tel.: 0541 76099111  
[mgh@kath-fabi-os.de](mailto:mgh@kath-fabi-os.de), [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

Das MGH hält eine große Bandbreite an Veranstaltungen, wie gesellige Treffs, Sport, Kreatives, Generationenmahlzeit, bereit. Gern können auch neue Angebote mit entwickelt werden. Die regelmäßigen Termine sind im weiteren Verlauf des Seniorenwegweisers einzeln aufgeführt. Das MGH wird gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Öffnungszeiten: montags – donnerstags 9.30 – 18.00 Uhr

#### **Seniorentreff in der „Alten Kasse“**

dienstags 14.00 – 17.00 Uhr

Kleine Schulstraße 38, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 441770

#### **Seniorenfrühstück in der „Alten Kasse“**

jeder 1. Montag im Monat 10.00 – 13.00 Uhr

Kleine Schulstraße 38, 49078 Osnabrück

Anmeldung täglich von 10.00 – 13.00 Uhr

Tel.: 0541 441770

Kosten: 2,50 Euro

### **Bürgertreff Wüste**

Blumenhaller Weg 75, 49080 Osnabrück  
Hier organisieren Bürgerinnen und Bürger ihren Stadtteiltreff selbst: Lesungen, Musikveranstaltungen, Reparatur-Café und vieles mehr stehen auf dem Programm.  
Informationen unter Tel.: 0541 96383230

---

### **Bürgertreff Wüste: Lust- und Laune-Treff**

mittwochs ab 15.00 Uhr  
Blumenhaller Weg 75, 49080 Osnabrück  
keine Anmeldung erforderlich, Eintritt frei

---

### **Stadtteilcafé mit Spieleangeboten**

montags 15.00 – 18.00 Uhr  
Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste  
Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111

---

### **Frühstück im Viertel**

dienstags 10.00 – 12.00 Uhr, 3 Euro  
Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste  
Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111

---

### **Klöncafé im Café Lohmann**

jeden 2. Samstag im Monat, 15.00 – 17.00 Uhr  
In der Dodesheide 65, 49088 Osnabrück  
Information, Tel.: 0541 323-3110  
(Seniorenbüro Stadt Osnabrück)  
Anmeldung, Tel.: 0541 187749  
Fahrdienst gegen eine Aufwandsentschädigung möglich.

---

### **Klöncafé im Gemeinschaftszentrum an der Lerchenstraße**

jeden 2. Donnerstag im Monat, 15.00 – 17.00 Uhr  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Nachbarschaftshilfe Dodesheide,  
Haste, Sonnenhügel e. V.  
Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr  
Tel.: 0541 91090093  
nachbarschaftshilfe@mail.de  
Mitgliedschaft in der Nachbarschaftshilfe erwünscht

---

### **Seniorenkreis und Frauenkreis Ev.-luth. Matthäuskirche**

Gemeindehaus  
Moorlandstraße 63, 49088 Osnabrück  
Seniorenkreis: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat  
15.00 (außer in den Schulferien)  
Frauenkreis: jeden 1. Mittwoch im Monat 15.00 – 16.30 Uhr  
Tel.: 0541 14112

---

### **Seniorenkreis Christus König – Haste**

jeden 3. Mittwoch 15.30 Uhr  
Katholische Kirchengemeinde Christus König  
Johannes-Prassek-Haus  
Bramstraße 105, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 9629350

---

### **Seniorentagestreff in der Pernickelmühle**

offene Gruppe für alle Interessierten  
mittwochs 10.00 – 12.00 Uhr  
Mühlenstraße 6, 49074 Osnabrück  
Pfarrbüro St. Petrus Dom  
Tel.: 0541 318585  
domgemeinde@kg.bistum-os.de

---

### **„Schöner Nachmittag“ – ein Nachmittag für Senior/innen und „Treffpunkt Thomas“**

„Schöner Nachmittag“: jeden 1. und 3. Montag  
15.00 – 17.00 Uhr (außer in den Schulferien)  
Tel.: 0541 14696 (privat bei Renate Gerken)  
„Treffpunkt Thomas“: dienstags 15.00 – 17.00 Uhr  
Tel.: 0541 16854 (privat bei Birgit Klösener)  
Gemeindehaus ev.-luth. Thomaskirche  
In der Dodesheide 46, 49088 Osnabrück

---

### **Nachmittag für Senioren und Junggebliebene**

mittwochs 15.00 – 17.00 Uhr im Steinwerk  
Gemeindehaus St. Katharinen  
An der Katharinenkirche 4, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 6002836  
keine Anmeldung erforderlich, Eintritt frei

---

### **DRK Seniorentreff**

donnerstags, im Winter (Oktober bis März)  
14.30 – 16.00 Uhr, im Sommer: 15.00 – 16.30 Uhr  
Kreisverband Osnabrück-Stadt e. V.  
Konrad-Adenauer-Ring 20, 49074 Osnabrück  
1. Etage, Tel.: 0541 358380  
info@drk-osnabrueck-stadt.de  
www.drk-osnabrueck-stadt.de

---

### **Märchenhaftes Seniorencafé**

alle 3 Monate von 15.30 – 18.00 Uhr  
Wir in Atter e. V., Treffpunkt Atterkirche  
Karl-Barth-Straße 10, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 120183, 6 Euro

---

**Angebote zu geselligen Mittagstischen: siehe Seite 48**

## Treffpunkte an der frischen Luft

Eine detaillierte Übersicht über die unten aufgeführten Treffpunkte im Freien gibt der Osnabrücker ServiceBetrieb auf dieser Internetseite: [geo.osnabrueck.de/spielplatz/#var=start](http://geo.osnabrueck.de/spielplatz/#var=start)

### Öffentliche Bouleplätze

- » Willy-Brandt-Platz (Ecke Schloßwall/Schloßstraße) – Wüste
- » Gustav-Heinemann-Platz (Katharinenviertel) – Wüste
- » Schlossgarten – Innenstadt
- » Memeler Straße – Westerberg
- » Ecke Westfalenweg/Abbioweg – Widukindland

### Öffentliche Mehrgenerationen-Fitnessgeräte:

- » Quartiersspielplatz Willy-Brandt-Platz (Ecke Schloßwall/Schloßstraße) – Wüste
- » Großspielplatz Lerchenstraße (Sonnenhügel)
- » Quartiersspielplatz Ruller Weg (Haste)
- » Quartiersspielplatz Carl-Hermann-Gosling-Platz (Ecke Katharinenstraße/Am Kirchenkamp) – Wüste
- » Haseuferweg im Bereich Hasepark (Rothenburger Straße gegenüber Haus Schinkel) – Schinkel

## Spiel und Spaß

### Nähkurs an der Lerchenstraße

dienstags 9.15 – 11.45 Uhr, kostenpflichtig  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 188055

---

### Handarbeitsgruppe an der Lerchenstraße

jeden 1. Donnerstag im Monat, ab 15.00 Uhr  
Lerchenstraße 135–137 (im Gemeinschaftszentrum)  
49088 Osnabrück  
Nachbarschaftshilfe Dodesheide, Haste, Sonnenhügel e. V.  
Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr  
Tel.: 0541 91090093, [nachbarschaftshilfe@mail.de](mailto:nachbarschaftshilfe@mail.de)  
Mitgliedschaft in der Nachbarschaftshilfe erwünscht

---

### Nähstube – Nachmittag für Seniorinnen

jeden 2. Mittwoch im Monat 14.30 – 16.30 Uhr  
Wilhelm-von-Euch-Straße 2, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 6693-09

---

### Näh- und Handarbeitstreff

montags 9.30 – 12.00 Uhr  
Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste  
Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111, kostenlos

---

### Spielerunde an der Lerchenstraße

jeden 3. Dienstag im Monat, 15.00 – 17.00 Uhr  
Lerchenstraße 135–137 (im Gemeinschaftszentrum)  
49088 Osnabrück  
Nachbarschaftshilfe Dodesheide, Haste, Sonnenhügel e. V.  
Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr  
Tel.: 0541 91090093, [nachbarschaftshilfe@mail.de](mailto:nachbarschaftshilfe@mail.de)  
Mitgliedschaft in der Nachbarschaftshilfe erwünscht

---

### Gesellschafts-Spieletreff

jeden 1. Samstag im Monat für alle interessierten  
Spielebegeisterten, 14.00 – 17.00 Uhr  
Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste  
Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111

---

### Handarbeitsgruppe der Paulusgemeinde

14-tägig, montags 15.00 – 17.00 Uhr (ungerade Wochen)  
Gemeindehaus der Pauluskirche  
Wesereschstraße 76, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0151 64719573

---

### Kartenspieltreff

dienstags 14.30 – 18.30 Uhr  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 188055

---

### Männer spielen Karten – Pernickelmühle

montags 15.30 Uhr  
Mühlenstraße 6, 49074 Osnabrück  
Pfarrbüro St. Petrus Dom  
Tel.: 0541 318 585  
[domgemeinde@kg.bistum-os.de](mailto:domgemeinde@kg.bistum-os.de)

---

### Skatspielen in der „Alten Kasse“

mittwochs 14.30 – 17.00 Uhr  
Kleine Schulstraße 38, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 441770

---

### Gesellig-launiger Spieleabend

jeden 1. Freitag im Monat 19.00 Uhr  
Ev.-luth. Matthäuskirche  
Gemeindehaus  
Moorlandstraße 63, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 187693

---

### „Kino-Kaffee-Klatsch“

jeden 2. Donnerstag im Monat zeigt die Filmpassage  
ausgewählte Filme, zuvor gibt es Kaffee und Kuchen  
(im Preis inbegriffen), Beginn 14.00 Uhr.  
Filmpassage Osnabrück  
Johannisstraße 112-113, 49076 Osnabrück  
Infos und Reservierung: Tel.: 01805 676227  
Vorverkauf 5,90 Euro; Tageskasse 6,90 Euro

---

## Kultur und Bildung

### Bildung

#### Volkshochschule der Stadt Osnabrück

Vorträge, Kurse, Seminare  
Bergstraße 8, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2243  
info@vhs-osnabrueck.de, www.vhs-os.de  
Neues Programm: Januar und August

---

#### Evangelische Familienbildungsstätte e. V.

Die ev. FABI bietet zahlreiche Kurse aus den Bereichen  
Entspannung, Bewegung, Ernährung, Freizeit usw. an.  
Auch Ehrenamtliche, die bestimmte Angebote der  
FABI unterstützen, sind herzlich eingeladen.  
Anna-Gastvogelstraße 1, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 50530-0  
info@ev-fabi-os.de, www.ev-fabi-os.de  
Öffnungszeiten: Mo. 8.00 – 17.30 Uhr,  
Di. – Fr. 8.00 – 13.00 Uhr,  
Di. – Do. 16.00 – 20.00 Uhr

---

#### Evangelische Erwachsenenbildung (EEB)

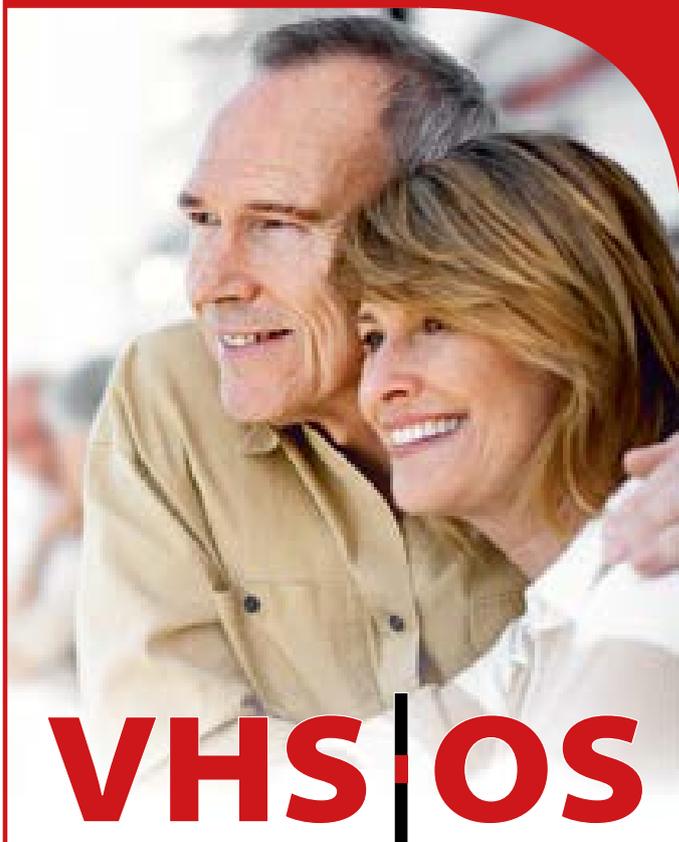
Anna-Gastvogel-Straße 1, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 505410  
eeb.osnabrueck@evlka.de, www.eeb-niedersachsen.de

---

OSNABRÜCK 

# Älter werden:

Neue Interessen entdecken,  
neue Fragen stellen!



*Sprachen lernen mit Muße | Geistig fit und  
beweglich bleiben | Internet – ich bin dabei!  
Gut leben – auch im Alter | Kunst & Kultur  
Bewegung, Entspannung und Fitness  
Aktiv sein und sich engagieren  
... und vieles mehr!*

Volkshochschule der Stadt Osnabrück

Bergstraße 8 | 49076 Osnabrück



05 41 / 323 – 22 43 | info@vhs-os.de

# WÜSTENWERK



Beratung. Assistenz. Pflege.

Tel. 0541 8 25 28

.....

Wüstenwerk ist Ihr ambulanter  
Pflegedienst im Stadtteil Wüste  
und „drumzu“

*Alles Gute!*



## Katholische Familienbildungsstätte e. V.

Offene Treffs, kulturelle, kulinarische, spirituelle und gesundheitsfördernde Bildung und Begegnung laden ein zum AKTIV SEIN. Sprachkurse, Fitness, Literaturtreffs oder Ehrenamtsengagement in familienunterstützenden Projekten wie wellcome, Großelternpatenschaften, Hausaufgabenbetreuung oder Nachhilfe: die Aktivitäten sind vielfältig. Machen Sie mit!

Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 358680

info@kath-fabi-os.de, www.kath-fabi-os.de

Bürozeiten: Mo. – Fr. 8.15 – 12.15 Uhr,

Mo. – Do. 14.45 – 20.00 Uhr

---

## Katholische Erwachsenenbildung Osnabrück (KEB)

Vielfältige Kurse und Vorträge aus den Bereichen „Religion und Glauben“, „Gesellschaft und Politik“ und „Gesundheit und Lebenskompetenzen“ – auch in Ihrer Nähe. Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 35868-71

info@keb-os.de, www.keb-os.de

---

## Bildungsvereinigung Arbeit und Leben

### Niedersachsen Nord gGmbH

Geschäftsstelle Osnabrück

August-Bebel-Platz 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 33807-1877

Bürozeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 16.00 Uhr,

Fr. 8.00 – 13.00 Uhr

---

## Studieren/Lebenslanges Lernen

### an Universität und Hochschule Osnabrück

Zentrale Studienberatung (ZSB)

Neuer Graben 27, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 969-4999

info@zsb-os.de

www.zsb-os.de/studium/lebenslanges-lernen/ufae/

---

## Gaststudium „Universität für Alle“

### Zentrale Studienberatung (ZSB)

Neuer Graben 27, 49074 Osnabrück

Gebäude 19, 1. Stock

Tel.: 0541 969-4999

zsb@uni-osnabrueck.de

www.uni-osnabrueck.de/?id=732

## Museen/Ausstellungen/Besichtigungen

### Kunsthalle Osnabrück

Öffnungszeiten: Di. 13.00 – 18.00 Uhr, Mi. – Fr. 11.00 – 18.00 Uhr, am 2. Do. im Monat 11.00 – 20.00 Uhr, Sa./So./Feiertag 10.00 – 18.00 Uhr  
Hasemauer 1, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2190, [kunsthalle@osnabrueck.de](mailto:kunsthalle@osnabrueck.de)  
[www.osnabrueck.de](http://www.osnabrueck.de), [www.kunsthalle.osnabrueck.de](http://www.kunsthalle.osnabrueck.de)

---

### Museumsquartier Osnabrück mit Felix-Nussbaum-Haus und Kulturgeschichtlichem Museum

Dauerausstellung und wechselnde Angebote; Forum  
Erinnern: Vorträge und Zeitzeugengespräche zu Themen wie Migration, Krieg und Frieden sowie zu Werken aus der Sammlung. Aktuelle Termine auf der Internetseite.  
Öffnungszeiten: Di. – Fr. 11.00 – 18.00 Uhr, Sa./So./Feiertag 10.00 – 18.00 Uhr, 1. Do. im Monat 10.00 – 20.00 Uhr  
Lotter Straße 2, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2207  
[museum@osnabrueck.de](mailto:museum@osnabrueck.de), [www.osnabrueck.de/kgm](http://www.osnabrueck.de/kgm)

---

### Museum am Schölerberg – Natur, Umwelt und Planetarium

Sonntagsführung im Museum: Jeden 1. Sonntag im Monat, keine Anmeldung erforderlich.  
Öffnungszeiten: Di. 9.00 – 20.00 Uhr, Mi. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr, Sa. 14.00 – 18.00 Uhr, So. 10.00 – 18.00 Uhr  
Klaus-Strick-Weg 10, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 560030, [info@museum-am-schoelerberg.de](mailto:info@museum-am-schoelerberg.de)  
[www.museum-am-schoelerberg.de](http://www.museum-am-schoelerberg.de)

---

### Museum Industriekultur Osnabrück gGmbH

Dauerausstellung, wechselnde Angebote auf Anfrage  
Haseschachtgebäude  
Öffnungszeiten: November – Februar: Mi. – Fr. 11.00 – 17.00 Uhr, Sa./So. 10.00 – 18.00 Uhr, März – Oktober: Mi. – So. 10.00 – 18.00 Uhr  
Fürstenauer Weg 171, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 122447  
[info@industriekultur-museumos.de](mailto:info@industriekultur-museumos.de)  
[www.industriekultur-museumos.de](http://www.industriekultur-museumos.de)

---

### Diözesanmuseum und Domschatzkammer

Öffnungszeiten: Di. – So. 10.00 – 18.00 Uhr  
Domhof 12, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 318-481, [museum@bistum-os.de](mailto:museum@bistum-os.de)  
[www.bistum-osnabrueck.de/dioezesanmuseum](http://www.bistum-osnabrueck.de/dioezesanmuseum)

---

### Erich Maria Remarque-Friedenszentrum Osnabrück mit Ausstellung und Remarque-Archiv

Öffnungszeiten: Di. – Fr. 10.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr, Sa./So. 11.00 – 17.00 Uhr  
Markt 6, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2109 und 0541 323-3292

---

### Rathausführung, Rathausinformation

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 17.00 Uhr  
Sa./So. 10.00 – 16.00 Uhr  
Bierstraße 28, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2152

---

## Literatur, Kultur und Co.

### Lagerhalle e.V.

Seit 1976 bietet das Kulturzentrum Lagerhalle im Herzen der Altstadt „Kultur für alle“! Kabarett- und Theatervorstellungen, Konzerte und Filmkunst, Vorträge, Lesungen und Diskussionsveranstaltungen. Im umfangreichen Monatsprogramm findet sich für jeden Geschmack etwas. Die Lagerhalle bietet vielen Engagierten, Kreativen und Künstler/innen einen Raum: Tanz, Chormusik, Schmuckwerkstatt, politische Aktivität oder Selbsthilfe. Informationen zum Kulturprogramm und den aktiven Gruppen finden Sie im monatlichen Programmheft.  
Rolandsmauer 26, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 33874-0  
[lagerhalle@osnanet.de](mailto:lagerhalle@osnanet.de), [www.lagerhalle-osnabrueck.de](http://www.lagerhalle-osnabrueck.de)  
Bürozeiten: Di. – Fr. 14.00 – 18.00 Uhr

---

### Piesberger Gesellschaftshaus

Das Piesberger Gesellschaftshaus bietet jährlich rund 50 Kultur-, Musik und Theaterveranstaltungen, die eigens für den historischen Saal konzipiert werden. Auch für das Außengelände entwickeln Künstler/innen außergewöhnliche Inszenierungen. Einen weiteren Schwerpunkt bilden die ca. 30 Workshops (Steinbildhauerei, Kreistanz, Theater für Eltern und Kinder, Landschaftszeichnen, Salsa etc.) und rund 15 wöchentlich stattfindende Angebote – von Tango Argentino über Chormusik, Trommeln auf Congas bis zum Kinderzirkus und Expeditionen rund um den Piesberg.  
Glückaufstraße 1, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 1208888  
[info@piesberger-gesellschaftshaus.de](mailto:info@piesberger-gesellschaftshaus.de)  
[www.piesberger-gesellschaftshaus.de](http://www.piesberger-gesellschaftshaus.de)  
Bürozeiten: Di. – Fr. 16.00 – 19.00 Uhr

---

### Kulturgespräche im KUKUKs Café

jeden 4. Mittwoch im Monat, ab 15.00 Uhr

Kultur für Alle Osnabrück KAOS e.V.

StadtGalerieCafé, Große Gildewart 14, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 76079112, info@kukuk.de, www.kukuk.de

### Literaturbüro Westniedersachsen

Am Ledenhof 3-5, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 28692

### Stadtbibliothek am Markt

Mo. – Fr. 10.00 – 18.00 Uhr, Sa. 10.00 – 15.00 Uhr

Markt 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2007

info-stadtbibliothek@osnabrueck.de

www.osnabrueck.de/stadtbibliothek

### Bücherbus

Tel.: 0541 323-2007, Mobil: 01525 323-2275

Fahrplan: www.osnabrueck.de

**Atter:** Bramkamp; **Atterfeld:** Düteweg; **Dodesheide/**  
**Sonnenhügel:** Bertolt-Brecht-Straße, Lerchenstraße, Am  
Tannenkamp; **Eversburg/Hafen:** Grüner Weg; **Fledder/**



**Schölerberg:** Am Riedenbach; **Gretesch:** Strothmannsweg;  
**Haste:** Mühlenschweg, Rostocker Straße; **Hellern:** Große  
Schulstraße Nord, Große Schulstraße Süd, Klaus-Stürmer-  
Straße; **Kalkhügel:** Anna-Gastvogel-Straße, Knappsbrink,  
Nahner Weg; **Lüstringen:** Am Hallenbad, Stadtweg; **Nahne:**  
Nahner Kirchplatz; **Pye:** Am Stollenbach, Heroldstraße,  
Münsterberger Straße; **Schinkel:** Heiligenweg; **Schinkel-Ost:**  
Im Fange; **Schinkel/Gartlage:** Ebertallee; **Schölerberg:**  
Bröckerweg, Jellinghausstraße; **Sutthausen:** Gröbelweg;  
**Voxtrup:** Am Heidekotten, Am Mühlenkamp; **Weststadt:**  
Artilleriestraße, Rückertstraße; **Widukindland:** Abbioweg;  
**Wüste:** Am Schwanenbach

EINTRITT  
INKLUSIVE  
1 ST. KUCHEN  
& 1 KAFFEE

# Der KAFFEE-KLATSCH

KAFFEE, KUCHEN & AUSGESUCHTE FILME

DIE AKTUELLEN PROGRAMMHEFTE SIND IN DER  
FILMPASSAGE OSNABRÜCK UND IM SENIOREN-  
BÜRO ERHÄLTlich!

Filmpassage Osnabrück | Johannisstr. 112-113 | 49074 Osnabrück | www.filmpassage.de | Infos & Reservierung unter: 03871-2114040

Filmpassage  
Osnabrück

# MODE M MOBIL

Mode, die zu Ihnen kommt

- Das Modeevent für Ihren Treff/Ihre Einrichtung
- Einkaufserlebnis und persönliche Beratung vor Ort
- Aktuelle Kollektion von Gr. 36 – 62
- Fordern Sie gerne unseren aktuellen Prospekt an

**Manuela und Marc Grodzitzki** · Marktweg 6a · 49170 Hagen a.T.W. · Telefon 0 54 01/87 13 22  
Mobil 01 76 / 99 54 02 16 · grodzitzki@modemobil.de · www.modemobil.de

### **Philosophisches Café im Blue Note**

2005 gründeten die vier Professoren Harald Kerber, Reinhold Mokrosch, Arnim Regenbogen und Elk Franke das „Philosophische Café“ als ein Angebot der Universität für philosophisch interessierte Bürgerinnen und Bürger. Das Café regt Interessierte zum Philosophieren an. Es soll Diskussionen zwischen Nachdenklichen ermöglichen – unabhängig davon, ob diese Buchgelehrte oder Theoriekenner sind oder ob sie ihre Lebenserfahrung aus anderen Quellen schöpfen. Nach einführenden Kurzreferaten haben die Besucherinnen und Besucher das Wort.

Alle 6 Wochen jeweils sonntags von 11.30 – 13.30 Uhr  
Eintritt frei, Tel.: 0541 84281, aregenbo@uni-osnabrueck.de

### **Blue Note**

Erich-Maria-Remarque-Ring 16, 49074 Osnabrück  
[www.cinema-arthouse.de/kino/blue-note](http://www.cinema-arthouse.de/kino/blue-note)

---

### **osradio 104,8 Mhz**

Der Trägerverein des osradio 104,8 e. V. betreibt einen lokalen Bürgerrundfunk für die Stadt und den Landkreis Osnabrück. Das ZEITLOS-Magazin ist jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 18.00 bis 19.00 Uhr auf Sendung.

In der Zeitlos-Redaktion sind Menschen im Alter 50+, die eigene Hörfunkbeiträge produzieren und ihre Sendung selbst moderieren. Jede Woche gibt es ein Live-Interview mit Menschen aus der Region, die etwas Ungewöhnliches oder Besonderes tun. Die Themen für die Beiträge kommen aus den Bereichen Kultur, Kunst, Politik und Soziales.

Lohstraße 45a (im Medienhaus), 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 75040-80, zeitlos@osradio.de, [www.osradio.de](http://www.osradio.de)

---

### **Fachbereich Kultur**

Marienstraße 5/6, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-2405, [kultur@osnabrueck.de](mailto:kultur@osnabrueck.de)

---

### **Gesprächskreis Gott und die Welt**

einmal im Monat 19.30 Uhr  
Ev.-luth. Thomaskirche, in der Thomaskirche  
In der Dodesheide 46, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 1505642

---

### **Ökumenischer Gottesdienst**

Fr. 10.30 – 11.00 Uhr  
Wilhelm-von-Euch-Straße 2, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 6693-09

---

## **Theater spielen**

### **Seniorentheatergruppe „Herbstzeitlose“**

Proben dienstags 9.30 Uhr  
Gemeindehaus „Steinwerk St. Katharinen“,  
An der Katharinenkirche 4, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 43775

---

### **PROBEBÜHNE**

Das Ensemble besteht aus Amateurschauspielern im Alter von 18 bis 80 Jahren.  
Wiesenstraße 1, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 22666, [info@probebuehne.de](mailto:info@probebuehne.de)  
[www.probebuehne.de](http://www.probebuehne.de)

---

### **Theatergruppe „Silberdisteln“**

montags 15.00 Uhr, Theaterspielen am  
Vor- und Nachmittag in der Volkshochschule  
Vortragssaal Bergstraße 8, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-4240  
Tel.-Zentrale VHS: 0541 323-2243

---

### **Theater der Generationen**

Das Theater der Generationen ist ein Angebot des Theaters Osnabrück und bringt Menschen im Alter von 12 bis 100 Jahren zusammen. Weitere Informationen:  
Theaterpädagogin Sophia Grüdelbach, Tel.: 0541 7600163,  
[gruedelbach@theater-osnabrueck.de](mailto:gruedelbach@theater-osnabrueck.de), [www.theater-osnabrueck.de/theaterpaedagogik/theatergruppen](http://www.theater-osnabrueck.de/theaterpaedagogik/theatergruppen)

---

## **Theaterbesuche**

Karten für alle Bühnen mit Ausnahme des Figurentheaters gibt es in der Tourist Information (siehe Seite 23).

### **Städtische Bühnen Osnabrück GmbH**

Domhof 10/11, 49074 Osnabrück  
Öffnungszeiten der Theaterkasse:  
Di. – Fr. 10.30 – 18.30 Uhr, Sa. 10.30 – 14.00 Uhr  
Telefonische Kartenreservierung: 0541 7600076  
Di. – Fr. 11.00 – 18.00 Uhr, Sa. 11.00 – 14.00 Uhr  
[www.theater-osnabrueck.de](http://www.theater-osnabrueck.de), [karten@theater-osnabrueck.de](mailto:karten@theater-osnabrueck.de)

---

### **emma-theater**

Lotter Straße 6, 49078 Osnabrück  
Informationen zum Spielplan und Preisen an der Theaterkasse, siehe Städtische Bühnen Osnabrück GmbH

---

### Figurentheater „Alte Fuhrhaltere“

Kleine Gildewart 9, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 27257

Tel. zur Kartenreservierung: 0541 3356914

Bürozeiten: Mi. – Fr. 10.00 – 13.00 Uhr

[www.figurentheater-osnabrueck.de](http://www.figurentheater-osnabrueck.de)

Karten online erhältlich oder donnerstags von 10.00 – 13.00 Uhr im Figurentheater.

---

### Erstes unordentliches ZimmerTheater e. V.

Lohstraße 45a, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 2599595

[info@zimmertheater-online.de](mailto:info@zimmertheater-online.de), [zimmertheater-online.de](http://zimmertheater-online.de)

---

### PROBEBÜHNE

Das Ensemble besteht aus Amateurschauspielern im Alter von 18 bis 80 Jahren.

Wiesenstraße 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 22666

[info@probebuehne.de](mailto:info@probebuehne.de), [www.probebuehne.de](http://www.probebuehne.de)

---

## Ausflüge/Fahrten

### Ausflugs- und Kulturfahrten

Die Nachbarschaftshilfe Dodesheide, Haste, Sonnenhügel e. V. veranstaltet regelmäßig für und mit ihren Mitgliedern Ausflüge und Fahrten.

Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr

Tel.: 0541 91090093

[nachbarschaftshilfe@mail.de](mailto:nachbarschaftshilfe@mail.de)

Mitgliedschaft erwünscht

---

### Ausflugsfahrten in die Osnabrücker Umgebung

Eva Novak organisiert – unterstützt vom Heinz-Fitschen-Haus – alle 14 Tage dienstags ehrenamtlich kurze Fahrten rund um Osnabrück. Kosten 8 Euro zzgl. Kaffeegedeck

Tel.: 0541 72757

---

### Wallfahrt nach Rulle und Telgte

Termine bitte erfragen

Katholische Kirchengemeinde Christus-König

Bramstraße 105, 49090 Osnabrück

Tel.: 0541 65138

---

## Gesang und Musik

In Osnabrück gibt es viele Möglichkeiten in Gesangsvereinen, Chören oder anderen Gruppen zu singen. Die Volkshochschule und die Familienbildungsstätten halten entsprechende Kursangebote bereit. Auch Kirchengemeinden haben Chöre unterschiedlicher Art, die für alle offen sind.

### Musik- und Kunstschule

Bei uns können Sie musizieren, malen, töpfern ...

Die Musik- und Kunstschule bietet ein vielfältiges Programm für jede Altersgruppe. Was die Kinder können, das dürfen Sie auch! Entdecken Sie neue Seiten, neue Fähigkeiten, lernen Sie Menschen kennen. Manche Großeltern bringen ihre Enkel in die Musik- und Kunstschule und holen sie wieder ab. Warum nicht in der Zwischenzeit selbst Musik oder Kunst machen? Und warum nicht einmal mit den Kleinen zusammen? Es ist nie zu spät für einen Anfang! Sie sind herzlich zu unseren vielfältigen eintrittsfreien Konzerten und Veranstaltungen eingeladen.

### Musik- und Kunstschule der Stadt Osnabrück

Caprivistraße 1, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-4149, [musik-kunstschule@osnabrueck.de](mailto:musik-kunstschule@osnabrueck.de)

[www.osnabrueck.de/musikschule](http://www.osnabrueck.de/musikschule)

Kunst-Werkstatt der Musik- und Kunstschule  
Johannistorwall 12a

---

### FABI-Chor (alle Altersgruppen)

donnerstags 19.45 – 21.15 Uhr (außer Ferien)

Kosten auf Anfrage, Schnuppern möglich

Katholische Familienbildungsstätte e. V.

Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 358680, [info@kath-fabi-os.de](mailto:info@kath-fabi-os.de), [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

Bürozeiten: Mo. – Fr. 8.15 – 12.15 Uhr

Mo. – Do. 14.45 – 20.00 Uhr

---

### „Rosenklang“ im Rosenplatzquartier

Im „Rosenklang“ sind neue Sängerinnen und Sänger herzlich willkommen – nicht nur aus der Gegend Rosenplatz. Vorerfahrung ist nicht erforderlich. Gesungen wird alles, was Spaß macht. Ursprüngliche Idee ist das gemeinsame Singen in interkultureller Begegnung.

Probenzeit: dienstags 19.30 – 21.00 Uhr

ehemalige Teutoburger Schule

Teutoburger Straße 30, 49082 Osnabrück

Chorleiter: Kurt Dombek, Tel.: 0176 62162585

[kurt.dombek@web.de](mailto:kurt.dombek@web.de)

---

## „JazzWeDo“

„JazzWeDo“ singt schwerpunktmäßig Jazz und ähnliches. Es werden immer neue Sängerinnen und Sänger mit Vorerfahrung gesucht. Der Chor ist offen für alle Altersgruppen.

Probenzeit: mittwochs 19.30 – 21.00 Uhr

Kapelle im Hermann-Bonnus-Haus

Rheiner Landstraße 147, 49078 Osnabrück

Chorleiter: Kurt Dombek, Tel.: 0176 62162585

kurt.dombek@web.de

## Veranstungshinweise der Sängerkreisgruppe Osnabrück-Stadt

Jeweils am 1. Mai findet von 11.00 – 12.30 Uhr das Osnabrücker Lyra- oder Masingen auf dem Marktplatz vor dem Rathaus statt. Alle sind eingeladen kräftig mitzusingen. Gesungen werden Volks-, Wander- und Frühlingslieder. Bei Regen wird die Veranstaltung in die Marienkirche verlegt.

Im Oktober eines jeden Jahres veranstaltet die Sängerkreisgruppe Osnabrück-Stadt das große Chorkonzert der Osnabrücker Chöre im Europasaal der OsnabrückHalle. Das Programm ist weit gefächert, so dass für alle Altersklassen etwas geboten wird. Weiter Informationen entnehmen Sie bitte der Presse.

## Sportangebote

### Bäder

Die drei Osnabrücker Bäder bieten ein vielseitiges Sport-, Entspannungs- und Gesundheitsangebot. Als Inhaber des „Osnabrück-Pass“ erhalten Sie in jedem Bad Ermäßigungen.



© Stadtwerke Osnabrück AG –  
Fotograf: Bettina Meckel-Wolf

## Schinkelbad

Mit dem Cabriosol, der Textilsauna und der Salounge kann im Schinkelbad viel für die Gesundheit getan werden. Im Solebecken des Cabriosols die Gelenke schonen und die Durchblutung fördern. In der barrierefreien Textilsauna einfach und schnell mit Badekleidung schwitzen und in der Salounge einfach mal tief durchatmen.

Dreimal wöchentlich bietet das Cabriosol kostenlose Vitalbäder, um die vitalisierenden Eigenschaften von Magnesium, Calcium und Lithium kennen zu lernen.

Im Wegrott 37, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 2002-2280

[www.schinkelbad.de](http://www.schinkelbad.de)

Öffnungszeiten:

Cabriosol 8.00 – 21.00 Uhr (Di. und Do. ab 6.00 Uhr,  
Sa. und So. – 20.00 Uhr)

Salounge 8.00 – 21.00 Uhr (Sa. und So. – 20.00 Uhr)

Textilsauna 10.00 – 20.00 Uhr (Sa. und So. 9.00 – 19.00 Uhr)

Sportbad und Kursbecken bitte erfragen

Unternehmen Lebensqualität

Erleben Sie  
**Meeresklima**  
in Osnabrück.

Genießen Sie ein  
**Solebad** im Cabriosol,  
entspannen Sie in  
unserer **Textilsauna**  
und atmen Sie in dem  
**Salz inhalationsraum**  
Salounge tief durch.

Weitere Informationen unter [www.schinkelbad.de](http://www.schinkelbad.de)

**schinkelbad**   
Cabriosol  
Stadtwerke Osnabrück

## Nettebad

Das Nettebad bietet Abwechslung und Spaß. Ob einen Tag mit den Enkelkindern im Freizeitbad verbringen, im Sportbecken bereits in den frühen Stunden Bahnen ziehen oder den AquaFlex-Kurs mit Freunden besuchen. AquaFitness-Kurse auf Anfrage.

Im Haseesch 6, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 2002-2270, [www.nettebad.de](http://www.nettebad.de)

Öffnungszeiten:

Sportbad 6.30 – 22.00 Uhr

(Di. und Do. ab 6.00 Uhr, Sa. und So. – 20.00 Uhr)

Freizeitbad 9.00 – 22.00 Uhr

Ganzjahres-Außenbecken 9.00 – 21.00 Uhr (wetterabhängig)

Freibad in der Saison 6.30 – 21.00 Uhr



## Loma-Sauna im Nettebad

Die Loma-Sauna hält mit neun Themensaunen und einem weitläufigen Saunagarten besondere Entspannung und Erholung bereit. Nach dem Bahnen ziehen ins Schwitzen kommen oder sich im Spa & Beauty-Bereich verwöhnen lassen.

Im Haseesch 6, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 2002-2255, [www.loma-sauna.de](http://www.loma-sauna.de)

Öffnungszeiten: 9.00 – 23.00 Uhr (Mo. Damensauna)

Spa & Beauty Terminvereinbarung ab 10.00 Uhr

## Moskaubad

Im Sommer bietet das zentrale Freibad in der Wüste viel Platz zum Schwimmen und Sonne genießen. Auch im Hallenbad können beim Kurs „AquaFit 55plus“ Rücken und Gelenke schonend trainiert werden.

Limberger Straße 47, 49080 Osnabrück

Tel.: 0541 2002-2290

[www.moskaubad.de](http://www.moskaubad.de)

Öffnungszeiten:

täglich/jahreszeitlich abweichend, bitte anfragen

## Allgemeinsport

Auf der Internetseite des Stadtsporthundes [www.ssb-osnabrueck.de/infos-fuer-besucher/mitgliedsvereine](http://www.ssb-osnabrueck.de/infos-fuer-besucher/mitgliedsvereine) befindet sich eine Liste mit allen Sportvereinen in Osnabrück, über die man bei den einzelnen Vereinen nach Angeboten suchen kann. Eine entsprechende Broschüre ist in der Bürgerberatung erhältlich. Im folgenden einige Angebote auch anderer Anbieter zur Anregung:

### Best-Age-Fitness – Haste

dienstags 16.55 – 17.55 Uhr (außer Ferien)

Turnhalle der Grundschule Haste

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück

Anmeldung: Tel.: 0179 7797278

4 Euro pro Stunde, günstigere Mitgliedschaft möglich

### Wirbelsäulengymnastik – Haste

dienstags 18.00 – 19.00 Uhr (außer Ferien)

Turnhalle der Grundschule Haste

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück

Anmeldung: Tel.: 0179 7797278

4 Euro pro Stunde, günstigere Mitgliedschaft möglich

### Walking für Frauen ab 50 – Haste

montags 10.00 – 11.00 Uhr, kostenlos

Mehrgenerationenhaus Haste e. V.

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück

Tel.: 0541 76099111

### Beweglich sein und bleiben ab 60 – Haste

donnerstags 10.00 bis 11.00 Uhr

Mehrgenerationenhaus Haste e. V.

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück

Tel.: 0541 76099111

2,50 Euro, Anmeldung erforderlich

**Fit und gesund 60+, Seniorensport – Dodesheide/Sonnenhügel**  
freitags 9.00 – 10.00 Uhr  
SSC Dodesheide e. V., Spiel- und Sportclub  
Reinhold-Tiling-Weg 60, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 189995

---

**Hockergymnastik – Dodesheide/Sonnenhügel**  
montags 15.00 – 15.45 Uhr  
SSC Dodesheide e. V., Spiel- und Sportclub  
Reinhold-Tiling-Weg 60, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 189995

---

**Seniorengymnastik beim OSC – Wüste**  
montags 10.00 Uhr / 11.00 Uhr / 18.00 Uhr, dienstags 9.00 Uhr,  
mittwochs 17.45 Uhr, donnerstags 9.00 Uhr / 10.00 Uhr  
Osnabrücker Sportclub  
Hiärm-Gruppe-Straße 8, 49080 Osnabrück  
2 Probetraining kostenlos  
Anmeldung: Tel.: 0541 5805 777 29

---

**Orientalischer Tanz – Dodesheide/Sonnenhügel**  
SSC Dodesheide e. V., Spiel- und Sportclub  
dienstags 19.30 – 21.00 Uhr, donnerstags 10.00 – 11.30 Uhr  
Reinhold-Tiling-Weg 60, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 189995

---

**Rehasport für Senioren – Dodesheide**  
dienstags 10.30 Uhr  
Behindertensportverein St. Elisabeth Pflege  
Bassumer Straße 36, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 338800

---

**Gymnastik für Senioren – Dodesheide/Sonnenhügel**  
dienstags 9.00 – 10.00 Uhr, 10.00 – 11.00 Uhr, donnerstags  
10.30 – 11.30 Uhr, 11.30 – 12.30 Uhr (Stuhlgymnastik)  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 188055

---

**Hartha Yoga – Dodesheide/Sonnenhügel**  
dienstags 10.00 – 11.00 Uhr  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 188055

---

**Offener Kegeltreff für Senioren – Dodesheide/Sonnenhügel**  
mittwochs 14.00 – 17.00 Uhr  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 188055

---

**Kegelgruppe an der Lerchenstraße – Dodesheide/Sonnenhügel**  
jeden 1. Mittwoch im Monat, 17.00 Uhr  
Lerchenstraße 135–137 (im Gemeinschaftszentrum)  
49088 Osnabrück  
Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr  
Tel.: 0541 91090093  
nachbarschaftshilfe@mail.de  
Mitgliedschaft in der Nachbarschaftshilfe erwünscht

---

**Gemeindewandern – Dodesheide/Sonnenhügel**  
Einmal im Monat am So. 14.00 – 18.00 Uhr  
ev.-luth. Thomaskirche  
In der Dodesheide 46, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 189292

---

**Petsch**  
Rehabilitationsmittel

Vertragspartner fast aller Krankenkassen



**Moderne  
Rehatechnik**



Wir bieten Ihnen sämtliche Rehatechnik, Hilfsmittel und Medizinprodukte wie zum Beispiel:

- Gehhilfen und Rollstühle
- Bad- und Toilettenhilfen
- Dekubitussysteme
- Elektromobile
- Elektrorollstühle
- Treppensteiger
- Pflegebetten

Zertifiziert nach  
DIN EN ISO  
9001:2008



Pagenstecherstraße 65a • 49090 Osnabrück  
Tel.: (0541) 68037 • Fax (0541) 68036  
petsch-reha@osnanet.de • [www.petsch-reha.de](http://www.petsch-reha.de)

Petsch  
Rehabilitationsmittel  
Inh.: Harald Tarras

# Unser Lächeln hilft.

Wir sind Ihr regionaler Partner für Versorgung und Beratung rund um Alltagshilfen, häusliche Pflege und moderne Orthopädie- und Rehathechnik.

Erfahren, kompetent und zuverlässig.

**Gehrmeyer.**

Zentrum für Orthopädie- und Rehathechnik



[WWW.GEHRMEYER.COM](http://WWW.GEHRMEYER.COM)

Averdiekstr. 1 | 4 90 78 Osnabrück | T. 05 41 - 9 45 45 00

## Der Pflegedienst, der die Sonne ins Haus bringt!



*Ich  
freue  
mich  
auf  
Sie!*



Osnabrücker Pflegedienst · Lotterstr. 112 · 49078 Osnabrück · Tel. 0541 4083100  
mail@osnabruecker-pflegedienst.de · [www.osnabruecker-pflegedienst.de](http://www.osnabruecker-pflegedienst.de)

## Seniorenwegweiser online

Entdecken Sie den **Seniorenwegweiser** der Stadt Osnabrück auch online als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung unter

[stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de](http://stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de)



**VfL Osnabrück Senioren Gymnastik – Innenstadt**  
mittwochs 17.00 – 18.00 Uhr und 18.00 – 19.00 Uhr  
Gymnastik für ungeübte Seniorinnen und Senioren  
ab 60 Jahre, weitere Sportangebote auf Anfrage  
Schloßwallhalle (kleine Turnhalle)  
Schloßwall 10, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0151 24022255 (privat bei Sabine Wolff)

---

**Seniorengymnastik – Innenstadt**  
mittwochs 14.00 – 15.00 Uhr  
Deutsches Rotes Kreuz  
Kreisverband Osnabrück-Stadt e. V.  
Konrad-Adenauer-Ring 20, 49074 Osnabrück  
1. Etage, Tel.: 0541 358380

---

**Wirbelsäulen Gymnastik**  
Täglich zu verschiedenen Zeiten  
Breitensportclub e. V.  
Lüstringen: Siemensstraße 9–11, 49086 Osnabrück  
Nahne: Im Nahner Feld 1  
Tel.: 0541 388021

---

## Tanz

**Tanzcafé an der Lerchenstraße**  
sonntags 14.00 – 19.00 Uhr  
Das Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße lädt jeden  
Sonntag tanzfreudige Seniorinnen und Senioren zum  
Tanzcafé ein. Wechselnde Musiker und DJs sorgen für die  
musikalische Unterhaltung. Für das leibliche Wohl ist  
ebenfalls gesorgt. Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger  
sind immer gern gesehen.  
Preis: 3 Euro/5 Euro bei Livemusik zzgl. Verzehr  
Tel.: 0541 188055  
Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße  
Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück  
Buslinie: 51/52/53, Haltestelle: Am Tannenkamp

---

**„Linedance“ im Ziegenbrink**  
donnerstags 16.00 – 18.00 Uhr, 10 Abende/30 Euro  
Gemeinschaftszentrum Ziegenbrink  
Hauswörmannsweg 65, 49082 Osnabrück  
Anmeldung erforderlich unter Tel.: 0541 52344  
dyckhoff@osnabrueck.de  
Bürozeiten: Mo. – Do. 9.00 – 13.00 Uhr,  
Do. 14.00 – 17.00 Uhr

---

**Seniorentanz in der „Alten Kasse“**  
Paar-, Gruppen- und Kreistänze für Junggebliebene –  
unter professioneller Anleitung.  
dienstags 10.00 – 11.30 Uhr  
Kleine Schulstraße 38, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 441770  
kleiner Kostenbeitrag (bitte erfragen)

---

**Tanzen – fit im Kopf und flott auf den Beinen**  
montags 14.15 – 15.45 Uhr  
Katholische Familien-Bildungsstätte Osnabrück e. V.  
Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück  
Bürozeiten: Mo. – Fr. 8.15 – 12.15 Uhr  
Mo. – Do. 14.45 – 20.00 Uhr  
Tel.: 0541 358680, 8 Termine, 36 Euro

---

**Erlebnis-Tanz in der Lagerhalle**  
„Wir tanzen alles außer auf dem Kopf“,  
so Tanzpädagogin Elke Beyling.  
mittwochs 10.00 – 11.30 Uhr, Raum 205  
Lagerhalle Osnabrück, Rolandsmauer 26, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 33874-0  
www.lagerhalle-osnabrueck.de  
Kosten auf Anfrage

---

**VfL Osnabrück Seniorentanzgruppe**  
mittwochs 15.30 – 17.00 Uhr  
Schloßwallhalle (kleine Turnhalle)  
Schloßwall 10, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0151 24022255 (privat bei Sabine Wolff)

---

**Meditatives Tanzen**  
jeden 1. und 3. Monat 20.00 Uhr  
ev.-luth. Matthäuskirche  
Gemeindehaus  
Moorlandstraße 63, 49088 Osnabrück  
Tel.: 05404 3894

---

**Offenes Tanztraining 60+**  
Termine auf Anfrage oder im Monatsspielplan  
Tanzsaal Theater Osnabrück  
Domhof 10/11, 49074 Osnabrück  
Anmeldung unter [dancecompany@theater-osnabrueck.de](mailto:dancecompany@theater-osnabrueck.de)  
oder Tel.: 0541 7600151  
kostenlos

---

## Fahrradfahren

### Fahrradgruppe Nachbarschaftshilfe

#### Dodesheide, Haste, Sonnenhügel

Termine nach Absprache

Mitgliedschaft in der Nachbarschaftshilfe erwünscht

Bürozeiten: Mi. und Fr. 9.00 – 12.30 Uhr

Lerchenstraße 135–137, 49088 Osnabrück

(im Gemeinschaftszentrum)

Tel.: 0541 91090093

nachbarschaftshilfe@mail.de



## Freiwilliges und ehrenamtliches Engagement von und für Seniorinnen und Senioren

### „Ja, ich will ... mich freiwillig engagieren!“ – Freiwilligen-Agentur Osnabrück

Sie haben Zeit und Lust sich ehrenamtlich zu engagieren? Sie wissen aber noch nicht wo und in welchem Umfang? Dann lassen Sie sich in der Freiwilligen-Agentur der Stadt Osnabrück kostenlos beraten:

#### Das Informations- und Beratungsgespräch:

Die Freiwilligen-Agentur Osnabrück ist seit 2002 ein kompetenter und verlässlicher Partner des Osnabrücker Gemeinwesens für alle Bürgerinnen und Bürger, die sich freiwillig engagieren möchten, vollkommen unabhängig von Geschlecht, Alter, Herkunft oder Religion. Sie begleitet, unterstützt und spornt an, sodass Sie Ihre vielfältigen Interessen, Qualifikationen und Erfahrungen in ihr freiwilliges Engagement einbringen können. In einem Gespräch von 30 bis 45 Minuten wird

erkundet, was für Sie passend sein könnte. Außerdem ist Zeit für Ihre Fragen und für ergänzende Informationen z.B. zur Versicherung im Ehrenamt. In der Regel gehen Sie nach der Beratung mit drei bis vier Vorschlägen nach Hause.

#### Entwicklung und Anerkennung

Die anfangs nur auf Vermittlung ausgerichtete Agentur ist inzwischen zu einer Entwicklungsagentur herangewachsen. Rahmenbedingungen, Partizipationsmöglichkeiten und eine Kultur der Anerkennung für Freiwillige sind unabdingbare Grundsätze.

Doch nicht nur die Bürgerinnen und Bürger werden unterstützt, auch Organisationen, Wohlfahrtsverbänden und Institutionen können die Kooperation mit der Freiwilligen-Agentur nutzen. So gibt es eine große, laufend aktualisierte Kartei für Möglichkeiten des freiwilligen Engagements. Weiterbildungs- und Qualifikationsmöglichkeiten werden angeboten, neue Projekte entwickelt sowie Öffentlichkeitsarbeit geleistet.

Aktiv ist die Freiwilligen-Agentur auch in der ehrenamtlichen Flüchtlingsarbeit. Mit Hilfe von drei Stellen für Bundesfreiwilligendienstleistende werden Ehrenamtliche in die Bereiche Sprache, Schule, Mobilität oder Alltagsbewältigung vermittelt. Auch Geflüchtete werden beraten und begleitet. Dies fördert die Integration und das Erlernen der Sprache, ermöglicht das Knüpfen sozialer Kontakte und leistet so einen wichtigen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenleben.

#### Stadt Osnabrück – Freiwilligen-Agentur Osnabrück

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 9.00 –

17.00 Uhr, Fr. 9.00 – 13.00 Uhr

Tel.: 0541 323-3105

freiwilligenagentur@osnabrueck.de

www.osnabrueck.de/freiwilligen-agentur

Freiwilligen-  
Agentur  
OSNABRÜCK

## Älteren Menschen ein Stück Einsamkeit nehmen – Werden Sie ehrenamtliche Seniorenbegleiterin oder -begleiter!

Als ehrenamtlicher Seniorenbegleiter spenden Sie älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern Zeit, ein offenes Ohr und Gesellschaft. Gemeinsam werden Sie aktiv und gestalten die Freizeit: ein Besuch im Theater, spazieren im Park, bei Kaffee und Kuchen im Straßencafé klönen ... Als Seniorenbegleiter/-in können Sie einsamen Menschen ein längst verlorenes Gefühl vermitteln: wieder wahrgenommen zu werden. Je nach Bedarf und Möglichkeiten können die Inhalte der Seniorenbegleitung ganz unterschiedlich ausfallen: **pflegerische und hauswirtschaftliche Tätigkeiten gehören aber nicht dazu.**

Ein Kurs, der auf dieses Ehrenamt vorbereitet, wird regelmäßig vom Seniorenpflegezentrum im Seniorenbüro der Stadt Osnabrück angeboten. Der DUO-Senirenbegleiter-Kurs wird in Form eines lebendigen Seminars gestaltet, in dem die Teilnehmer Kommunikationsgrundlagen und vielfältige Beschäftigungsmöglichkeiten für und mit Seniorinnen und Senioren kennenlernen. Aber auch der Austausch untereinander und das gegenseitige Kennenlernen kommen nicht zu kurz. Wesentlich ist auch das Erlernen im Umgang mit Hilfsmitteln, damit zukünftige Seniorenbegleiter sicher an die Begleitung herangehen können. Der Kurs ist dank einer Förderung des Landes Niedersachsen für Ehrenamtliche kostenfrei und wird von der Evangelischen Erwachsenenbildung durchgeführt.

### Stadt Osnabrück

#### Seniorenbüro mit Senioren- und Pflegestützpunkt

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-3110

oelke@osnabrueck.de, [www.osnabrueck.de/senioren](http://www.osnabrueck.de/senioren)

## Die Ehrenamtskarte

Wer langfristig ehrenamtlich aktiv ist, kann die Ehrenamtskarte des Landes Niedersachsen erhalten, mit der es niedersachsenweit und natürlich auch in Osnabrück Vergünstigungen gibt. Siehe dazu Kapitel 6 Finanzen und Recht, Seite 73.



## Stiften Sie Zeit und Ideen – Bürgerstiftung Osnabrück!

Auch die Bürgerstiftung Osnabrück ist auf das Engagement ehrenamtlich arbeitender Bürger angewiesen. Die Aufgaben sind vielfältig und umfangreich. Informieren Sie sich direkt bei der Bürgerstiftung über die unterschiedlichen Projekte, die Unterstützung benötigen: Stiften Sie Zeit, Engagement und Begeisterung!



© Fotograf: Hermann Pentermann

Natürlich beruht die Arbeit der Bürgerstiftung Osnabrück auch auf finanzieller Unterstützung. Viele Ziele sind nur durch Stifter und Zustiftungen zu erreichen.

Das Stiftungskapital ist die Basis für die Förderungsmöglichkeiten. Aus der Verzinsung des Stiftungskapitals kann die Bürgerstiftung Projekte fördern. Die Stiftungsaufsicht und die Finanzverwaltung gewährleisten, dass das Stiftungskapital nie angegriffen wird und die Förderungen somit ordnungsgemäß laut Satzung eingesetzt werden. Ein Ziel der Bürgerstiftung ist es also, möglichst viele neue Stifter zu gewinnen, die mit ihrem Beitrag das Stiftungskapital und damit die Basis des Wirkens erhöhen.

### Bürgerstiftung Osnabrück

Lohstraße 2, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-1000

[buergerstiftung@osnabrueck.de](mailto:buergerstiftung@osnabrueck.de)

[www.buergerstiftung@os.de](http://www.buergerstiftung@os.de)

[www.buergerstiftung-os.de](http://www.buergerstiftung-os.de)



BÜRGERSTIFTUNG  
OSNABRÜCK

## Wirtschafts-Senioren Osnabrück e. V.



„Alt hilft jung“: Die Wirtschafts-Senioren Osnabrück sind ein eingetragener Verein unter dem Dach der Wirtschaftsförderung Osnabrück. Die Mitglieder sind ehemalige Führungskräfte und Unternehmer aus der Wirtschaft; sie beraten ehrenamtlich bei der Existenzgründung, Unternehmenssicherung und Unternehmensnachfolge. Zur Zielgruppe gehören insbesondere kleine und mittlere Unternehmen aus dem Großraum Osnabrück. Wenn Sie eine akademische und/oder fundierte berufliche Ausbildung haben, über langjährige Führungserfahrung als Manager oder selbstständiger Unternehmer verfügen, nicht mehr im aktiven Berufsleben stehen, aber aus Idealismus noch gerne weiterhin aktiv sein wollen, melden Sie sich gern bei den Wirtschaftssenioren.

### CUT

Westerbreite 7, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0541 9778103  
info@wirtschafts-senioren-os.de  
www.wirtschafts-senioren-os.de

## Ehrenamtlich aktiv beim Diakoniewerk Osnabrück

Seniorinnen und Senioren können sich beim Diakoniewerk Osnabrück in den Altenhilfeeinrichtungen freiwillig engagieren. Das Diakoniewerk hat ein großes Aufgabenspektrum und ist offen für Angebote, die Freiwillige gerne selbst umsetzen möchten.

In einem persönlichen Gespräch werden Wünsche und Einsatzmöglichkeiten geklärt.

Nähere Informationen zum Ehrenamt beim Diakoniewerk Osnabrück erhalten Sie online in der Stellenbörse für Ehrenamt: [www.diakoniewerk-os.de/ehrenamt/stellenangebote.html](http://www.diakoniewerk-os.de/ehrenamt/stellenangebote.html)

### **Ansprechpartnerin ist die Freiwilligenkoordinatorin des Diakoniewerks: Susanna Waller**

Tel.: 0541 69267-10  
susanna.waller@diakoniewerk-os.de

## Familienbildungsstätten und Mehrgenerationenhaus

Evangelische und katholische Familienbildungsstätte arbeiten beide intensiv mit Freiwilligen und bieten für diese auch kostenlose Weiterbildungen an.

Auch das Mehrgenerationenhaus Haste benötigt immer ehrenamtliche Hilfe. Es bietet aber auch Raum für die Umsetzung neuer Ideen.

### **Evangelische Familienbildungsstätte e. V.**

Anna-Gastvogel-Straße 1, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 50530-0  
info@ev-fabi-os.de, [www.ev-fabi-os.de](http://www.ev-fabi-os.de)

### **Katholische Familienbildungsstätte e. V.**

Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 358680  
info@kath-fabi-os.de, [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

### **Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste (MGH)**

Mehrgenerationenhaus Osnabrück-Haste  
Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111  
mgh@kath-fabi-os.de, [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

## Weitere Aktivitäten / Nachbarschaftshilfe

### Nachbarschaftshilfen

In Osnabrück gibt es in verschiedenen Stadtteilen Nachbarschaftshilfevereine. Ihr Ziel ist unter anderem, über die so genannte „Hilfe auf Gegenseitigkeit“ im Rahmen kleinerer Hilfstätigkeiten wieder Kontakte in der Nachbarschaft und im Stadtteil herzustellen. Kontakte und Kommunikation zwischen den Generationen sollen gefördert werden. Sie bieten ein breit gefächertes Angebot an Hilfen, zum Beispiel für hilfsbedürftige Menschen und helfende bzw. pflegende Angehörige. Dazu können Besuchsdienste, Spazierengehen und Begleitung oder kleinere Dienste (Einkäufe, leichtere Gartenarbeit, kleine Schreiarbeiten, kleinere hauswirtschaftliche oder handwerkliche Hilfen usw.) gehören. Denkbar ist auch die kurzzeitige Vertretung und Entlastung von pflegenden Angehörigen oder jungen Eltern, Hilfe für Alleinerziehende sowie verschiedene Veranstaltungen geselliger Art. Die Vereine haben sich in der AgNES Osnabrück (Arbeitsgemeinschaft



Nachbarschaftshilfe, Engagement, Selbsthilfe) zusammengeslossen und werden von der Freiwilligen-Agentur (siehe Seite 20) koordiniert.

Folgende Vereine und Gruppen finden Sie in Osnabrück:

#### **Hand in Hand – Nachbarschaftshilfe am Schölerberg**

Fledder und in Nahne e. V.

Tel.: 0541 3327086

---

#### **Nachbarschaftshilfe Dodesheide/Haste/Sonnenhügel e. V.**

im Gemeinschaftszentrum Lerchenstraße 135–137

49088 Osnabrück

Tel.: 0541 91090093

---

#### **Helfen in Hellern e. V.**

Nachbarschaftliche Hilfe mit Jung und Alt im Osnabrücker Stadtteil Hellern

Kleine Schulstraße 38 (Stadtteiltreff „Alte Kasse“),

49078 Osnabrück

Tel.: 0541 4480500 mit Anrufbeantworter

---

#### **Nachbarschaftshilfe Wüste/Kalkhügel e. V.**

Rehmstraße 79–83, 49080 Osnabrück

(Bischof-Lilje-Altenzentrum)

Tel.: 0541 5002767

---

#### **Unterstützende Nachbarschaften Wüste**

Wüstenstraße: Renate Wall, Tel.: 0541 87402

Kiwittstraße: Marianne Steinhoff, Tel.: 0541 87266

August-Hölscher-Straße: Heike Brandt, Tel.: 0541 4098785

---

#### **Seniorenwochen – aktiv 60plus**

Jedes Jahr im August/September finden die mehrwöchigen Osnabrücker Seniorenwochen statt. Rund 50 Veranstaltungen aus den Bereichen Fahrten, Sport/Bewegung, Besichtigung/Ausflug, Info/Bildung/Kultur sowie Unterhaltung stehen auf dem Programm. Dabei kommen viele Angebote zu den Bürgerinnen und Bürgern in die Stadtteile. In jedem Jahr werden neue Themenschwerpunkte gesetzt. Ein wichtiges Anliegen ist es, für OS-Pass-Inhaber Veranstaltungen ermäßigt anzubieten.

#### **Stadt Osnabrück – Seniorenbüro**

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-3000

seniorenbuero@osnabrueck.de

www.osnabrueck.de/senioren

---



#### **Tourist Information der Stadt Osnabrück**

Die Tourist Information Osnabrück und Osnabrücker Land hält nicht nur Informationen für Touristen bereit. Hier erhalten Sie auch Stadtpläne, Rad- und Wanderkarten, Osnabrück-Geschenke und Veranstaltungstipps für die Stadt und die Region. Möchten Sie deutschlandweit Veranstaltungstickets über den Kartenvorverkauf erwerben? Die Kolleginnen und Kollegen der Tourist Information sind Ihnen gerne behilflich. Außerdem können Sie den Newsletter der Tourist Information abonnieren und bekommen so alle wichtigen Informationen aus Stadt und Region.

Bierstraße 22–23, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2202

tourist-information@osnabrueck.de

www.osnabrueck.de/tourismus/service

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 9.30 – 18.00 Uhr, Sa. 10.00 – 16.00 Uhr

---



## 2. Stadtentwicklung und Seniorenpolitik

Die Bevölkerungsgruppe 60plus wächst. Die Lebenserwartung jedes Einzelnen ist deutlich gestiegen und demnächst kommen die geburtenstarken Jahrgänge ins Seniorenalter. Die kommunale Seniorenpolitik steht angesichts dieses sozialen und demographischen Strukturwandels vor großen Herausforderungen. Alterung, wachsende kulturelle Differenzierung, Veränderungen der Familienstruktur, Vereinzelung, steigende Altersarmut sowie eine lange nachberufliche Perspektive stellen neue Anforderungen an die Stadt und ihre Gesellschaft. Art und Beschaffenheit von Wohnraum, Straßen und Plätzen, Verkehrssysteme und Versorgungseinrichtungen, Dienstleistungen und soziale Netze müssen sich anpassen. Kommunen sind in besonderer Weise gefordert, denn die Bedingungen für gute Lebensqualität – auch im Alter – werden in erheblichem Umfang vor Ort geschaffen. Kommunale Seniorenpolitik muss daher angepasst werden und überkommene Altersbilder über Bord werfen, denn Alter wird individuell unterschiedlich gelebt: Aktive, mobile, engagierte ältere Menschen gestalten einerseits ihr Leben selbstständig und selbstbestimmt. Sie verfügen über vielfältige Potenziale und Ressourcen, die sie in das Gemeinwesen einbringen. Andererseits gibt es Senioren mit ganz unterschiedlichem Unterstützungs-, Hilfs- und Pflegebedarf sowie wachsende Altersarmut und Vereinsamung. Neues kommunalpolitisches Denken und Handeln muss sich an Standards der Planungs- und Prozesssteuerung orientieren, das Zusammenspiel professioneller Dienste und sozialer Netzwerke neu ordnen sowie kommunale

Politikfelder als Querschnittsaufgabe „alterskompatibel“ gestalten: von der Stadt(teil)entwicklung über Bau- und Verkehrsplanung, Bildungs- und Gesundheitsangebote bis zur Aktivierung des bürgerschaftlichen Engagements und der lebendigen Nachbarschaften. Kommunale Seniorenpolitik muss aber auch die Selbstverantwortung der älter werdenden Generation einbeziehen und die Zielgruppe selbst beteiligen. Eine erste Handlungsgrundlage wurde mit dem Stadtentwicklungskonzept „**Älterwerden in Osnabrück**“ erarbeitet. ([www.osnabrueck.de/aelderwerden](http://www.osnabrueck.de/aelderwerden)).

Wichtige Akteure, die den Prozess der Neuausrichtung aktiv mitgestalten, werden auf den folgenden Seiten vorgestellt.

### Seniorenbeirat Osnabrück – gemeinsam stark fürs Alter!

Im Januar 2017 wurde der Seniorenbeirat für die Stadt Osnabrück neu gebildet. Dreizehn gewählte Mitglieder aus der Bürgerschaft, zwei Vertreter der Arbeitsgemeinschaft der freien Wohlfahrtspflege sowie drei Vertreter der Politik und ein entsandtes Mitglied aus dem Migrationsbeirat kümmern sich seither ehrenamtlich um die vielfältigen Anliegen der Generation 60plus und haben dabei alle Hände voll tun. Der Seniorenbeirat ist ein kommunalpolitisches Gremium, das die Belange der über 60-jährigen Osnabrückerinnen und Osnabrü-

cker vertritt. Er sorgt dafür, dass die Älteren an der politischen Willensbildung vor Ort beteiligt werden und ihre Kompetenzen und Fähigkeiten der Gemeinschaft zu Gute kommen. Langfristiges Ziel ist es, seniorenrelevante Einrichtungen, Angebote und Dienste an die Bedürfnisse einer älter werdenden Stadtgesellschaft anzupassen. Der Seniorenbeirat fördert die Teilhabe Älterer am gesellschaftlichen Leben. Er setzt sich dafür ein, dass niemand wegen seines Alters oder seiner altersbedingten Beeinträchtigungen benachteiligt wird. Die Mitglieder des Beirates arbeiten überparteilich, überkonfessionell und verbandsunabhängig. Mit dem Gremium des Seniorenbeirates soll eine kommunale Seniorenpolitik mit statt für Seniorinnen und Senioren gemacht werden. Zur vertieften Bearbeitung von Themen und zur Umsetzung von konkreten Projekten werden Arbeits- und Projektgruppen gebildet.

Der Seniorenbeirat hat u. a. folgende Aufgaben und Rechte:

1. Mitwirkung an kommunalpolitischen Entscheidungen als Vertreter der Interessen von Seniorinnen und Senioren.
2. Mitwirkung bei der Planung und Durchführung von Maßnahmen, [...] für Seniorinnen und Senioren insbesondere in den Bereichen Stadtplanung/Stadtentwicklung, Soziales, Freizeit/Kultur/Bildung, Mobilität, Wohnen, Gesundheit/Pflege/Sport.
3. Beratung von Rat, Fachausschüssen und Verwaltung [...] in allen Fragen „rund ums Alter“; Mitarbeit in den entsprechenden Ausschüssen; Einbringen von Empfehlungen.
4. Informationsrecht über seniorenrelevante Vorhaben.
5. Zusammenarbeit mit Gremien, Verbänden, Vereinigungen, Gruppen, Vereinen, Initiativen und Einrichtungen.

#### Gewählte Mitglieder des Osnabrücker Seniorenbeirats:

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| » 1. Vorsitzender: | » Ralf Haas          |
| Paul Meimberg      | » Ulrich Illner      |
| » 2. Vorsitzende:  | » Peter Landscheidt  |
| Elisabeth Bühring  | » Jörg-Martin Rassow |
| » Hartmuth Böth    | » Helga Stübbe       |
| » Burckhard Döhmen | » Gerhard von Oesen  |
| » Mathias Eckardt  | » Jürgen Wilkewitz   |
| » Bernd Glüsenkamp |                      |

#### Nachrückerinnen:

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| » Monika Janssen | » Gabriele Uthmann |
|------------------|--------------------|

#### Von der Arbeitsgemeinschaft Freie Wohlfahrtspflege Osnabrück entsandte Mitglieder:

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| » Angelika Dreier | » Franz-Josef Schwack |
|-------------------|-----------------------|

#### Vertreter Sozialausschuss:

- » Anke Jacobsen (Bündnis90/DIE GRÜNEN)
- » Andreas Reinisch-Klaß (SPD)
- » Günter Sandfort (CDU)

#### Vertreter Migrationsbeirat:

- » Cihan Temur

#### Kontakt zum Seniorenbeirat über das Seniorenbüro (siehe Seite 28)

## Arbeitskreis Wohnen und Leben im Alter Lokale Agenda 21 Osnabrück

#### Lokale Agenda 21 Osnabrück – was ist das?

Auf der Konferenz für Umwelt und Entwicklung der Vereinten Nationen 1992 in Rio de Janeiro verabschiedeten 178 Staaten die „Agenda 21“ mit dem Leitbild einer nachhaltig zukunftsfähigen Entwicklung. Sie richtet sich an Staatengemeinschaften, Länder und Kommunen. Auf weiteren Konferenzen wurde das Prinzip bestätigt: Ökologie, Ökonomie und Soziales sollen in einem gleichberechtigten Verhältnis stehen, damit auch künftige Generationen ihre Bedürfnisse decken können. In Osnabrück arbeiten seit Mitte der 90er Jahre engagierte Bürgerinnen, Bürger, Institutionen und Unternehmen in verschiedenen Arbeitskreisen an einer „Lokalen Agenda 21 für Osnabrück“. Ihr Motto ist dabei: „Global Denken – Lokal Handeln“!



Im Arbeitskreis Wohnen und Leben im Alter treffen sich im achtwöchigen Rhythmus Bürgerinnen und Bürger sowie Vertreterinnen und Vertreter von Unternehmen und Institutionen. Der Arbeitskreis versteht sich ergänzend zum Osnabrücker Seniorenbeirat als Interessenvertreter der älter werdenden Bevölkerung in Osnabrück sowie als vernetzendes Gremium. Er wählt seine Themen eigenständig und entwickelt oder unterstützt nachhaltige Lösungen für die Zukunft der Stadt Osnabrück. Dazu beteiligt sich der Arbeitskreis regelmäßig im Frühjahr an der Immobilienmesse der Sparkasse Osnabrück. Er möchte ermutigen, sich einen Plan für das Älterwerden zu machen und rechtzeitig notwendige Schritte für die eigene Wohnsituation zu Hause und im Umfeld zu tun. Ziel ist dabei das selbstständige Wohnen verbunden mit größtmöglicher Lebensqualität auch im höheren Alter. Neu- und Umbauten können mit flexiblen Grundrissen und bei Beachtung einiger Bedingungen zu annähernd gleichen Kosten Wohnraum

schaffen, der für viele Lebensphasen und auch das Leben im Alter geeignet ist. Bei seiner Arbeit legt der Arbeitskreis großen Wert auf die Kontakte zu anderen Gruppen in Osnabrück, die an ähnlichen Themen arbeiten. Der Arbeitskreis erstellt regelmäßig die Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ (siehe Seite 40).

### Stadt Osnabrück

Fachdienst Bürgerengagement und Seniorenbüro  
Tel.: 0541 323-4429, steinkamp@osnabrueck.de  
www.osnabrueck.de/agenda

## Migrationsbeirat

Im Migrationsbeirat der Stadt Osnabrück, der aus 16 gewählten Mitgliedern sowie Vertretern des Stadtrates besteht, werden die Belange und Interessen aller Zuwanderergruppen erörtert und in die kommunalpolitischen Diskussions- und Entscheidungsprozesse eingebracht. Der Zweck des Beirates ist es, die Beziehungen der in der Stadt lebenden unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen zu fördern. In diesem Sinne ist der Beirat eine Interessenvertretung für Menschen mit Migrationshintergrund in Osnabrück. Gemeinsam mit den Entsandten der Ratsfraktionen bearbeitet der Beirat integrationsrelevante Themen. Ideen und Vorschläge für eine von kultureller Vielfalt geprägte Stadtgesellschaft werden von den ehrenamtlichen Mitgliedern, die überwiegend selbst einen Migrationshintergrund haben, entwickelt und angestoßen. Der Migrationsbeirat tagt öffentlich ca. fünf Mal im Jahr.

### Stadt Osnabrück – Geschäftsstelle Migrationsbeirat

Tel.: 0541 323-4628, sabelhaus@osnabrueck.de  
www.osnabrueck.de/migrationsbeirat.html

## Parteien/Verbände/Interessenvertreter

### Senioren Union der CDU Deutschlands (SU)

Die 1988 gegründete SU ist eine „junge“ Vereinigung der CDU Deutschlands. Mit ihren Kreisvereinigungen verfügt sie – zusammen mit ihrer bayerischen Schwester – über eine bundesweite Präsenz. Die Senioren Union vertritt die Interessen der älteren Generation in der CDU und in der Gesellschaft. Sie will Politik nicht nur für Senioren machen, sondern mit ihnen. Sprachrohr der Senioren Union ist die Zeitschrift „Souverän“

#### Vorsitzender: Franz-Josef Schwack

Tel.: 0541 387888 (privat)  
Schwack@osnanet.de, www.cdu-osnabrueck.de

### SPD Arbeitsgemeinschaft 60plus

Die Älteren in der SPD haben sich zur Arbeitsgemeinschaft (AG) SPD 60plus zusammengeschlossen. Die AG versteht sich als Gruppierung der Älteren innerhalb der SPD, die inhaltliche Impulse und Anregungen für die Politik gibt und zugleich Vermittlerin zwischen den Generationen und den Älteren in anderen Organisationen, Verbänden und Institutionen sein will. Ziel ist es, die Interessen der Älteren innerhalb und außerhalb der SPD zu vertreten, das Engagement der Älteren zu fördern und Menschen, ob jung ob alt, für die sozialdemokratische Idee zu gewinnen. Die Aktiven, die in der AG 60plus mitarbeiten, spiegeln die älter werdende Bevölkerung in Osnabrück wider. Sie alle haben unterschiedliche Lebenserfahrungen und Auffassungen, die sie in die Arbeit einbringen. Diskussionen, Vorträge und Exkursionen bereichern den eigenen Horizont.

Regelmäßige Treffen: 2. Montag im Monat, 15.00 Uhr  
AWO-Zentrum Salzmarkt  
Holtstraße 43, 49074 Osnabrück

#### Vorsitzender: Peter Landscheidt

Tel.: 0541 8601418, peter@landscheidt.de

### Der Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)

Der Sozialverband Deutschland (SoVD) vertritt die Interessen der Rentner, der Patienten und gesetzlich Krankenversicherten sowie der pflegebedürftigen und behinderten Menschen. Er bietet seinen Mitgliedern Beratung in allen sozialrechtli-

**Größter Interessenverband der Sozialversicherten, behinderten Menschen, Rentner**

- Rat**
- Hilfe**
- Rechtsschutz**

für Mitglieder in allen sozialrechtlichen Angelegenheiten

**SOZIALVERBAND**  
**VdK**  
NIEDERSACHSEN-BREMEN

Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen e.V.  
Geschäftsstelle Osnabrück • Heinrichstraße 37 • 49080 Osnabrück  
Telefon (0541) 25310 • Telefax (0541) 9989485 • ra-osnabrueck@vdk.de  
www.vdk.de/niedersachsen-bremen

chen Fragen, zum Beispiel zur gesetzlichen Kranken-, Renten- und Pflegeversicherung sowie in behindertenrechtlichen Fragen. Das beginnt bei der Antragstellung und reicht bis zur Vertretung vor den Sozialgerichten. Ziel ist, dass die rund 560.000 Mitglieder die ihnen zustehenden Leistungen auch erhalten.

„Soziale Gerechtigkeit“ steht im Mittelpunkt. Beim SoVD können sich Interessierte in den 2.300 Ortsverbänden engagieren und mit anderen gemeinsam aktiv werden.

#### **SoVD-Kreisverband Osnabrücker-Land**

SoVD-Beratungszentrum:

Goethering 3, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 350540

[info@sov-d-osnabruecker-land.de](mailto:info@sov-d-osnabruecker-land.de)

[www.sovd-osnabruecker-land.de](http://www.sovd-osnabruecker-land.de)

---

#### **Sozialverband VdK Deutschland e. V.**

Der Sozialverband VdK mit seinen mehr als 1,8 Millionen Mitgliedern setzt sich für soziale Gerechtigkeit ein. Er vertritt die sozialpolitischen Interessen seiner Mitglieder gegenüber der Politik. Er leistet die Interessenvertretung der Älteren und Rentner, Behinderten und Kranken, Sozialversicherten, Pflegebedürftigen und Pflegenden, Kriegs- und Wehrdienstbeschädigten, Zivildienststopfer, Unfall- und Gewaltopfer, Hinterbliebenen, Berufs- und Erwerbsunfähigen, Arbeitslosen und Sozialhilfeempfänger. VdK-Mitglieder profitieren von kompetenter Beratung im Sozialrecht. Der VdK ist parteipolitisch und konfessionell neutral sowie finanziell unabhängig. Seine Themen: Rentenpolitik, Behindertenpolitik, Pflege- und Gesundheitspolitik, soziale Gerechtigkeit.

#### **Geschäftsstelle Osnabrück**

Rat-Hilfe-Rechtsschutz für Osnabrück

Heinrichstraße 37, 49080 Osnabrück

Tel.: 0541 25310

[ra-osnabrueck@vdk.de](mailto:ra-osnabrueck@vdk.de), [www.vdk.de/kv-osnabrueck](http://www.vdk.de/kv-osnabrueck)

---

#### **Senioren der DGB- Gewerkschaften**

In den DGB- Mitgliedsgewerkschaften IG BAU, IG BCE, GEW, IG Metall, NGG, GdP, EVG und Verdi besteht eine rege Seniorenarbeit mit Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen, Freizeitaktivitäten und Reisen. Die politische Interessenvertretung sowie Sozialrechtsberatung und -vertretung erfolgt durch die Mitgliedsgewerkschaften und den Deutschen Gewerkschaftsbund.

Informationen und Kontakt direkt über die

#### **Mitgliedsgewerkschaften oder den DGB Osnabrück**

August-Bebel-Platz 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 338060, [osnabrueck@dgb.de](mailto:osnabrueck@dgb.de)

[www.osnabrueck-emsland.dgb.de](http://www.osnabrueck-emsland.dgb.de)

---

#### **Landesseniorenrat Niedersachsen e. V.**

Der Landesseniorenrat (LSR) Niedersachsen vertritt die Interessen der Seniorinnen und Senioren in Niedersachsen. Er wurde 1983 gegründet und ist ein parteipolitisch und konfessionell unabhängiger eingetragener Verein. Derzeit sind 210 Seniorenvertretungen aus Gemeinden, Landkreisen und kreisfreien Städten Niedersachsens im LSR vertreten. Der LSR organisiert in enger Kooperation mit dem Niedersächsischen Sozialministerium den Fachaustausch zwischen den Seniorenvertretungen und die zweimal jährlich stattfindende Niedersächsische Seniorenkonferenz. Er wendet sich mit politischen Forderungen zu verschiedenen Themen rund ums Alter an die Landesregierung.

#### **Landesseniorenrat Niedersachsen e. V.**

Odeonstraße 12, 30159 Hannover

Geschäftsstelle: Mo. – Do. 10.00 – 14.00 Uhr

Tel.: 0511 123-6425

[info@landesseniorenrat.de](mailto:info@landesseniorenrat.de), [www.landesseniorenrat.de](http://www.landesseniorenrat.de)

---

#### **Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO)**

Die BAGSO ist die Lobby der älteren Menschen in Deutschland. Unter ihrem Dach haben sich über 100 Verbände mit vielen Millionen älteren Menschen zusammengeschlossen. Die BAGSO vertritt deren Interessen gegenüber Politik, Wirtschaft und Gesellschaft und hat dabei immer auch die nachfolgenden Generationen im Blick. Sie organisiert Veranstaltungen und Projekte und gibt Publikationen sowie Stellungnahmen heraus. Sie setzt sich ein für ein realistisches Altersbild in der Gesellschaft, ein selbstbestimmtes Leben im Alter, die gesellschaftliche Teilhabe und Partizipation älterer Menschen, ein solidarisches Miteinander der Generationen, eine hochwertige gesundheitliche und pflegerische Versorgung sowie die Interessen älterer Verbraucherinnen und Verbraucher.

#### **Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)**

Thomas-Mann-Straße 2–4, 53111 Bonn

Tel.: 0228 2499930

[kontakt@bagso.de](mailto:kontakt@bagso.de), [www.bagso.de/die-bagso.html](http://www.bagso.de/die-bagso.html)

---



## 3. Beratung

Rund ums Älterwerden kann eine Reihe von Fragen auftauchen. Nicht immer sind Angehörige und Freunde in der Nähe oder die geeigneten Ansprechpartner, um Antworten zu finden. In Osnabrück gibt es zahlreiche Anlaufstellen, die zu unterschiedlichen Themen beraten und weiterhelfen. Manchmal muss man sie allerdings erst finden bzw. von ihnen wissen. Hier geben vor allem die Bürgerberatung und das Seniorenbüro mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt der Stadt Osnabrück gern Orientierung.

Der städtische Pflegestützpunkt berät kostenlos, neutral und vertraulich zu allen Pflegethemen berät – und das nicht nur in der Beratungsstelle, sondern auf Wunsch auch zuhause.

Neben den städtischen Beratungsstellen bieten auch zahlreiche Stellen in Wohlfahrtsverbänden, Kirchen, Gewerkschaften, Verbänden und Vereinen sowie in Unternehmen ihre Hilfe an. Eine ganze Reihe finden Sie in dieser Broschüre (auch in den Kapiteln 2, 5 und 6), aber sicher gibt es noch viele weitere.

### Kommunale Beratungsangebote

#### Das städtische Seniorenbüro

##### Seniorenbüro der Stadt Osnabrück – Anlaufstelle für Sie!

Das Seniorenbüro bildet mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt gemeinsam die städtische Anlaufstelle „rund ums Alter“. Hier erhalten Sie Informationen zu allen Fragen, die mit dem Älterwerden oder mit der Vorbereitung auf die Lebensphase „Alter“ verbunden sind. Ob Freizeitangebote, wohnraumnahe Dienstleistungen, soziale Unterstützung oder „Wohnen im Alter“ – im Seniorenbüro laufen viele Fäden zusammen.

##### Die Aufgaben des Seniorenbüros:

- » allgemeine Seniorenberatung über Unterstützungsangebote, soziale und haushaltsnahe Dienstleistungen
- » Beratung zu barrierefreiem, selbstständigem Wohnen im Alter
- » Engagementförderung: Organisation von Freiwilligenprojekten zur Unterstützung von älteren Menschen (z. B. ehrenamtliche Seniorenbegleitung, ehrenamtliche Wohnberatung, Mobiler Einkaufswagen, Entlastung pflegender Angehöriger, Nachbarschaftshilfe)

- » Netzwerkarbeit: Beteiligung an Arbeitskreisen rund ums Thema „Alter(n)“
- » Information zu Angeboten für Senioren
- » Treffpunkt zum Austausch: Unterstützung der Projektideen und Anregungen von Osnabrücker Bürgern
- » Quartiersentwicklung: Förderung der altersgerechten Gestaltung und Entwicklung der Stadtteile
- » Informationsveranstaltungen rund ums Älterwerden
- » strategische Ausrichtung der Seniorenarbeit
- » Geschäftsführung des Seniorenbeirates



Die Beratung erfolgt kostenfrei, vertraulich und neutral. Die Räume des Seniorenbüros sind barrierefrei zugänglich. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!

### Stadt Osnabrück

Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement  
 Fachdienst Bürgerengagement und Seniorenbüro

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

– Katharina Oelke, Tel.: 0541 323-3110  
 seniorenstuetzpunkt@osnabrueck.de

– Anette Herlitzius, Tel.: 0541 323-2122  
 seniorenbuero@osnabrueck.de

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 9.00 – 17.00 Uhr,

Fr. 9.00 – 13.00 Uhr. Termine nach Vereinbarung.

### Pflegestützpunkt

Mitte 2018 kommt der Pflegestützpunkt Osnabrück an der Bierstraße 32a zum Seniorenbüro mit

Seniorenstützpunkt, Bürgerberatung und Freiwilligen-Agentur hinzu. Dadurch wird das bestehende Beratungsangebot um den wesentlichen Bereich der „Pflege“ erweitert. Die Einrichtung eines unabhängigen, kommunalen Pflegestützpunktes war eine der drängendsten Forderungen im Stadtentwicklungskonzept „Älterwerden in Osnabrück“. Der Pflegestützpunkt berät pflegebedürftige, ältere, behinderte oder chronisch kranke Menschen. Er stellt den Kontakt zu den jeweiligen Kranken- oder Pflegekassen her, hilft, einen Überblick über das wachsende Angebot an speziellen Dienstleistungen zu behalten und unterstützt bei der Koordinierung der haupt- und ehrenamtlichen Hilfsangebote. Übergeordnetes Ziel ist die möglichst langfristige selbstbestimmte Lebensführung der zu pflegenden Menschen. Aber auch die pflegenden Angehörigen stehen im Fokus und sollen unterstützt werden.



## Seniorenhilfe und Haushaltshilfe

Mit zunehmendem Alter wird es nicht gerade leichter, den Anforderungen des täglichen Lebens und des eigenen Haushaltes selbstständig gerecht zu werden. Möchten Sie als Angehörige(r) einen lieben Menschen gut betreut wissen? Oder wünschen Sie als Senior(in) persönlich eine Hilfe im Alltag?



Bild: fotolia.com, Alexander Raths

### Möglichst lange im eigenen Zuhause bleiben ...

Der Service von iDT ermöglicht Senioren, dass sie sich weiterhin in ihrer vertrauten Umgebung wohlfühlen können. Eine regelmäßige Hilfe im Alltag, im persönlichen Umfeld, kann hier eine gute Alternative zu den Angeboten eines Seniorenheimes oder des betreuten Wohnens sein.

### Service für Senioren mit Herz und Hand.

Auch Familienmitglieder werden entlastet und haben das beruhigende Gefühl, ihre Eltern, Großeltern oder andere Angehörige in guten Händen zu wissen. Das Angebot von iDT-Osnabrück ist daher speziell an Senioren gerichtet, die bei der Bewältigung der alltäglichen Aufgaben unterstützt werden möchten sowie an deren Angehörige, die für ihre Lieben eine vertrauensvolle und fürsorgliche Hilfe wünschen.



iDT Osnabrück-Münster-Bielefeld

Peter Rademacher

Hafenringstr. 10

49090 Osnabrück

Tel.: 0541 99899525

E-Mail: rademacher@idt-online.de

Internet: www.idt-online.de

### Pflegestützpunkt der Stadt Osnabrück

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-3110 oder -4494

pflegestuetzpunkt@osnabrueck.de

www.osnabrueck.de/pflegestuetzpunkt

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 9.00 – 17.00 Uhr,

Fr. 9.00 – 13.00 Uhr. Termine nach Vereinbarung.

### Städtische Altenhilfe

Die Altenhilfe als Teil des Sozialen Dienstes der Stadt Osnabrück bearbeitet folgende Aufgaben, insbesondere für Menschen mit finanziellem Hilfebedarf:

- » Beratung bei allen Fragen und Problemen, die sich aus der besonderen Lebenssituation des älteren Menschen ergeben.
- » Vermittlung von ambulanten und teilstationären Hilfen, die den selbstständigen Verbleib des alten Menschen in seiner häuslichen Umgebung sicherstellen
- » Ermittlung des Hilfebedarfs vor Ort sowie die Regelung der Übernahme der damit entstehenden Kosten

# Besser wohnen

in Osnabrück



# HVO

Heimstättenverein Osnabrück  
Wohnungsbau-Genossenschaft

**Tel. 05 41/2 80 61-0**

Georgstraße 15 · 49074 Osnabrück  
kontakt@hvo-eg.de · www.hvo-eg.de

**BAUEN &  
WOHNEN  
BARRIEREFREI** e. V.



**Ihre Partner für barrierefreies Bauen,  
Sanieren, Renovieren und Wohnen.**



[www.wohnen-ohne-barrieren.com](http://www.wohnen-ohne-barrieren.com)



## Seniorenwegweiser online

Entdecken Sie den **Seniorenwegweiser** der Stadt Osnabrück auch online als multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung unter

[stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de](http://stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de)



- » Aufnahme von Pflegegutachten bei Antragstellern, die nicht Mitglied der gesetzlichen Pflegeversicherung sind
- » Zusammenarbeit mit ambulanten und teilstationären Einrichtungen der Altenhilfe, insbesondere mit örtlichen Sozialstationen und gewerblichen Pflegediensten

### **Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement Sozialer Dienst Altenhilfe/Hilfe zur Pflege**

Stadthaus 2, Natruper-Tor-Wall 5, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2531 und 0541 323-2501

poelmann@osnabrueck.de

tobergte.e@osnabrueck.de

grass.n@osnabrueck.de

Sprechzeiten: Do. 14.00 – 16.00 Uhr, Fr. 9.00 – 10.30 Uhr

Die Stadt Osnabrück berät auch zur Vorsorgevollmacht und gesetzlicher Betreuung (siehe dazu Seite 77). Sie haben ein geringes Einkommen und Fragen zur Finanzierung von Pflege oder auch Ihres täglichen Bedarfs? Dazu beraten weitere Fachdienste der Stadt Osnabrück – siehe Kapitel „Finanzen und Recht“ ab Seite 75.

## **Bürgerberatung**

In der Bürgerberatung erhalten Bürgerinnen und Bürger eine Vielzahl von kostenfreien Informationsbroschüren von Stadt, Land, Bund, EU und anderen. Im persönlichen Gespräch unterstützen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei allen Fragen rund um das kommunale Handeln. Als „Wegweiser“ hilft die Bürgerberatung, den richtigen Ansprechpartner zu finden. Anregungen und Beschwerden sind hier willkommen, in Ergänzung zum Bürgeramt werden Beglaubigungen durchgeführt.



### **Stadt Osnabrück – Bürgerberatung**

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-3000

buergerberatung@osnabrueck.de

## **Bürgeramt**

Für alle Dienstleistungen, die im Bürgeramt, der Ausländerbehörde oder für die Einbürgerung und Namensänderungen von Deutschen wahrgenommen werden können, müssen im Vorfeld Termine vereinbart werden. Nicht-EU-Staatsangehörige

buchen für An-, Ab- und Ummeldungen einen Termin in der Ausländerbehörde. Dieses gilt auch, wenn sie Familienangehörige eines Deutschen sind. Alle Buchungen sind online möglich: [www.osnabrueck.de/terminvergabe](http://www.osnabrueck.de/terminvergabe)

### **Stadt Osnabrück – Bürgeramt**

Natruper-Tor-Wall 2, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-3006

buergeramt@osnabrueck.de

Öffnungszeiten: Mo. und Di. 8.00 – 16.00 Uhr,

Mi. und Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, Do. 8.00 – 17.30 Uhr

## **Freiwilligen-Agentur**

In der Freiwilligen-Agentur erhalten Sie Beratung rund um freiwilliges Engagement und Ehrenamt. Weiteres siehe in „Aktiv 60plus“, Seite 20.



## **Integrationsberatung**

Der Fachdienst Integration bietet ein spezielles Beratungsangebot an: In Ergänzung zu anderen Einrichtungen beraten, vermitteln und begleiten zwei Integrationsberater hilfesuchende Menschen mit Migrationshintergrund. Sie sind gleichzeitig Ansprechpartner für die Belange der Migrantenselbstorganisationen und leisten auf Anfrage interkulturelle Fachberatung für andere Organisationen (zum Beispiel Jobcenter, Sozialdienste).

Tel.: 0541 323-2540 und 323-4440

stele@osnabrueck.de; dogan@osnabrueck.de

## **Beratung Wohnbauförderung**

Auskünfte und Beratung zur Wohnbauförderung, unter anderem zum Thema „Altersgerechte Modernisierung von Wohneigentum“, erhalten Sie im Fachbereich Städtebau.

### **Stadt Osnabrück**

Fachbereich Städtebau – Wohnbauförderung

Dominikanerkloster

Hasemauer 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2410, theurich@osnabrueck.de

# Gesundheit ist (k)eine Frage des Alters.

Altersmedizin (Geriatric) ✦ Pflegeheime ✦ Akutmedizin



[www.niels-stensen-kliniken.de](http://www.niels-stensen-kliniken.de)

## Gesundheitsdienst für Landkreis und Stadt Osnabrück mit Sozialpsychiatrischem Dienst

Im höheren Alter kann sich ein Mensch durch eine Krankheit wie beispielsweise die Alzheimer-Demenz oder ähnliche Krankheitsbilder psychisch so stark verändern, dass die Angehörigen dringend Hilfe und Beratung benötigen. In solchen Fällen kann der Sozialpsychiatrische Dienst fachkundig beraten. Die Mitarbeiter beraten und helfen auch bei anderen psychischen Erkrankungen, ferner bei Behinderungen, Suchtkrankheiten sowie bei Gefährdung des alten Menschen auf Grund seiner Krankheit.

Leitung: Dr. med. Gerhard Bojara  
Kreishaus, Am Schölerberg 1, 49082 Osnabrück

Außenstelle „Haus der Gesundheit“  
Hakenstraße 6, 49074 Osnabrück  
Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 13.00 Uhr,  
Do. 8.00 – 17.30 Uhr und nach Vereinbarung  
Tel.: 0541 501-3120

## Weitere Beratungsstellen in Osnabrück

### Soziale Dienste der Krankenhäuser

Wenn Sie oder ein Familienmitglied sich im Krankenhaus befinden und Rat und Hilfe zur Überwindung krankheitsbedingter Schwierigkeiten benötigen, können Sie sich an den Sozialen Dienst des jeweiligen Krankenhauses wenden. Sie erhalten dort Beratung und Unterstützung unter anderem zur weiteren ambulanten (zu Hause) oder stationären Behandlung nach dem Krankenhaus.

#### Klinikum Osnabrück GmbH

Sozialmanagement/Sozialer Dienst  
Am Finkenhügel 1, 49076 Osnabrück

- Klinik allgemein Tel.: 0541 405-422700
- Klinik für Geriatrie Tel.: 0541 405-7240
- AKUT Neurologie Tel.: 0541 405-422703
- Neurologische Rehaklinik Tel.: 0541 405-422711

#### Niels-Stensen-Kliniken Marienhospital Osnabrück

Sozialer Dienst  
Bischofstraße 1, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 326-8886, -8884, -8885, -8887, -8888 oder  
über die Zentrale 0541 326-0

#### Paracelsus-Klinik Osnabrück

Entlassmanagement/Sozialdienst  
Am Natruper Holz 69, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 966-3214  
Tel.: 0541 966-4211

#### Niels-Stensen-Kliniken Franziskus-Hospital Harderberg

Sozialer Dienst  
Alte Rothenfelder Straße 23, 49124 Georgsmarienhütte  
Tel.: 0541 502-2170 oder über Zentrale 0541 502-0

#### AMEOS Klinikum

Knollstraße 31, 49088 Osnabrück  
Gerontopsychiatrisches Zentrum (Knollstraße 86)  
Sozialdienst – Tel.: 0541 313-89713

- Gerontopsychiatrische Tagesklinik  
Zentrale: Tel.: 0541 313-0
- Tagesstätte für ältere Menschen  
Tel.: 0541 313-89373

## Wohlfahrtsverbände und Co.

Viele weitere Verbände, Vereine und Organisationen bieten Beratung und Hilfe für Menschen mit sozialen Problemen und Fragen z. B. rund um die Themen finanzielle Unterstützung, Pflegeversicherung, Alltagshilfen, Gesundheit.

#### Arbeiter-Samariter-Bund

Landesverband Niedersachsen e. V.  
Kreisverband Osnabrück  
Frankenstraße 6, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 957300  
[info@asb-osnabrueck.de](mailto:info@asb-osnabrueck.de), [www.asb-osnabrueck.de](http://www.asb-osnabrueck.de)

#### Arbeiterwohlfahrt (AWO)

Sozialstation  
Holtstraße 43, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 2050030  
[sozialstation@awo-os.de](mailto:sozialstation@awo-os.de), [www.awo-os.de](http://www.awo-os.de)

#### Bahnhofsmission Osnabrück

Hauptbahnhof/Gleis 1, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 27310  
[osnabrueck@bahnhofsmission.de](mailto:osnabrueck@bahnhofsmission.de)  
[www.bahnhofsmission.de](http://www.bahnhofsmission.de)

**Beratungsstelle für hörgeschädigte Menschen  
in Niedersachsen e. V.**

Knollstraße 96, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 1800982 oder 1800971  
g.otten@os-hho.de, www.hho-os.de

---

**Caritasverband für die Diözese Osnabrück e. V.**

Knappsbrink 58, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 34978-0  
DiCV-Osnabrueck@caritas.de, www.caritas-os.de

---

**DIOS – Diakonie Osnabrück Stadt und Land gGmbH**

Turmstraße 10–12, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 98119-0  
info@diakonie-os.de, www.diakonie-os.de

---

**Deutsches Rotes Kreuz**

Kreisverband Osnabrück-Stadt e. V.  
Konrad-Adenauer-Ring 20, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 35838-0  
info@drk-osnabrueck-stadt.de, www.drk-osnabrueck.de

---

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**

Brückenstraße 3, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 66969-0  
mail@juh-osnabrueck.de, www.juh-osnabrueck.de

---

**Alzheimer Gesellschaft Osnabrück e. V.**

**Selbsthilfe Demenz**  
Johannisfreiheit 11a, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 58049274  
info@alzheimer-os.de, www.alzheimer-os.de

---

**Malteser Hilfsdienst gGmbH**

Mercatorstraße 5, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 50522-0  
osnabrueck@malteser.org  
www.malteser-osnabrueck.de

---

**Osnabrücker Hospiz e. V.**

Ambulante Begleitung und Hospiz-Pflegeberatungs- und  
Palliativdienst  
Johannisfreiheit 7, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 350550  
info@osnabruecker-hospiz.de, www.osnabruecker-hospiz.de

---

**Paritätischer Wohlfahrtsverband**

Kleebergstraße 10, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 408040, osnabrueck@paritaetischer.de  
www.osnabrueck.paritaetischer.de

---

**SoVD-Kreisverband Osnabrücker-Land**

Goethering 3, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 350540, info@sovd-osnabruecker-land.de  
www.sovd-osnabruecker-land.de

---

**Sozialverband VdK Deutschland e. V.**

Heinrichstraße 37, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 25310  
ra-osnabrueck@vdk.de, www.vdk.de/kv-osnabrueck

---

**Tackse**

Tages- und Anlaufstelle für chronisch Kranke und  
Selbsthilfe in begleiteten Gruppen  
Lerchenstraße 58, 49088 Osnabrück, Tel.: 0541 6002646

---

**Bunte Beratungsstelle in Lüstringen**

Die „Bunte Beratungsstelle“ unter dem Dach von „Jedes Kind  
braucht einen Engel“ nimmt ökumenisch den spezifischen Be-  
ratungsbedarf und die abnehmende Mobilität von Senioren  
auf: „Beratung dort, wo die Menschen leben“. Zusätzlich lau-  
fend wechselnde Angebote für Senioren.

Mindener Straße 337, 49086 Osnabrück-Lüstringen  
Öffnungszeiten: auf Anfrage unter Tel.: 0541 20067893 oder  
www.jkbee.de

weiterer Kontakt:

Diakon, Tel.: 0541 66099070  
lindemann@kirchenkreis-osnabrueck.de  
Gemeindereferent, Tel.: 0541 93837-13  
dirk-schnieber@st-joseph-os.de

---

**„Die Voxtruper Brücke“**

Die Voxtruper Brücke ist ein wohnortnaher Beratungs- und  
Koordinationsstützpunkt für die Anwohner des Stadtteils Vox-  
trup. Hier können Sie alle Fragen rund ums Alter stellen und  
werden fachkundig beraten oder weiter vermittelt.  
Antoniusweg 9, 49086 Osnabrück  
Tel.: 0541 33880-135, rwitte@st-elisabeth-pflege.de

---



## Beratung bei speziellen Fragen

### Rentenberatung

Die Rente als Alterssicherung hat für jede Bürgerin und jeden Bürger große Bedeutung. Zur Rente treten häufig eine Reihe von Fragen auf. Am besten lässt man diese von Fachleuten beantworten. Zuverlässige Auskünfte über Rentenproblematiken erhalten Sie bei folgenden Stellen:

#### Deutsche Rentenversicherung – Beratungszentrum

Hannoversche Straße 6–8 (Telekomgebäude),  
49084 Osnabrück

Tel.: 0541 35077-0 (Termine)

Beratung.in.osnabrueck@drv-bsh.de

www.deutsche-rentenversicherung.de

Sprechzeiten: Mo. und Mi. 8.00 – 15.00 Uhr

Di. und Do. 8.00 – 18.00 Uhr, Fr. 8.00 – 13.00 Uhr

#### Stadt Osnabrück

Die Stadt Osnabrück ist behilflich bei der Aufnahme von Anträgen für Versichertenrenten. Außerdem können Sie Rentenunterlagen beglaubigen lassen.

Fachbereich Recht und Datenschutz

Stadthaus 2, Natrupe-Tor-Wall 5, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2241 und 323-2261

linnemeyer@osnabrueck.de, klumpe@osnabrueck.de

### Steuerpflicht für Rentner

Seit 2005 sind mehr Rentnerhaushalte steuerpflichtig. Da die Steuerpflicht von unterschiedlichen Faktoren abhängig ist, muss in Einzelfällen geklärt werden, ob Steuern anfallen. Bei Fragen können Sie sich an die Servicecenter der Finanzämter wenden.

#### Finanzamt Osnabrück-Stadt

Süsterstraße 46/48, 49074 Osnabrück

Servicecenter: Tel.: 0541 354-0

Mo. – Mi. und Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, Do. 12.00 – 17.00 Uhr

#### Finanzamt Osnabrück-Land

Winkelhausenstraße 24–28, 49090 Osnabrück

Servicecenter: Tel.: 0541 5842-0

Mo., Mi., Do., Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, Di. 12.00 – 17.00 Uhr

#### Steuerhotline der niedersächsischen Finanzämter

kostenfrei, Tel.: 0800 9980997

Mo. – Do. 8.00 – 18.00 Uhr, Fr. 8.00 – 15.00 Uhr

### Schuldnerberatung

Bürgerinnen und Bürger, die ihren Zahlungspflichten nicht mehr nachkommen können, erhalten umfassende Beratung und praktische Hilfe zur Lösung ihrer finanziellen Probleme.

#### SKM – Kath. Verein für soziale Dienste in Osnabrück e. V. – Schuldner-/Insolvenzberatung

Alte Poststraße 11, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 33144-32 und 0541 33144-35

r.krons@skm-osnabrueck.de, www.skm-osnabrueck.de

#### Diakonie Schuldnerberatung

Diakonisches Werk in Stadt und Landkreis Osnabrück  
gemeinnützige GmbH

Lohstraße 65, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 760287-11

schuldnerberatung@dw-osl.de, www.dw-osl.de

### Beratung rund ums Wohnen

Bei Kündigung, Mieterhöhung oder Fragen rund um die Wohnung hilft der Mieterverein weiter. Eigentümer wenden sich gern an Haus und Grund.

#### Mieterverein für Osnabrück und Umgebung e. V.

Goethering 37, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 22238 oder 22268

info@mieterverein-osnabrueck.de

www.mieterverein-osnabrueck.de



### **Haus und Grund Osnabrück**

Verein der Haus-, Wohnungs- und Grundeigentümer  
Osnabrück e. V.  
Arndtstraße 32, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 94002-0, [info@haus-und-grund-osnabrueck.de](mailto:info@haus-und-grund-osnabrueck.de)  
[www.haus-und-grund-osnabrueck.de](http://www.haus-und-grund-osnabrueck.de)

---

### **Verbraucherberatung**

Allen Informationsmöglichkeiten zum Schutz des Verbrauchers zum Trotz gibt es Situationen, in denen der Rat von Fachleuten für Verbraucherfragen benötigt wird. In solchen Fällen hilft die Verbraucherberatung.

#### **Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.**

Beratungsstelle Osnabrück  
Große Straße 84/85, 49074 Osnabrück  
Öffnungszeiten: Mo. und Do. 10.00 – 18.00 Uhr  
Di. 10.00 – 14.00 Uhr; sowie nach Vereinbarung  
Tel.: 0541 22779 und 0511 911960  
[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de)

---

### **Frauenberatungsstelle Osnabrück**

Frauen helfen Frauen. Im Hintergrund steht der feministische Grundgedanke aus Solidarität, Respekt und Parteilichkeit. In Stadt und Landkreis Osnabrück sind wir die einzige Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle, die sich auf Frauen und ihre Belange konzentriert. Wir bieten kurzfristig, kostenlose, anonyme, persönliche oder telefonische Gesprächstermine an. Das vielfältige Angebot an Gruppen, Vorträgen und Workshops ermöglicht es, sich über bestimmte Themen zu informieren oder einfach beisammen zu sein und neue Kontakte zu knüpfen.

Spindelstraße 41, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 803405  
[info@frauenberatung-os.de](mailto:info@frauenberatung-os.de), [www.frauenberatung-os.de](http://www.frauenberatung-os.de)

---

### **Opferberatung**

Wenn Sie oder jemand aus Ihrer Familie Opfer einer Straftat wurde und wissen möchte, welche Hilfe es für Opfer von Kriminalität gibt, wenden Sie sich an:

#### **Opferhilfebüro Osnabrück**

Goethering 30, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 3153950 und 3153951  
Sprechzeiten: Mi. 10.00 – 12.00 Uhr  
[www.opferhilfe.niedersachsen.de](http://www.opferhilfe.niedersachsen.de)

---

#### **WEISSER RING – Osnabrück**

Tel.: 0151 11740244  
[www.osnabrueck-niedersachsen.weisser-ring.de](http://www.osnabrueck-niedersachsen.weisser-ring.de)

---

### **Seelsorge**

#### **Cityseelsorge**

Für Menschen, die in einer schwierigen Situation sind, ein vertrauliches Gespräch suchen oder einfach mal mit einer unbeteiligten Person reden möchten, gibt es die Cityseelsorge. Ausgebildete und erfahrene Berater und Beraterinnen hören zu und geben Orientierungshilfe. Die Beratung ist anonym und kostenlos. Ein Angebot des evangelisch-lutherischen Kirchenkreises Osnabrück in Zusammenarbeit mit der Kirchengemeinde St. Katharinen.

#### **Sakristei der St. Katharinenkirche**

An der Katharinenkirche, 49074 Osnabrück  
[www.kirchenkreis-osnabrueck.de/seelsorge/cityseelsorge](http://www.kirchenkreis-osnabrueck.de/seelsorge/cityseelsorge)  
Do. 11.00 – 13.00 Uhr

---

#### **TelefonSeelsorge**

Manchmal ist man total verzweifelt und niemand ist zu erreichen, zum Beispiel nachts oder an Feiertagen oder man scheut ganz einfach den Weg zu einer Beratungsstelle. Man würde sich am liebsten den Kummer von der Seele reden, aber man hat niemanden, bei dem man sich aussprechen kann. Das geht nicht nur älteren Menschen so, aber gerade sie sind häufig betroffen, weil bei ihnen die Vereinsamung oft eine bedrückende Rolle spielt. Einen Ausweg aus dieser Situation kann die TelefonSeelsorge bieten. An sie kann sich zu jeder Zeit jeder wenden, denn die TelefonSeelsorge ist rund

um die Uhr besetzt und unter folgenden kostenlosen Rufnummern zu erreichen:

Tel.: 0800 1110111, 0800 1110222, 0800 116123

## Kostenlose Rechtsantragsstelle

### Beratungshilfe

Auskunft und Rat in Rechtsfragen zu erteilen, ist in erster Linie Aufgabe der Rechtsanwälte. Wer sich auf Grund seiner persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse keinen Rechtsanwalt leisten kann, kann Beratungshilfe erhalten. Die Entscheidung, ob die gesetzlichen Voraussetzungen für den Erhalt von Beratungshilfe vorliegen, trifft das Amtsgericht. Der Antrag kann mündlich oder schriftlich beim Amtsgericht gestellt werden. Der Justizservice gibt keine Rechtsberatung!

**Formulare und weitere Informationen finden sich auf der Internetseite.**

Bei einer positiven Entscheidung wird ein Berechtigungsschein ausgestellt, mit dem ein Rechtsanwalt eigener Wahl aufgesucht werden kann. Der Antrag muss persönlich gestellt werden. Mitzubringen sind Nachweise über Einkommen, monatliche Ausgaben wie Miete, Strom, Ratenzahlungen etc. Um die Notwendigkeit der anwaltlichen Hilfe zu belegen, sind weiterhin die Unterlagen zum Sachverhalt (bisheriger Schriftwechsel, eigene Schreiben in Kopie, ...) erforderlich. Die Beratungsbeihilfe wird beantragt beim

### Amtsgericht Osnabrück – Justizservice

Kollegienwall 29–31, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 315-2222, [www.amtsgericht-osnabrueck.de](http://www.amtsgericht-osnabrueck.de)

Öffnungszeiten des Justizservice:

Mo., Di., Mi., Fr.: 8.30 – 12.30 Uhr, Do. 12.00 – 16.00 Uhr

### Prozesskostenhilfe

Die Prozesskostenhilfe soll es jedermann ermöglichen, sein Recht vor den Gerichten zu suchen oder zu verteidigen. Wem Prozesskostenhilfe bewilligt wird, der muss keine Vorschüsse auf die Prozesskostenhilfe zahlen. Dazu gehören die Gerichtskosten und die Anwaltskosten. Die Bewilligung der Prozesskostenhilfe setzt voraus:

1. Die Partei kann die Kosten der Prozessführung nach ihren persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnissen nicht, nur zum Teil oder nur in Raten aufbringen.

2. Die beabsichtigte Rechtsverfolgung oder Rechtsverteidigung muss hinreichende Aussicht auf Erfolg bieten und nicht mutwillig erscheinen.

Beide Voraussetzungen prüft das Gericht, das für den Rechtsstreit zuständig ist.

Den Antrag auf Prozesskostenhilfe kann man bei dem Gericht, das für den Rechtsstreit zuständig ist, oder durch einen Rechtsanwalt stellen.

Ein Anspruch auf Prozess- oder Verfahrenskostenhilfe besteht allerdings nicht, wenn eine Rechtsschutzversicherung oder eine andere Stelle die Kosten übernehmen würde. Prozesskostenhilfe schließt nicht jedes Kostenrisiko aus. Insbesondere erstreckt sie sich nicht auf die Kosten, die die Gegenseite zum Beispiel für ihre anwaltliche Vertretung aufwendet. Verlieren Sie das Gerichtsverfahren, so müssen Sie der Gegenseite diese Kosten in der Regel auch dann erstatten, wenn Ihnen Prozesskostenhilfe bewilligt worden ist. Sie sind während des Gerichtsverfahrens und innerhalb eines Zeitraums von vier Jahren seit der rechtskräftigen Entscheidung oder der sonstigen Beendigung des Verfahrens verpflichtet, dem Gericht jede wesentliche Verbesserungen Ihrer wirtschaftlichen Verhältnisse oder eine Änderung Ihrer Anschrift unaufgefordert und unverzüglich mitzuteilen. Innerhalb dieser Zeit kann eine Abänderung der Entscheidung über die Prozesskostenhilfe erfolgen (Rückforderung der Prozesskosten in voller Höhe oder in Raten).

## Werner Döring

### INNEN- UND OBJEKTEINRICHTUNGEN



- Wir realisieren Ihre Einrichtungsideen

Inhaberin:  
Dipl.-Ing. Susanne Sökeland  
Brückenstraße 1A  
49090 Osnabrück  
Telefon (05 41) 9 10 65-0  
Telefax (05 41) 9 10 65-19  
[www.werner-doering.de](http://www.werner-doering.de)



## Beratung: Sicher zuhause und unterwegs

Gerade Senioren machen sich Gedanken um ihre persönliche Sicherheit zuhause und unterwegs. Informationen und Beratung finden Sie hier:

### Schutz vor Straftaten/Kriminalprävention

Die Polizeiinspektion Osnabrück hat zur Vorbeugung von Straftaten ein spezielles Präventionsteam. Besonders ausgebildete Polizeibeamte widmen sich hauptamtlich, häufig mit Kooperationspartnern und in Netzwerkarbeit, den verschiedenen Themenfeldern der Prävention. Einen besonderen Schwerpunkt bildet die Gruppe der Senioren.



Ziel ist:

- » die Bevölkerung vor Straftaten und Verkehrsunfällen weitgehend zu schützen
- » den Selbstschutzgedanken der Bürgerinnen und Bürger zu stärken
- » verantwortungs- und sicherheitsbewusstes Verhalten zu fördern
- » unbegründete Kriminalitätsfurcht zu minimieren
- » Kriminalitäts- und Verkehrsunfallursachen zu mindern
- » Information zu Einbruchschutz, Enkeltrick und Co.

#### Polizeiinspektion Osnabrück

Tel.: 0541 327-0 (Zentrale)

[praevention@pi-os.polizei.niedersachsen.de](mailto:praevention@pi-os.polizei.niedersachsen.de)

[www.pd-os.polizei-nds.de/praevention](http://www.pd-os.polizei-nds.de/praevention)

### Sicher wohnen

#### Forum für Wohnkomfort und Sicherheit – Ausstellung

Zu den Themen „Barrierefreier Wohnkomfort und Sicherheit/ Einbruchschutz“ informiert auch die Ausstellung der Gemeinschaftsinitiative „Forum für Wohnkomfort und Sicherheit“, die durch die Anregung des Teams des Osnabrücker Unternehmens Kötter + Siefker GmbH + Co. KG entstanden ist.

Hasestraße 10, 49074 Osnabrück

Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 10.00 – 17.00 Uhr

[www.ks-info.com/aktuelles/145-forum](http://www.ks-info.com/aktuelles/145-forum)

#### [www.aktion-sicher-wohnen.de](http://www.aktion-sicher-wohnen.de)

Eine Gemeinschaftsinitiative der Kreishandwerkerschaft, der Polizeiinspektion Osnabrück und der Ehrenamtlichen Wohnberatung der Stadt Osnabrück zu Einbruchschutz und Co.

### Sicher unterwegs

#### Sturzprävention

dienstags 15.00 – 16.00 Uhr (außer Ferien)

Hackländer Straße 8, 49074 Osnabrück

Anmeldung erforderlich, Kosten bitte erfragen

Tel.: 0541 9825912

### BusTraining

Sicher mit dem Bus unterwegs zu sein, ist in unserer Gesellschaft ein wichtiges Thema, daher bieten die Verkehrsbetriebe Osnabrück in unregelmäßigen Abständen BusTrainings für ältere und mobilitätseingeschränkte Menschen an.

Viele fühlen sich unsicher, denn wer mit Rollator oder Rollstuhl unterwegs ist, muss manche Hürde überwinden:

- » Wie komme ich in den Bus?
- » Ist mir jemand behilflich?
- » Wartet der Busfahrer bis ich sitze?
- » Habe ich genug Zeit zum Ein- und Aussteigen?



Inhalte des BusTrainings:

- » Warum BusTraining?
- » Liniennetz und Fahrplan
- » sicheres Verhalten im Bus und an der Haltestelle
- » richtiges Ein- und Aussteigen mit Rollator und Rollstuhl
- » Abstellen von einem Rollator oder Rollstuhl im Bus
- » Toter Winkel

Die Verkehrsbetriebe Osnabrück kooperieren mit der Polizei. Dadurch erhalten Sie während des Trainings viele weitere Tipps zum richtigen und sicheren Verhalten bei der Nutzung des Nahverkehrs.

Stadtwerke Osnabrück

Tel.: 0541 2002-2607, 2002-2664

dialog@vos.info, ralf.haunhorst@stw-os.de

[www.vos.info/bustraining](http://www.vos.info/bustraining)

## Bahnmission – Unterstützung beim Ein- und Umstieg

Sie sind unsicher beim Umsteigen oder Zurechtfinden auf dem Bahnhof? Die Bahnmissionen bieten deutschlandweit häufig Mobilitätsunterstützung durch Ehrenamtliche an. Fragen Sie in der Bahnmission nach Unterstützung. Im Rahmen der ehrenamtlichen Möglichkeiten hilft man Ihnen gern.

Hauptbahnhof/Gleis 1

Theodor-Heuss-Platz 1, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 27310, [osnabrueck@bahnmissionsmission.de](mailto:osnabrueck@bahnmissionsmission.de)

## Autofahren/Fahrstunden

Sie sind sich nicht sicher, ob Sie sich noch ans Steuer setzen sollten? Sie würden gern Ihr Wissen über die Verkehrsregeln auffrischen und über Neuerungen der Gesetzeslage informiert sein? Viele Fahrschulen bieten hier etwas an – und niemand muss Angst haben, seinen Führerschein zu verlieren. Fragen Sie einfach in einer Fahrschule in Ihrer Nähe nach.

# Forum für Wohnkomfort und Sicherheit



**Wir beraten Sie gerne und finden Lösungen für Ihren individuellen Wohnkomfort und optimalen Einbruchschutz!**

**Sicherheit und Einbruchschutz | Systeme für barrierefreies Bauen und Wohnen**  
Smart Home | Rauchmelder | Elektronische und mechanische Schließsysteme | Gebäudeautomation  
Tresore | Alarmanlagen | Treppenschranken als Absturzsicherung | Treppenlifte

**KS KOTTER+SIEFKER**

Hasestraße 10 | 49074 Osnabrück

**P** Vithof-Garage | Tel. 0541/35841350

[sicherheit@ks-info.com](mailto:sicherheit@ks-info.com) | [www.ks-info.com](http://www.ks-info.com)



## 4. Wohnen im Alter

Wohnen ist mehr als ein Dach über dem Kopf. Jede und jeder Einzelne ist gefragt, sich Gedanken zu machen, wie er oder sie im Alter leben und wohnen möchte. Beim Wohnen spielen neben Lage, Infrastruktur, Barrierefreiheit und Kosten auch Faktoren wie die eigene Versorgung im Rahmen der persönlichen Mobilität oder die Nähe zu Familie und Freunden eine große Rolle.

Ob Haus im Grünen oder Wohnung mitten in der Stadt, die Wünsche an die eigenen vier Wände sind individuell und richten sich nach persönlichen Vorlieben. Daran ändert auch das Alter nichts. Doch mit den Jahren gewinnen – mal schleichend und mal plötzlich – Aspekte des Wohnens an Gewicht, über die man in jüngeren Jahren selten nachdenkt.

Die Treppe in den zweiten Stock war bis vor fünf Jahren eine sportliche Übung. Jetzt wird sie beschwerlich. Das Badezimmer ist schon 20 Jahre alt. Was ist bei einer Renovierung nicht nur schön, sondern jetzt bequem und später sinnvoll, falls ein Pflegedienst bei täglichen Dingen hilft? Kann „Wohnen in Gemeinschaft“ als neues soziales Netzwerk aus Nachbarn und Freunden die familiären Beziehungen ergänzen? Wie unterstützt die „Ehrenamtliche Wohnberatung“?

In Osnabrück gibt es vielfältige Informationen, Ansätze und Menschen, die sich mit diesem spannenden und sicher in den nächsten Jahren gerade für die älter werdende Bevölkerung immer wichtiger werdenden Thema beschäftigen.

Zur Vertiefung wird die im Folgenden vorgestellte Broschüre empfohlen. Die weiteren Abschnitte hier im Seniorenwegweiser sind daher bewusst kurz gefasst.

### Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“

Der Arbeitskreis „Wohnen und Leben im Alter“ der Lokalen Agenda 21 Osnabrück (siehe Seite 25) gibt seit mehreren Jahren die Informationsbroschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ heraus. Die Broschüre bietet einen Überblick über das vielschichtige Thema Wohnen im Alter mit konkre-



tem Bezug zu Osnabrück und stellt verschiedene Wohnformen vor. Tipps für das Wohnen zu Hause finden sich genauso, wie Informationen mit Adressen zum Betreuten Wohnen oder zu Pflegeeinrichtungen. Zur besseren Übersicht sind die Einrichtungen in der Broschüre auf einem Stadtplan eingezeichnet. Weitere Kapitel widmen sich den gemeinschaftlichen Wohnformen und der „Ehrenamtlichen Wohnberatung“.

Die Broschüre möchte dazu anregen, sich rechtzeitig mit der aktuellen Wohnsituation zu befassen und für die kommenden Jahre zu planen. Das Nachdenken darüber, wie man im Alter leben möchte, sollte nicht bis ins Alter verschoben werden.

Kapitelübersicht „Wohnen im Alter in Osnabrück“:

- » Wohnform und Wohnumfeld
- » Wohnen in vertrauter Umgebung
- » Neue Wohnformen – Gemeinschaftliches Wohnen
- » Betreutes Wohnen
- » Wohnen in einer Pflegeeinrichtung
- » Adressen und Ansprechpartner

Die Broschüre umfasst 60 Seiten und ist montags bis donnerstags von 9.00 bis 17.00 Uhr und freitags von 9.00 bis 13.00 Uhr kostenlos in der Bürgerberatung erhältlich. Sie kann auch im Internet unter [www.osnabrueck.de/wohnen-im-alter](http://www.osnabrueck.de/wohnen-im-alter) angesehen oder heruntergeladen werden.

### Stadt Osnabrück

Fachdienst Bürgerengagement und Seniorenbüro  
Bürgerberatung  
Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 323-3000  
[buengerberatung@osnabrueck.de](mailto:buengerberatung@osnabrueck.de)

## Wohnen in vertrauter Umgebung (Hilfen für zu Hause)

Wer sein gewohntes Zuhause so lange wie möglich bewohnen möchte, hat eine Vielzahl von Möglichkeiten, seine persönliche Situation trotz Einschränkungen zu gestalten. Besonders hilfreich ist ein gutes soziales Netzwerk aus Angehörigen, Freunden, Bekannten und Nachbarn. Aber auch ehrenamtliche Helfer können wichtige Unterstützung bieten (siehe Kapitel 5, Seite 68). Zudem stehen zahlreiche professionelle Hilfsangebote zur Verfügung (siehe Kapitel 5, „Haushaltsnahe Dienstleistungen“, Seite 46). Weitere Informationen: Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ s.o.

## Ehrenamtliche Wohnberatung

Damit Sie auch im Alter eigenständig in Ihrer vertrauten Umgebung wohnen bleiben können, sollte die Wohnung altersgerecht und barrierearm ausgestattet und möbliert sein. Viele Bestandswohnungen weisen diese Kriterien nicht auf, sodass Maßnahmen der Wohnraumanpassung ergriffen werden sollten. Wohnraumanpassung umfasst dabei alle Maßnahmen, die eine selbstbestimmte Lebensführung unterstützen und das selbstständige Wohnen erleichtern und sicherstellen.

Gute Gründe für Wohnraumanpassung – in jeder Altersklasse:

- » Erhalt der Selbstständigkeit
- » Erleichterung im Alltag
- » Steigerung des Wohnkomforts und der Lebensqualität
- » Verhinderung von Unfällen und Stürzen
- » Ermöglichung der Pflege im häuslichen Bereich
- » Verhinderung oder hinauszögern eines Umzuges in ein Pflegeheim

Häufig lässt sich dabei schon durch kleine Veränderungen oder Ummöblierung eine Menge bewirken! Damit die Wohnraumanpassung sich nach Ihren persönlichen Bedürfnissen richtet, erfolgt sie ganz individuell. Die Maßnahmen reichen von kleinen Veränderungen innerhalb der Wohnung, die der Unfallverhütung und der Alltagserleichterung dienen, über den Einsatz von Hilfsmitteln bis hin zu größeren Umbaumaßnahmen. Bei der Ermittlung der erforderlichen Maßnahmen, die Ihren Bedürfnissen sowie den Möglichkeiten Ihrer Wohnsituation entsprechen, unterstützt Sie gerne die „Ehrenamtliche Wohnberatung“ des Seniorenbüros der Stadt Osnabrück.

Die „Ehrenamtliche Wohnberatung“ ist ein kostenloses Beratungsangebot für Mieter und Eigentümer aller Generationen. Sie wendet sich an Seniorinnen, Senioren und Menschen mit Behinderungen genauso wie an junge Familien, Singles und Menschen mit Wohneigentum, die sich frühzeitig über zukunftsfähiges, barrierefreies Bauen und Wohnen informieren möchten. Die ehrenamtliche Wohnberatung existiert seit 1995 in Osnabrück und ist zertifiziert durch die Niedersächsische Fachstelle für Wohnberatung. Das Beratungsteam besteht aus Architekten, Ingenieuren, Baufinanzierern und anderen Experten im Ruhestand. Die ehrenamtlichen Mitglieder beraten und unterstützen Sie bei der Verbesserung Ihrer individuellen Wohnsituation und stehen Ihnen mit kompetenten Empfehlungen zur Seite. Die Wohnberaterinnen und Wohnberater suchen – unter Berücksichtigung Ihrer finanziellen Möglichkeiten – gemeinsam mit Ihnen nach optimalen Lösungen.

Die „Ehrenamtliche Wohnberatung“ bietet folgende Hilfestellungen:

- » Einschätzung der eigenen Wohnsituation und Feststellung des Veränderungsbedarfes
- » kompetente Empfehlungen bei der Planung, Umsetzung und Finanzierung von Maßnahmen der individuellen Wohnungsanpassung
- » Informationen zum Einsatz von Hilfsmitteln zur Verbesserung der Wohnqualität und zur Erleichterung des Alltags
- » Informationen über Finanzierungsmöglichkeiten, wie gesetzliche Zuschüsse und Fördermittel im Rahmen der geltenden Richtlinien
- » Aufzeigen von Stolper- und Gefahrenstellen zur Unfallverhütung
- » Einrichtungsplanung zur zweckmäßigen Einrichtungs-gestaltung entsprechend der individuellen Situation, etc.

Die „Ehrenamtliche Wohnberatung“ vermittelt keine Wohnungen!

Die Beratung erfolgt telefonisch oder persönlich bei Ihnen zuhause (jeweils nach Terminvereinbarung). Die Entscheidung, was wirklich verändert werden soll, bleibt natürlich bei Ihnen!

## Handwerkerdienst der Ehrenamtlichen Wohnberatung

In Ergänzung zu den Angeboten der Wohnberatung bietet die ehrenamtliche Wohnberatung auch ehrenamtliche handwerkliche Hilfen für ältere Menschen. Gegen eine Aufwandsentschädigung ist der Handwerkerdienst bei kleinen Reparaturen und Instandsetzungen behilflich, die ein Handwerksbe-

trieb nicht gern durchführt. Dieser Dienst kann von Ihnen in Anspruch genommen werden, wenn Sie selbst nicht oder nicht mehr in der Lage sind, die im Haushalt üblichen Kleinreparaturen vorzunehmen.

### Beispiele:

- » Befestigung von Gegenständen an der Wand oder an anderen Stellen
- » kleine Instandsetzung von z. B. Schranktüren
- » Reparatur von wackeligen Stuhl- und Tischbeinen
- » Befestigung von lockeren Gardinenstangen
- » Anbringen von Griffen in Bad, Küche und anderen Räumen
- » Umhängen von Lampen einschließlich Auswechseln der Leuchtmittel
- » Erhöhung von Betten und Sitzmöbeln
- » **Installations- und Renovierungsarbeiten werden nicht vorgenommen, ebenso keine Entrümpelungen und Umzüge.**

### Kontakt zur Ehrenamtlichen Wohnberatung

Sie erreichen die ehrenamtlichen Wohnberaterinnen und -berater über das Seniorenbüro der Stadt Osnabrück  
Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück  
Ansprechpartnerin: Katharina Oelke  
Tel.: 0541 323-3110, [wohnberatung@osnabrueck.de](mailto:wohnberatung@osnabrueck.de)

## Wohnungssuche

In Osnabrück gibt es keine städtische Wohnungsbaugesellschaft und auch keine zentrale Stelle, die Auskunft über freie Wohnungen geben kann. Wer also auf der Suche nach einer neuen Wohnung ist, informiert sich am besten über die Zeitungen, das Internet, ruft die örtlichen Wohnungsunterneh-



Wir sind ...

Ihr leistungsstarker Partner für barrierefreie Miet- und Eigentumswohnungen im Großraum Osnabrück und Münster.



Wir suchen ...

Immobilien zum Direktankauf!  
Einfamilienhäuser, Baugrundstücke,  
Abrisshäuser und Mehrfamilienhäuser.

Wir sind Ihr Partner für ein ganzes (Wohn-) Leben.

**PS** | Planung und Schlüsselfertigbau GmbH

Bremer Straße 24 • 49163 Bohmte  
Telefon: 05471 9595 13 Fax: 05471 9595 49  
[info@ps-bauen.de](mailto:info@ps-bauen.de) • [www.ps-bauen.de](http://www.ps-bauen.de)

men an oder beauftragt einen Makler. Ganz wichtig ist auch: Informieren und beteiligen Sie Freunde, Bekannte, Nachbarn an Ihrer Suche. Viele Wohnungen werden so weitergegeben.

## Weitere Wohnformen

### Gemeinschaftliches Wohnen

#### Was ist „Gemeinschaftliches Wohnen“?

Unter gemeinschaftlichem Wohnen versteht man kollektive Wohnformen von Gleichgesinnten, die sich in der Regel an der Planung des von ihnen bewohnten Wohnraums und des Zusammenlebens mit ihren Ideen und Vorstellungen beteiligen.

Es gibt vielfältige Formen und Typen von gemeinschaftlichen Wohnprojekten. Charakteristisch sind auf der einen Seite die nach persönlichem Bedarf gemieteten oder gekauften eigenen Wohnungen in unterschiedlichen Größen, Zuschnitten und Anzahl. Jede Wohnpartei, sei diese nun von einer Einzelperson, einem Paar oder einer Familie mit Kindern gebildet, verfügt grundsätzlich über eine abgeschlossene, autarke Wohnung, die mit allem Notwendigen ausgestattet ist: Küche, Bad, Wohn- und Schlafräume und mitunter zusätzlichen Räumen. Auf der anderen Seite werden die jeweils eigenen, klassischen Wohnräume durch gemeinschaftliche Aspekte wie Gemeinschaftsräume, gegenseitige Hilfe und aktive Nachbarschaft ergänzt. Das Verhältnis von Gemeinschaft einerseits und privatem Wohn- und Lebensraum andererseits bestimmt jedes Wohnprojekt für sich. Es hängt von den jeweiligen Wohnbedürfnissen und Wünschen der Bewohnerinnen und Bewohner ab und kann flexibel gestaltet werden. Hilfen und Kooperationen in Alltagsdingen finden statt. Die Privatheit jedes Mitgliedes eines Wohnprojektes bleibt vollständig gewahrt.

Gemeinschaftliche Wohnprojekte werden von altersgleichen oder generationenübergreifenden, zumeist nicht miteinander verwandten Menschen mit ausgeprägtem Gemeinschaftssinn und Verantwortungsbewusstsein initiiert, um als Gruppe bzw. Gemeinschaft in einer gemeinsam (mit-)gestalteten Wohneinheit (Wohnungen, Haus oder mehrere Häuser) in einem solidarischen und verlässlichen Miteinander selbstbestimmt und selbstorganisiert zu leben. Dazu benötigen sie (rechtlich) verbindliche Grundlagen, um längerfristig wirtschaftlich und sozial bestehen zu können.

Weitere Informationen zum gemeinschaftlichen Wohnen finden Sie in der Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ sowie im Informationsblatt „Gemeinschaftliches Wohnen – Potenzielle Wohnprojekte in Osnabrück“ (beide kostenlos abzuholen in der Bürgerberatung der Stadt Osnabrück, Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück oder unter [www.osnabrueck.de/wohnen-im-alter](http://www.osnabrueck.de/wohnen-im-alter)).

#### Stadt Osnabrück, Familienbündnis

Natruper-Tor-Wall 2, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-4507

[familienbuendnis@osnabrueck.de](mailto:familienbuendnis@osnabrueck.de)

[www.osnabrueck.de/familienbuendnis](http://www.osnabrueck.de/familienbuendnis)

#### Betreutes Wohnen

Der Begriff „Betreutes Wohnen“ ist rechtlich nicht geschützt. Inzwischen stellt die DIN-Norm 77800 „Qualitätsanforderungen an Anbieter der Wohnformen Betreutes Wohnen für ältere Menschen“ auf. Hier werden Betreuungsleistungen definiert, aufgeteilt in Grund- und Wahlleistungen. Zwischen dem Anbieter des Betreuten Wohnens und dem Bewohner wird ein Betreuungsvertrag geschlossen. Es empfiehlt sich, die Verträge unterschiedlicher Anbieter im Hinblick auf Preis und Leistungsumfang genau zu prüfen. Weitere Informationen: Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ s.o.

#### Pflegewohngemeinschaft

Eine Alternative zum Leben in einer stationären Pflegeeinrichtung kann eine ambulant betreute Wohngemeinschaft sein. Sie eignet sich insbesondere auch für an Demenz erkrankte Menschen. Weitere Informationen: Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ s.o.

#### Wohnen in einer Pflegeeinrichtung

Für die Bezeichnung Pflegeeinrichtung werden auch die Begriffe Pflegeheim, Seniorenheim oder auch Altenstift benutzt. Der Begriff Altenheim ist sicher immer noch der gebräuchlichste und wird als Oberbegriff für jede Form der stationären Fremdversorgung im Alter verwendet. Dabei ist die Pflegebedürftigkeit der künftigen Bewohnerinnen und Bewohner einer Pflegeeinrichtung in Wirklichkeit gar kein verbindliches Aufnahmekriterium, das bereits beim Heimeinzug vorliegen muss. Sie ist allerdings meistens der Anlass, über den Umzug von der eigenen Wohnung in eine Pflegeeinrichtung nachzudenken. Weitere Informationen: Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ s.o.

# Wir sind für Sie da in der Stadt Osnabrück.

Die Diakonie Osnabrück Stadt und Land bietet unterschiedlichste Unterstützungen für die individuelle Sicherheit und Versorgung im Alter. In den Einrichtungen in Stadt und Landkreis Osnabrück können pflegebedürftige Menschen sicher, gut versorgt und

geborgen leben. Wir leisten eine hochqualifizierte Pflege und hauswirtschaftliche Versorgung – auch als ambulantes Angebot. So können die uns anvertrauten Menschen am Leben in der Gemeinschaft teilhaben – so selbstbestimmt wie möglich.

## Stationäre Pflege, Kurzzeitpflege, Tagespflege



### 1. Bischof-Lilje-Altenzentrum

- Stationäre Altenpflege / Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Rehmstraße 79-83  
49080 Osnabrück  
Telefon (05 41) 98 11 0 - 0  
blaz@diakoniewerk-os.de



### 3. Diakonie-Wohnstift am Westerberg

- SeniorenWohnen Plus
- PflegeHOTEL am Westerberg
- PflegeWohnen Plus
- Kurzzeitpflege
- **Café Westerberg**

Bergstraße 35 A-C  
49076 Osnabrück  
Telefon (05 41) 60 98 - 0  
waw@diakoniewerk-os.de



### 5. Hermann-Bonnus-Haus

- Stationäre Altenpflege / Kurzzeitpflege
- Geschützter Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- Mittagstisch für Senioren
- **Stadtteilcafé**

Rheiner Landstraße 147  
49078 Osnabrück  
Telefon (05 41) 4 04 75 - 0  
hbh@diakoniewerk-os.de



### 2. Küpper-Menke-Stift

- Stationäre Altenpflege / Kurzzeitpflege
- Geschützter Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- Mittagstisch für Senioren

Sedanstraße 76  
49076 Osnabrück  
Telefon (05 41) 69 28 - 0  
kms@diakoniewerk-os.de



### 4. Katharina-von-Bora-Haus

- Stationäre Altenpflege / Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren
- Geschützter Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- Junge Pflege

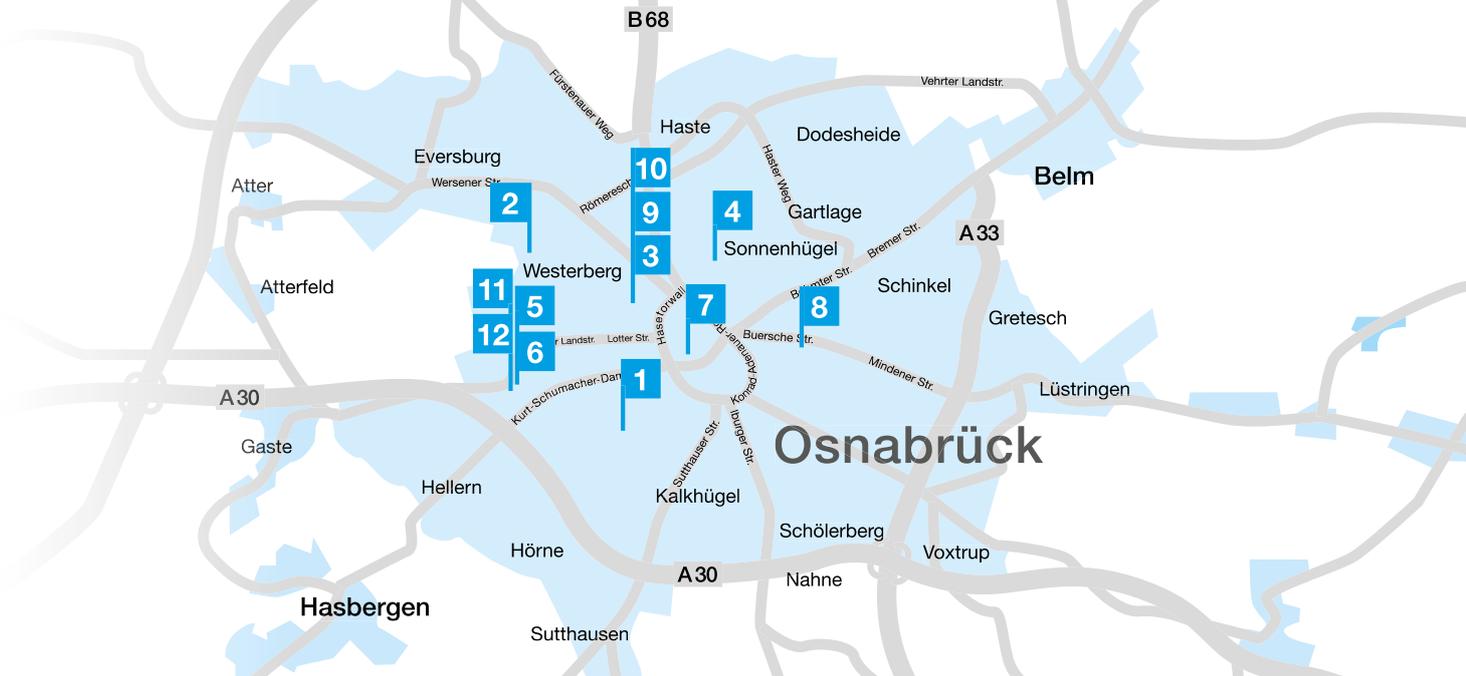
Veilchenstraße 22  
49088 Osnabrück  
Telefon (05 41) 69 26 - 0  
kabo@diakoniewerk-os.de



### 6. Tagespflege im Hermann-Bonnus-Haus

- Umfangreiche Aktivitäten und Pflegeangebote
- Wahlweise Nutzung 1 – 5 Tage in der Woche

Rheiner Landstraße 147  
49078 Osnabrück  
Telefon (05 41) 4 04 75 - 35  
tagespflege@hermann-bonnus-haus.de



## 7. Haus Ledenhof



### 7. Haus Ledenhof

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Am Ledenhof 2  
49074 Osnabrück  
Telefon (05 41) 35 78 40  
kontakt.hl@haus-ledenhof.de

## 8. Haus Schinkel



### 8. Haus Schinkel

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Buersche Straße 96  
49084 Osnabrück  
Telefon (05 41) 60 02 87 - 0  
kontakt.hs@haus-schinkel-os.de

## 9. Diakonie-Sozialstation Osnabrück



### 9. Diakonie-Sozialstation Osnabrück

- Pflegerische, medizinische und hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratung zu allen Bereichen der Pflege
- Beratung pflegender Angehörige

Bergstraße 35 A-C  
49076 Osnabrück  
Telefon (05 41) 43 42 00  
kontakt.dsst@diakonie-sozialstation-os.de

## 11. Diakonie Pflegeschulen Osnabrück



### 11. Diakonie Pflegeschulen Osnabrück

- Ausbildung Altenpflege
- Ausbildung Pflegeassistent
- Ausbildung Heilerziehungspflege

Rheiner Landstraße 147  
49078 Osnabrück  
Telefon (05 41) 4 04 75 - 13  
schule@diakoniewerk-os.de

## 10. Koordinationsbüro Betreutes Wohnen



### 10. Koordinationsbüro Betreutes Wohnen

- Über 300 betreute Seniorenwohnungen an attraktiven Standorten in Osnabrück und Umgebung
- Umfangreiche und professionelle Unterstützung- und Beratungsangebote

Bergstraße 35 A-C  
49076 Osnabrück  
Telefon (05 41) 60 98 21-24  
betreutes-wohnen@diakoniewerk-os.de

## 12. Niedersächsische Akademie für Fachberufe im Gesundheitswesen



### 12. Niedersächsische Akademie für Fachberufe im Gesundheitswesen

- Fort- und Weiterbildung
- Beratung in allen Qualifizierungsfragen
- Inhouse Schulungen

Rheiner Landstraße 147  
49078 Osnabrück  
Telefon (05 41) 4 04 75 - 623  
info@niedersaechsische-akademie.de  
www.niedersaechsische-akademie.de



## 5. Hilfe- und pflegebedürftig - Unterstützung im Alter und im Pflegefall

Mit den Jahren steigt oft der Bedarf an Hilfe im Haushalt und im Alltag. Das bedeutet nicht sofort Pflege. Oft sind es eher die alltäglichen Dinge, die mühsamer werden. Hier überall kann Unterstützung sinnvoll sein: Gartenpflege, Einkaufen, Putzen, Transporte, Fahrdienst, Behördengänge, Arztbesuche oder auch bei nötigen Reparaturen. Häufig leisten Familienmitglieder, Freunde, Bekannte und Nachbarn solche Alltagshilfe. Doch nicht jeder kann oder will bei Bedarf auf familiäre oder Freundschaftsdienste zurückgreifen. In Osnabrück gibt es eine Reihe von mobilen Hilfsdiensten und ambulanten Pflegediensten, die zuhause Hilfe anbieten. In bestimmten Fällen kann auch ehrenamtliche Hilfe in Anspruch genommen werden.

Einen Überblick bietet das folgende Kapitel.

### Haushaltsnahe Dienstleistungen: Wer hilft in Haus und Garten?

Haushaltsnahe Dienstleistungen sind Tätigkeiten, die im Zusammenhang mit dem privaten Haushalt oder in dessen örtlichem Umfeld erbracht werden. Wer hier Arbeitsbereiche

abgeben kann, erleichtert sich den Alltag. Es gibt unterschiedliche Anbieter, die das Putzen, Einkaufen, Kochen, Waschen und die Gartenarbeit für ein monatliches Entgelt oder mit Abrechnung auf Stundenbasis übernehmen. Allerdings übersteigt derzeit die Nachfrage nach Unterstützung das Angebot an haushaltsnahen Dienstleistungen, so dass es nicht immer leicht ist, den richtigen Helfer zu finden. Wenn der Unterstützungsbedarf einer Person größer wird und diese in einen Pflegegrad eingestuft wurde, zahlt die Pflegeversicherung sogenannte „Pflegesachleistungen“, die auch für die von ambulanten Diensten geleistete hauswirtschaftliche Versorgung genutzt werden können. Die sogenannten „Minijobber“ (unter 450 Euro im Monat) sind bei der Minijob-Zentrale der „Knappschaft Bahn See“ anzumelden.

#### Minijob-Zentrale

Deutsche Rentenversicherung

Knappschaft-Bahn-See, 45115 Essen

Tel.: 0355 2902-70799

[minijob@minijob-zentrale.de](mailto:minijob@minijob-zentrale.de), [www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)

## Mittagessen/Lieferdienste/Einkaufen

### Essen auf Rädern

Eine der bekanntesten Dienstleistungen sind ins Haus gebrachte Mittagsmenüs – auch als „Essen auf Rädern“ bekannt. Die öffentlich oder privat organisierten Bringdienste arbeiten in der Regel zuverlässig und schnell. Um den passenden Anbieter zu finden, der die eigenen Wünsche erfüllt und den richtigen Geschmack trifft, sollten verschiedene Kriterien geprüft werden:

- » nachweisbare Qualität des Essens
- » abwechslungsreiches Angebot
- » Auswahl an verschiedenen Diäten
- » zuverlässiger und flexibler Bringservice
- » Kunden- und Ernährungsberatung
- » Preis-Leistungsverhältnis

Einige Anbieter ermöglichen unverbindliche Probemenüs. Nutzen Sie dieses Angebot. Sprechen Sie mit Freunden, Bekannten oder Nachbarn über deren Erfahrungen.

#### Johanniter-Unfall-Hilfe

Brückenstraße 3, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 66969-15  
mail@juh-osnabrueck.de, www.juh-osnabrueck.de

#### apetito – Landhausküche Landkreis Osnabrück

Für mich gekocht. Für mich gebracht.  
Tel.: 0541 9986660  
info@landhaus-kueche.de, www.landhaus-kueche.de

#### Malteser Hilfsdienst gGmbH – Menüservice

Tel.: 0541 505-220  
osnabrueck@malteser.org, www.malteser-osnabrueck.de

#### Meyer Menü

Meller Straße 207, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0800 1501505  
info@os.meyer-menue.de, www.meyer-menue.de

#### Paritätischer Wohlfahrtsverband

Tel.: 0541 408040  
osnabrueck@paritaetischer.de  
www.osnabrueck.paritaetischer.de

## Unsere Nähe ist Ihre Sicherheit



#### Menüservice „Essen auf Rädern“

- | Lecker, gesund, vielfältig auf Porzellantellern serviert
- | Täglich, auch an Sonn- und Feiertagen frische Auslieferung
- | Diät- und Sonderkostformen



#### Hausnotruf mit Hintergrunddienst

- | Zu Hause oder unterwegs mobil
- | Mit Rauchmelder kombinierbar



#### Fahrdienst

- | Für Menschen mit Beeinträchtigungen
- | Individual- und Linienfahrten
- | Wir machen Sie mobil!



#### Betreuungsdienst

- | Wir schenken Zeit und Lebensfreude
- | Zuhören, Vorlesen, Spaziergehen
- | Aktivierung zu leichten Tätigkeiten
- | Entlastung pflegender Angehöriger

☎ 05 41 - 50 52 20

www.malteser-osnabrueck.de



# Malteser

...weil Nähe zählt.



„Ich mag's ofenfrisch. Sie auch?“

Ofenfrisch ins Haus

**Ihr Kennenlern-Angebot:**

„3 x mittagsfrisch“  
Jetzt bestellen!  
Telefon:  
05 41-40 66 93 68

**pro Menü  
nur 5,49 €**

Leckere Menüs auf der Fahrt zu Ihnen frisch zubereitet.  
Auch für Diäten!

**NEU! JETZT AUCH IM ONLINESHOP: [www.ihr-menueservice/juh-osnabrueck](http://www.ihr-menueservice/juh-osnabrueck)**

**Menü SERVICE**

Im Auftrag von

**DIE JOHANNITER**

Aus Liebe zum Leben  
JUH Osnabrück

Tel. 05 41 – 40 66 93 68  
Menüservice apetito AG · Bonifatiusstr. 305 · 48432 Rheine

## Mittagstische

In der Stadt Osnabrück gibt es eine Reihe von günstigen Mittagangeboten in der örtlichen Gastronomie sowie extra für Seniorinnen und Senioren und weitere Interessierte angebotene Mittagstische. Sie wohnen in der Nähe eines Pflegeheimes? Fragen Sie nach, ob auch Sie dort für einen entsprechenden Kostenbeitrag essen können, auch wenn Sie nicht in der Einrichtung wohnen. Gesellschaft gibt es kostenlos dazu.

### DiakonieBISTRO/Café Oase

Das DiakonieBISTRO in der Lohstraße 65 ist von montags bis freitags von 12.00 bis 14.00 Uhr geöffnet. Neben einem gesunden Mittagessen bietet es die Möglichkeit Kaffee zu trinken, Zeitung zu lesen und Kontakte zu knüpfen. Gäste mit Osnabrück Pass können hier für 1,50 Euro Mittag essen. Der Service wird durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen der Kirchengemeinde St. Marien organisiert.

Diakonisches Werk in Stadt und Landkreis Osnabrück  
Lohstraße 65, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 23448, [cafeoase@dw-osl.de](mailto:cafeoase@dw-osl.de)

### Generationenmahlzeit im Mehrgenerationenhaus

Die Generationenmahlzeit bietet montags bis donnerstags von 12.00 bis 12.45 Uhr ein frisch durch die katholische Familienbildungsstätte zubereitetes Mittagessen an. Es besteht aus einem Hauptgang plus Nachspeise.  
Kosten: 3,50 Euro (mit OS-Pass 2,50 Euro)/Stand Mai 2018; verbindliche Anmeldung – möglichst am Tag vorher – erforderlich (Anrufbeantworter vorhanden)

### Mehrgenerationenhaus Haste

Saßnitzer Straße 31, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 76099111, [mgh@kath-fabi-os.de](mailto:mgh@kath-fabi-os.de)



### Gemeinschaftlicher Seniorenmittagstisch – Haste

Katholische Kirchengemeinde Christus König  
Johannes-Prassek-Haus, Bramstraße 105, 49090 Osnabrück  
donnerstags 12.00 Uhr, Kosten: 3,50 Euro  
Anmeldung erforderlich, Tel.: 0541 9629350

### Gemeinsamer Mittagstisch und Domcafé – Innenstadt

In Gemeinschaft mittagessen: Jeden Mittwoch um 12.30 Uhr sind Jung und Alt eingeladen, gemeinsam in der Pernickelmühle zu essen. Anmeldung erwünscht, Kosten: 4 Euro

Domcafé: Bei Kaffee, Tee, Keksen und einem gelegentlichen Frühstück sitzen wir beisammen und klönen über Gott und die Welt. Eine offene Gruppe verschiedenen Alters, in der jeder herzlich willkommen ist. Jeden Dienstagmorgen nach der 8.30-Uhr-Messe in der Franz-von-Assisi-Schule. Diese erreichen Sie vom Kreuzgang des Domes kommend in der Schweidenstraße hinter dem Domhotel.

Pfarrbüro St. Petrus Dom  
Mühlenstraße 6, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 318 585  
[domgemeinde@bistum-os.de](mailto:domgemeinde@bistum-os.de), [www.domgemeinde-os.de](http://www.domgemeinde-os.de)  
Öffnungszeiten Pfarrbüro: Mo. – Fr. 8.30 – 12.00 Uhr

### Mittagstisch für alle in Voxtrup und Lüstringen

Für alle, die gerne in Gemeinschaft essen und nicht immer selbst kochen mögen – und das bei Abwechslung und guten Gesprächen. Jeweils 12.00 Uhr im Pfarrheim – um Anmeldung bis montags wird gebeten.

mittwochs in Voxtrup Anmeldung:  
Anna Rethschulte, Tel.: 0541 388565  
donnerstags in Lüstringen Anmeldung:  
Stefan Bange, Tel.: 0541 6002324

### Seniorenmittagstisch im Stadtteil-Café des Hermann-Bonnus-Hauses

Dies tägliche Angebot (von 12.30 bis 13.30 Uhr) für die Bewohner des Hermann-Bonnus-Hauses heißt auch Gäste von außerhalb herzlich willkommen. Es besteht die Wahl zwischen zwei Menüs mit drei Gängen. Diät- und Schonkostwünsche können berücksichtigt werden. Das Essen kann auch im Abonnement bezogen werden.

Dienstags bis sonntags öffnet zusätzlich am Nachmittag das Stadtteil-Café im Hermann-Bonnus-Haus für alle Interessierten (15.00 bis 18.00 Uhr, samstags/sonntags ab 14.30 Uhr).

**Mittagstisch Bürgerverein Schinkel „Die lustigen Alten“**  
mittwochs ab 11.00 Uhr/Essen ab 12.00 Uhr, Kosten: 4 Euro  
ehrenamtlich organisiert, Anmeldung erforderlich

Heinz-Fitschen-Haus  
Heiligenweg 40, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0541 7700912, novakave@t-online.de

---

## Lieferdienste/Einkaufen

### Lieferdienste der Supermärkte

Sind Sie nicht mehr gut zu Fuß? Die Lasten der Einkäufe sind Ihnen zu schwer? Viele Super- und Getränkemärkte bieten einen Lieferservice. Nutzen Sie dieses Angebot, das ganz vielfältig gestaltet sein kann. Einige Märkte bieten einen Internetservice an, bei dem Sie Ihre Einkäufe online bestellen können und ins Haus geliefert bekommen. Auch telefonische Bestellungen werden von einigen Supermärkten angenommen. Wenn Sie das Haus zum Einkaufen zwar verlassen und den Supermarkt selber aufsuchen können, die Einkäufe aber nicht eigenständig nach Hause transportieren können, fragen Sie nach, ob die Möglichkeit besteht, dass der Lieferservice die Waren zu einem vereinbarten Termin nach Hause liefert.

Sprechen Sie den Super- und Getränkemarkt Ihres Vertrauens gezielt an, ob er einen Lieferservice anbietet und welche Möglichkeiten geboten werden!

### Mobiler Einkaufswagen für Gretesch, Lüstringen, Darum und Voxtrup

Damit der Alltag auch im Alter wieder zum Erlebnis wird, bieten die Malteser in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Osnabrück, der evangelisch-lutherischen Petrusgemeinde und der katholischen Pfarreiengemeinschaft St. Antonius/Maria-Hilfe der Christen sowie der evangelisch-lutherischen Margaretenkirche in Voxtrup den kostenlosen „Mobilen Einkaufswagen“ für die Stadtteile Gretesch-Lüstringen-Darum und Voxtrup an.

Nicht mehr mobile Senioren, die keine Hilfe von Angehörigen erhalten können, werden von einem Fahrer und einer Begleitperson mit einem Fahrzeug, das auch Rollstühle oder Gehhilfen mitführen kann, von zu Hause abgeholt, zu örtlichen Supermärkten gefahren und beim Einkaufen unterstützt. Anschließend bleibt Zeit zum Klönen im Café.



Die alle 14 Tage stattfindende Fahrten dauern von 14.15 bis 18.00 Uhr: in Voxtrup zweiwöchentlich dienstags, in Gretesch-Lüstringen-Darum zweiwöchentlich mittwochs.

Anmeldung bei Gemeindereferent Dirk Schnieber unter 0176 26006807.

---

### Ehrenamtliches Einkaufstaxi für Haste/Dodesheide/Sonnenhügel

Das „Ehrenamtlichen Einkaufstaxi“ richtet sich an Senioren und Menschen mit Hilfebedarf, die ihre Einkäufe nicht mehr selbstständig erledigen können und sich Unterstützung und Sicherheit bei ihren Besorgungen wünschen. Das Angebot ist eine Kooperation zwischen Taxi Andrick und dem Seniorenbüro der Stadt Osnabrück. Es wird durch ehrenamtliche Begleitpersonen unterstützt.

Die Fahrten finden freitags abwechselnd in Haste und Dodesheide/Sonnenhügel statt.

Information und Anmeldung bei Taxi Andrick  
Tel.: 0541 58052090

---



Haus am  
Lechtenbrink

Pflegen, helfen,  
beraten  
und begleiten

Haus am Lechtenbrink  
Alten- und Pflegeheim  
Stadtweg 6a  
49143 Bissendorf / Jeggen  
www.diakonie-belm-bissendorf.de  
Telefon 0 54 02 / 98 45-0  
Telefax 0 54 02 / 98 45-71  
hal@diakonie-belm-bissendorf.de



# Bei uns in guten Händen.

Pflege(fach)kräfte sind bei uns herzlich willkommen.  
Wir stellen ein – bewerben Sie sich gerne!



## Häusliche Pflege

Pflege mit  
menschlichen Werten.



## Tagespflege

Die Entlastung für  
pflegende Angehörige.



## Betreutes Wohnen

Zu wissen, ich bin nicht allein.

Rufen Sie uns an!

**05461 7081-0**

Christlicher Pflegedienst GmbH  
Große Straße 52  
49565 Bramsche  
info@christlicher-pflegedienst.de



CHRISTLICHER PFLEGEDIENST  
BRAMSCHER



www.christlicher-pflegedienst.de | Telefon 05461 7081-0

## Hausnotrufdienst

Ein Hausnotrufsystem ist ein System, das es Ihnen in Gefahrensituationen ermöglicht, zu Hause einen Notruf zu schalten.



Anbieter sind die großen gemeinnützigen Wohlfahrtsverbände sowie weitere private Anbieter. Auslöser des Alarms ist üblicherweise ein tragbarer Notrufsender, der am Arm oder um den Hals getragen wird. Im Notfall wird ein Knopf gedrückt und so die Rufzentrale alarmiert – 24 Stunden am Tag. Die Mitarbeiter in der Zentrale benachrichtigen dann je nach Absprache Verwandte, Nachbarn, den Hausarzt oder den Rettungsdienst. Einige Anbieter verfügen über einen Bereitschaftsdienst, der im Notfall auch mit dem überlassenen Schlüssel zu Hilfe kommt. Einen Teil der Kosten kann bei Pflegebedürftigkeit ab Pflegegrad 1 die Pflegekasse übernehmen. Sie liegen bei monatlich ca. 20 bis 50 Euro.

## Anbieter von Hausnotrufdiensten

### Diakonisches Werk in Stadt und Landkreis Osnabrück

Brunnenstraße 6, 49124 Georgsmarienhütte  
Tel.: 0541 94049230, hausnotruf@dw-osl.de, www.dw-osl.de

### Johanniter-Unfall-Hilfe

Brückenstraße 3, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 66969-15  
mail@juh-osnabrueck.de, www.juh-osnabrueck.de

### Malteser Hilfsdienst gGmbH

Tel.: 0541 505220  
osnabrueck@malteser.org, www.malteser-osnabrueck.de

### Paritätischer Wohlfahrtsverband

Tel.: 0541 40840, osnabrueck@paritaetischer.de  
www.osnabrueck.paritaetischer.de

## Rund um den Pflegefall (Stand Mai 2018)

Die Pflegeversicherung wurde im Jahr 1995 als fünfte Säule der Sozialversicherungen eingeführt. Seither hat sie einige Reformen durchlaufen. Mit dem Pflegestärkungsgesetz II wurde am 1. Januar 2017 ein neuer Pflegebedürftigkeitsbegriff einhergehend mit 5 Pflegegraden eingeführt.

Wenn Sie Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen möchten, dann ist es notwendig, dass Sie in einen Pflegegrad eingestuft werden. Hierzu stellen Sie einen Antrag bei Ihrer Pflegekasse. Diese beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherungen (MDK), der im Rahmen einer Pflegebegutachtung Ihren Anspruch prüft. Wenn Sie einen Internetzugang haben, können Sie sich im Vorfeld auf der vom MDK erstellten Seite [www.pflegebegutachtung.de](http://www.pflegebegutachtung.de) über die Begutachtung informieren.

## Leistungen der Pflegeversicherung

Die nachfolgende Tabelle gibt Ihnen einen Überblick, welche Leistungsansprüche sich aus den einzelnen Pflegegraden ergeben.

Pflegegrad	Pflegegeld ambulant	Pflegesachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
PG 1	–	–	125 Euro	125 Euro
PG 2	316 Euro	689 Euro	125 Euro	770 Euro
PG 3	545 Euro	1.298 Euro	125 Euro	1.262 Euro
PG 4	728 Euro	1.612 Euro	125 Euro	1.775 Euro
PG 5	901 Euro	1.995 Euro	125 Euro	2.005 Euro

### Pflegegeld

Das Pflegegeld kann in Anspruch genommen werden, wenn die Pflege in der eigenen Häuslichkeit durch Angehörige oder Ehrenamtliche übernommen wird.

### Pflegesachleistung

Die ambulanten Pflegesachleistungen können in Anspruch genommen werden, wenn die Pflege zuhause durch einen ambulanten Pflegedienst unterstützt wird.

### Kombinationsleistung

Es besteht die Möglichkeit Pflegegeld und ambulante Pflegesachleistungen zu kombinieren. Dieses ist möglich, wenn die Pflegesachleistung nicht völlig ausgeschöpft bzw. nur teilweise in Anspruch genommen wird.

# Tagespflege

Das Invita Pflegeteam bietet zusätzlich zur ambulanten Pflege auch eine Tagespflege in der Bissendorfer Rudolfs-  
höhe. Wir freuen uns auf schöne gemeinsame Tage, mit  
viel Geselligkeit und Unterhaltung!



## Aktiv leben & betreutes Wohnen

Aktiv leben, betreut wohnen  
**Rudolphshöhe**  
BISENDORF

20 Wohneinheiten  
von 49 bis 86 qm  
im Zentrum  
von Bissendorf

 **Lindenhof**

27 Wohneinheiten  
von 55 bis 93 qm  
in zentraler Lage  
von Bad Essen



**Weil gute Pflege kein Zufall ist**

Margret Greife

Lindenstraße 102a | 49152 Bad Essen | Telefon 05472/9454-0

[www.in-vita.de](http://www.in-vita.de)

**Rudolphshöhe**

Meller Straße 6a | 49143 Bissendorf | Telefon 05402/985560

**Lindenhof**

Kirchbreite 5 | 49152 Bad Essen | Telefon 05472/9454-0

[www.bereutesleben.com](http://www.bereutesleben.com)



## Altenzentrum Simeon und Hanna

Gräfin-Else-Weg 7, 49152 Bad Essen

**Telefon 05472/9300**

[info@simeon-und-hanna.de](mailto:info@simeon-und-hanna.de)  
[www.simeon-und-hanna.de](http://www.simeon-und-hanna.de)

**NEUES ANGEBOT  
AB SOMMER 2018!**

**Zuhause in  
Bad Essen**

Ambulante Wohngruppen  
Betreutes Wohnen

Infos unter  
Telefon 05472/9300

## Ihre Pflegepartner im Altkreis Wittlage

### Sozialstation Wittlager Land

Gräfin-Else-Weg 9b, 49152 Bad Essen

**Telefon 05472/930830**

[kontakt@sozialstation-wittlage.de](mailto:kontakt@sozialstation-wittlage.de)  
[www.sozialstation-wittlage.de](http://www.sozialstation-wittlage.de)



### Tagespflege Wittlager Land

Gräfin-Else-Weg 9a, 49152 Bad Essen

**Telefon 05472/930840**

[kontakt@tagespflege-wittlage.de](mailto:kontakt@tagespflege-wittlage.de)  
[www.tagespflege-wittlage.de](http://www.tagespflege-wittlage.de)

### Entlastungsbetrag

Erfolgt die Pflege zuhause, so können sogenannte zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen in Anspruch genommen werden. Der einheitliche Entlastungsbetrag von bis zu 125 Euro monatlich wird zusätzlich gewährt und nicht mit anderen Leistungen der Pflegeversicherung verrechnet. Nicht ausgeschöpfte Beträge eines Monats können innerhalb des Kalenderjahres in die Folgemonate bzw. am Jahresende in das darauf folgende Kalenderhalbjahr übertragen werden.

Der Entlastungsbetrag ist zweckgebunden und dient der Sicherstellung der Betreuung im Alltag oder der Unterstützung bei der hauswirtschaftlichen Versorgung.

### Leistungen vollstationäre Pflege

Durch Leistungen der vollstationären Pflege werden Pflegebedürftige, die in einem Pflegeheim leben, unterstützt.

### Leistungen für Pflegehilfsmittel und wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Der § 40 des Sozialgesetzbuches XI regelt die Versorgung mit Pflegehilfsmitteln. Demnach haben Pflegebedürftige einen „Anspruch auf Versorgung mit Pflegehilfsmitteln, die zur Erleichterung der Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen“. Die Pflegeversicherung leistet nicht, wenn Hilfsmittel aufgrund einer Krankheit oder Behinderung von der Krankenversicherung übernommen werden. Die Überprüfung der Notwendigkeit wird durch die Pflegekasse organisiert. Entscheiden Sie sich für eine Hilfsmittelausstattung über das Maß des Notwendigen hinaus, so tragen Sie die dadurch entstandenen Mehrkosten selber.

### Leistungen für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel

Ab Pflegegrad 1 werden die Kosten für Verbrauchsprodukte, darunter fallen z. B. Einmalhandschuhe, Bettelagen, Schutzvorlagen bei Inkontinenz, etc. in Höhe von bis zu 40 Euro monatlich von der Pflegekasse erstattet, wenn die Pflege in der eigenen Häuslichkeit erfolgt.

### Leistungen für technische Hilfsmittel

Zudem gewährt die Pflegekasse (meistens leihweise) technische Hilfsmittel wie Pflegebetten, Lagerungsrollen usw. Als volljähriger Versicherter übernehmen Sie einen finanziellen Eigenanteil von 10 % der Kosten, höchstens jedoch 25 Euro je technischem Pflegehilfsmittel.

### Zuschüsse für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Bei Pflege und Betreuung zu Hause kann es hilfreich sein, das Wohnumfeld entsprechend der Pflegesituation anzupassen. Die Pflegekassen können Zuschüsse von bis zu 4.000 Euro je Maßnahme zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes gewähren. Seit dem 1. Januar 2017 haben auch Versicherte des Pflegegrades 1 Anspruch auf die Zuschüsse. Wichtig: Der Zuschuss muss vor Beginn der Maßnahme beantragt und bewilligt werden.

### Leistungen bei Verhinderung der Pflegeperson

Bei Inanspruchnahme von Pflegegeld können ab Pflegegrad 2, wenn die Pflegeperson wegen Erholungsurlaub, Krankheit oder aus anderen Gründen an der Ausübung der Pflege gehindert ist, Leistungen der Verhinderungspflege abgerufen werden. Voraussetzung ist, dass die Pflege zuhause erfolgt, Pflegegeld in Anspruch genommen wird und die verhinderte Pflegeperson vor der erstmaligen Verhinderung die Pflege für mind. 6 Monate übernommen hat. Die Aufwendungen der Pflegekasse können sich pro Kalenderjahr auf bis zu 1.612 Euro belaufen. Es besteht die Möglichkeit den Betrag aus noch nicht in Anspruch genommenen Mitteln der Kurzzeitpflege um bis zu 806 Euro, also auf max. 2.418 Euro im Kalenderjahr, zu erhöhen.

### Leistungen bei Kurzzeitpflege

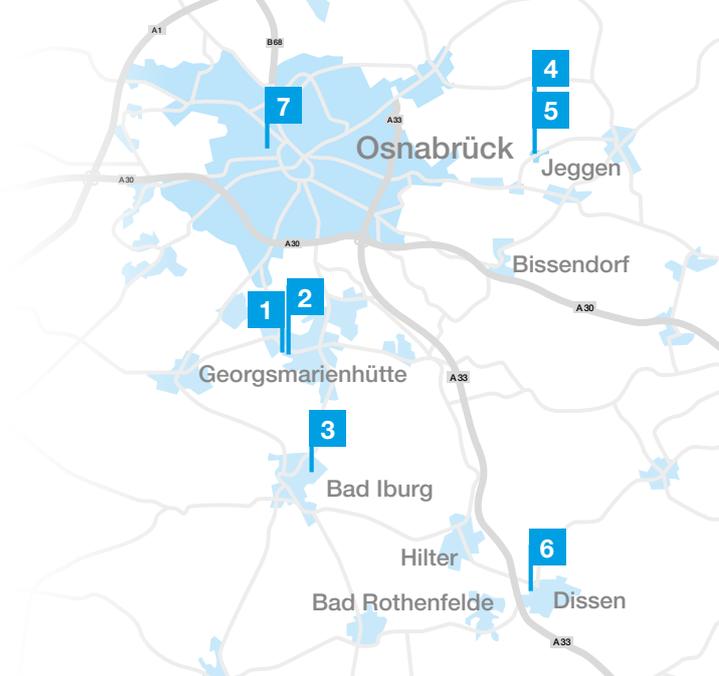
Wenn Sie nur für eine begrenzte Zeit auf vollstationäre Pflege – zum Beispiel nach Krankenhausaufenthalt oder zur Überwindung einer Krisensituation – angewiesen sind, können Sie Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen. Für Versicherte der Pflegegrade 2 bis 5 ergibt sich ein Leistungsanspruch von bis zu 1.612 Euro für Kosten der Kurzzeitpflege bis zu acht Wochen im Kalenderjahr. Noch nicht verbrauchte Leistungsbeträge der Verhinderungspflege können auch für die Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Personen mit Pflegegrad 1 können den Entlastungsbetrag einsetzen, um Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch zu nehmen.

### Leistungen bei teilstationärer Pflege

Tages- und Nachtpflege lassen sich ungekürzt neben den ambulanten Geld- und Sachleistungen in Anspruch nehmen. Die Höhe der monatlichen Leistungen richtet sich nach dem Pflegegrad. Versicherte im Pflegegrad 1 können hierfür ihren Entlastungsbetrag einsetzen.

## Wir sind für Sie da im Landkreis Osnabrück.

Die Diakonie Osnabrück Stadt und Land leistet im Landkreis Osnabrück eine hochqualifizierte Pflege und hauswirtschaftliche Versorgung – auch als ambulantes Angebot. So können die uns anvertrauten Menschen am Leben in der Gemeinschaft teilhaben – so selbstbestimmt wie möglich.



### Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege



**1. Haus am Kasinopark  
Georgsmarienhütte**

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Am Kasinopark 14  
49124 Georgsmarienhütte  
Telefon (05401) 3 39 15 - 0  
verwaltung@hausamkasinopark.de



**2. Paul-Gerhardt-Heim  
Georgsmarienhütte**

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Martin-Luther-Straße 12  
49124 Georgsmarienhütte  
Telefon (05401) 82 81 - 0  
info@paul-gerhardt-heim.de



**3. Christophorus-Heim  
Bad Iburg**

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Am Gografenhof 6  
49186 Bad Iburg  
Telefon (05403) 72 46 - 00  
info@christophorusheim.com



**4. Haus am Lechtenbrink  
Bissendorf / Jeggen**

- Stationäre Altenpflege/  
Kurzzeitpflege
- Mittagstisch für Senioren

Stadtweg 6A  
49143 Bissendorf / Jeggen  
Telefon (05402) 98 45 - 0  
hal@diakonie-belm-bissendorf.de

### Ambulante Pflege



**5. Diakonie Sozialstation  
Belm-Bissendorf**

- Pflegerische, medizinische und  
hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratung zu allen Bereichen der Pflege
- Wir sind in den Regionen Belm und  
Bissendorf für Sie da

Stadtweg 6A · 49143 Bissendorf / Jeggen  
Telefon (05402) 401 - 74  
soz-bb@diakonie-belm-bissendorf.de



**6. Diakonie Pflegedienst  
im Osnabrücker Land**

- Pflegerische, medizinische und  
hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratung zu allen Bereichen der Pflege
- Wir sind im ganzen südlichen  
Landkreis Osnabrück für Sie da

Südstraße 1B · 49201 Dissen  
Telefon (05421) 51 02  
dpflege@diakoniewerk-os.de

### Betreutes Wohnen



**7. Koordinationsbüro  
Betreutes Wohnen**

- Über 300 betreute Seniorenwohnungen  
an attraktiven Standorten in Osnabrück  
und Umgebung

Koordinationsbüro Betreutes Wohnen  
Bergstraße 35 A-C  
49076 Osnabrück  
Telefon (0541) 60 98 21-24  
betreutes-wohnen@diakoniewerk-os.de

## Pflegende Angehörige

Ein Unfall, ein Schlaganfall oder das Einsetzen einer chronischen Erkrankung – und plötzlich ändert sich alles. Wenn der Partner, die Eltern oder Großeltern pflegebedürftig werden, stehen pflegende Angehörige vor einem Berg von Fragen. Angst, Überforderung und die Undurchsichtigkeit im Informationsdschungel können da zu großer Verunsicherung führen. Holen Sie sich Rat und Hilfe! Als pflegender Angehöriger sollten Sie stets auch auf sich und die eigenen Bedürfnisse achten. Das Wahrnehmen eigener (Arzt-)Termine, das Pflegen sozialer Kontakte und eigener Interessen und Hobbys dient in erster Linie Ihrer eigenen körperlichen und psychischen Gesundheit, liefert aber auch die nötige Energie, um die Versorgung des pflegebedürftigen Menschen gewährleisten zu können. Nutzen Sie Entlastungsangebote und suchen Sie den Austausch zu anderen Betroffenen.

### Beratungsanspruch

Das Sozialgesetzbuch XI regelt die gesetzliche Pflegeversicherung und verpflichtet die Pflegekassen eine Pflegeberatung nach § 7a anzubieten. Nehmen Sie Kontakt zu Ihrer Pflegekasse auf und bitten Sie um eine Pflegeberatung. Sollten Ihrer Pflegekasse vor Ort, keine Pflegeberater zur Verfügung stehen, fragen Sie nach einer Kooperation mit externen Anbietern (persönliche Beratung, telefonische Pflegeberatung). Klären Sie unbedingt im Vorfeld die Kostenübernahme mit Ihrer Pflegekasse.

### Pflegestützpunkt der Stadt Osnabrück

Nutzen Sie die zusätzliche, kostenlose und neutrale Beratung des Pflegestützpunktes der Stadt Osnabrück (siehe Seite 29).

### Beratung durch ambulante Pflegedienste

Es besteht auch die Möglichkeit eine Beratung in der eigenen Häuslichkeit durch einen Pflegeanbieter abzurufen. Ziel der Beratung ist es, die Qualität der häuslichen Pflege zu sichern und den Pflegenden pflegefachliche Hilfestellungen zu geben. Bei Inanspruchnahme des Pflegegeldes ist die Durchführung der Beratung sogar verpflichtend. Die Beratungsbesuche werden mit der Pflegekasse verrechnet. Für nähere Informationen wenden Sie sich an diese.

### Pflegekurse

Die Pflegekassen bieten für pflegende Angehörige kostenfreie Schulungskurse an, die die Fertigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermitteln. Dadurch soll nicht nur die Pflege und Betreuung erleichtert und verbessert werden, auch pflegebedingte körperliche und seelische Belastungen können vermindert und ihnen vorgebeugt werden. Fragen Sie nach dem Pflegekurs-Angebot Ihrer Pflegekasse!

### Ehrenamtliches Entlastungsangebot „Auszeit“

Wer pflegt, braucht Pausen! Das Wahrnehmen eigener Termine – ob Pflicht oder zum Vergnügen – stellt pflegende Angehörige häufig vor organisatorische Schwierigkeiten. Eigene Aktivitäten sind nur möglich, wenn sich in dieser Zeit jemand



**Stiftung Maria-Rast**  
Einrichtungen und  
Dienste für Senioren  
**Steinfelder Str. 58**  
**49401 Damme**

## Moderne Senioreneinrichtungen nicht weit von Osnabrück

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeit- und Urlaubspflege
- Verhinderungspflege
- Tagespflege
- Servicewohnungen

**Infos unter: 05491-96700 oder [www.maria-rast.de](http://www.maria-rast.de)**

anders um die pflegebedürftige Person kümmert. Der ehrenamtliche Besuchsdienst „Auszeit“ kann pflegenden Angehörigen helfen, wieder an der Gemeinschaft teilzunehmen, Zeit für sich zu haben und den Akku wieder aufzuladen. Gleichzeitig bietet der Besuch von einem Mitglied des Auszeit-Teams eine willkommene Abwechslung im Alltag des pflegebedürftigen Menschen. „Auszeit“ ist ein Kooperationsprojekt des Diakonischen Werkes, des Seniorenbüros der Stadt Osnabrück und der Selbsthilfegruppe Pflegende Angehörige. Sind Sie als pflegende Angehörige 24 Stunden im Einsatz? Dann schenken wir Ihnen eine „Auszeit“!

Nähere Informationen und Anfragen an:

**Diakonisches Werk in Stadt und Landkreis Osnabrück gGmbH**  
Lohstraße 65, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 76028713, [Monika.foerster@dw-osl.de](mailto:Monika.foerster@dw-osl.de)

#### SHG Pflegende Angehörige

In dieser Selbsthilfegruppe treffen sich Angehörige von Menschen mit überwiegend körperlichen Beeinträchtigungen. Unsere Themen beschäftigen sich mit den Herausforderungen des Pflegealltags, mit praktischen, finanziellen und rechtlichen Fragestellungen. Pflegende Angehörige lernen Möglich-



## Cathamed Pflegedienst und Service GmbH

### ► Unser Service – Ihr Komfort!

Hausnotruf  
Hauswirtschaftliche Versorgung

### ► Ambulanter Pflegedienst

Grundpflege nach SGB XI.  
Behandlungspflege nach SGB V.  
Krankenhausvermeidungspflege und -nachsorge  
zusätzliche Betreuungsleistungen  
Pflegeberatung

Osnabrück | Großhandelsring 1 | 49084 Osnabrück | Tel. (05 41) 20 11 00

[www.cathamed.de](http://www.cathamed.de)



**Ambulanter Pflegedienst**  
Gut beraten – richtig versorgt



### Pflege, Betreuung, Beratung & Hauswirtschaft aus einer Hand

Verlassen Sie sich auf unser freundliches und erfahrenes Team!

Ambulante Krankenpflege & Lebenshilfe seit 1995



Gartlager Weg 1 • 49086 Osnabrück  
Tel. 0541-72432 • [info@pm-os.de](mailto:info@pm-os.de) • [www.pm-os.de](http://www.pm-os.de)

keiten zur Entlastung kennen, erfahren von Hilfs- und Unterstützungsangeboten, können einer möglichen sozialen Isolation entkommen und Lichtblicke im Alltag (wieder-)finden. Die Teilnahme an den monatlichen Treffen ist kostenfrei.

#### **Dr. Gisela Löhberg**

Tel.: 0541 41789 (privat)

[gloehberg@t-online.de](mailto:gloehberg@t-online.de), [www.pflegende-angehoerige-os.de](http://www.pflegende-angehoerige-os.de)

---

#### **Selbsthilfegruppe Pflegende Angehörige – Voxtrup**

jeden 1. Dienstag im Monat, 15.00 – 16.30 Uhr

in der Tagespflege Voxtrup

Antoniusweg 9, 49086 Osnabrück

Tel.: 0541 33880135, [rwitte@st-elisabeth-pflege.de](mailto:rwitte@st-elisabeth-pflege.de)

---

#### **Betreuungs- und Entlastungsdienst der Malteser Hilfsdienste e. V.**

Entlastungsdienst für Menschen mit Pflegegrad und deren pflegenden Angehörigen. Die Inanspruchnahme des Entlastungsdienstes kann mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

Malteser Hilfsdienst e. V.

Mercatorstraße 5, 49080 Osnabrück

Tel.: 0541 505-220, [osnabrueck@malteser.org](mailto:osnabrueck@malteser.org)

---

## **Ambulante Sozialstationen/Pflegedienste**

#### **Worauf Sie achten müssen:**

Es gibt ambulante Dienste der freien Wohlfahrtsverbände sowie private Pflegedienste. Wichtig ist, dass Sie sich erkundigen, ob der Dienst einen Versorgungsvertrag mit der Pflegekasse hat. Die ambulanten Pflegedienste, die mit den Pflegekassen einen Versorgungsvertrag haben, sind zur ganzheitlichen Hilfgewährung angehalten. Die nachfolgenden Leistungen werden durch die Pflegedienste erbracht bzw. vermittelt, wenn Sie diese nicht selbst erbringen können:

#### **» Grundpflege**

Körperpflege, Betten, Lagern, Trainieren elementarer Fertigkeiten, An- und Auskleiden, Essensgabe

#### **» Behandlungspflege**

Injektionen, Verbandwechsel, Blutdruckmessen, Medikamentengabe, Katheterwechsel bzw. -versorgung und anderes mehr – entsprechend den ärztlichen Verordnungen

#### **» Hauswirtschaftshilfe**

Wohnungsreinigung, Hausordnungspflichten erledigen, Spülen, Waschen, Bügeln, Heizen der Wohnung

#### **» Ergänzende Dienste**

Essen auf Rädern, Einkaufen, Botengänge, Begleitung bei Spaziergängen, Fahrdienste, Hausnotruf

Ambulante Sozialstationen und Pflegedienste, die einen Versorgungsvertrag mit den Pflegekassen haben, in alphabetischer Reihenfolge:

#### **Ambulante Pflege Brinkmann**

Schützenstraße 45, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 8601830

[ambulantepflegebrinkmann@osnanet.de](mailto:ambulantepflegebrinkmann@osnanet.de)

---

#### **Ambulanter Pflegedienst der Heilpädagogischen Hilfe Osnabrück (HHO)**

Schwerpunkt: pflegerische und hauswirtschaftliche Versorgung von Menschen mit Behinderungen

Buersche Straße 143, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 80039886

[h.frauenheim@os-hho.de](mailto:h.frauenheim@os-hho.de), [www.os-hho.de](http://www.os-hho.de)

---

#### **Arbeiter Samariter Bund**

Frankenstraße 6, 49082 Osnabrück

Tel.: 0541 95730-0

[info@asb-osnabrueck.de](mailto:info@asb-osnabrueck.de)

---

#### **ASA Ambulanter Pflegedienst**

Meller Landstraße 50, 49086 Osnabrück

Tel.: 0541 76026260

[info@asa-pflege.de](mailto:info@asa-pflege.de)

---

#### **Caritas PD Osnabrück**

Magdalenenstraße 49, 49082 Osnabrück

Tel.: 0541 338800

[pd-osnabrueck@caritas-os.de](mailto:pd-osnabrueck@caritas-os.de)

---

#### **Cathamed Pflegedienst und Service GmbH**

Großhandelsring 1, 49084 Osnabrück

Tel.: 02552 93860 und 0541 201100

[steinfurt@cathamed.de](mailto:steinfurt@cathamed.de)

---

#### **Christlicher PD gGmbH Bramsche**

Hasestraße 16, 49565 Bramsche

Tel.: 05461 708117

[angelika.greskamp@christlicher-pflegedienst.de](mailto:angelika.greskamp@christlicher-pflegedienst.de)

---



## Dem Nächsten ganz nah!

Diesem christlichen Motto folgend, wollen wir für Menschen da sein, gerade auch in den Zeiten von Krankheit, Alter und Pflegebedürftigkeit. Das ist die Basis unseren Handels.



**SILOAH - Christliche Pflege GmbH  
Ambulante Pflege**

Iburger Str. 23, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 - 673 893 33 · Fax: 0541 - 673 893 32  
info@siloah-pflege.de  
www.siloah-pflege.de

*Pflegen, betreuen, beraten ...*

**Vita**  
*Pflegedienst*

*...den Menschen zuliebe.*

Seit über  
**20 Jahren**  
für Sie da.

-  Grund- und behandlungspflegerische Versorgung durch Pflegefachkräfte
-  Betreuungs- und Ersatzleistungen
-  Beratung und Schulung pflegender Angehöriger

**Ihre Ansprechpartner in der Vita ambulante Pflege GmbH:**

Tobias Arnoldi, Karin Gödker, Cornelia Hanke  
Wesereschstraße 28 • 49084 Osnabrück  
Telefon (0541) 20 15 68 • Fax (0541) 20 15 82  
www.vitapflegedienst.de • info@vitapflegedienst.de



**Häusliche Kranken- und Altenpflege Cura**

Natruper Straße 223a, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 131277  
info@pflege-cura-os.de

---

**Diakonie Sozialstation Osnabrück**

Bergstraße 35a-c, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 434200  
kontakt.dsst@diakonie-sozialstation-os.de

---

**Die Pflegefabrik**

Koksche Straße 31a, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 38099150  
kontakt@diepflegefabrik.de

---

**Pflegedienst Birkemeyer**

Egon-von-Romberg-Weg 5, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 959995  
info@pflegedienst-birkemeyer.de

---

**Krankenpflege Medika**

Linner Straße 29, 49152 Bad Essen  
Tel.: 05472 982400

---

**MitMenschen GmbH**

Ertmannstraße 21, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 58056610  
info@mitmenschen-os.de

---

**Mobicare Kranken- und Altenpflege GmbH**

Natruper Straße 122, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 6090000  
info@mobicare.de

---

**Ambulanter PD „Oma“ GmbH**

Lotter Straße 116, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 9117287  
info@pflegedienst-oma.de

---

**PD Optimus GbR**

Pagenstecher Straße 143, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 20239297  
info@pflegedienst-optimus.com

---

**Osnabrücker Pflegedienst Manuela Knost GmbH**

Lotter Straße 112, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 4083100  
mail@osnabruecker-pflegedienst.de

---

**Paritätischer Wohlfahrtsverband**

Kleebergstraße 10, 49086 Osnabrück  
Tel.: 0541 4080425  
osnabrueck@paritaetischer.de

---

**PD am Schölerberg**

Iburger Straße 175, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 8007999  
info@pflegedienstas.de

---

**Pflegeeins GmbH**

Meller Straße 12-14, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 86018900  
info@pflegeeins.de

---

**Pflege & Mehr Ambulante Krankenpflege**

Gartlager Weg 1, 49086 Osnabrück  
Tel.: 0541 72432  
pm-os@web.de

---

**PIOS-Ambulante Pflege in Osnabrück Stadt und Land**

Holtstraße 43, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 2050030  
info@pios-pflegedienst.de

---

**Soziale Dienste Handwerk GmbH**

**Ambulanter Pflegedienst**  
Am Schölerberg 9, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 9611024  
junge@kh-os.de

---

**SEI GESUND**

Goethering 3/5, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 3504661  
seigesund@gmail.com

---

**Siloah Christliche Pflege GmbH**

Iburger Straße 23, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 673893  
info@siloah-pflege.de

---



- ▲ Alten- und Krankenpflege ▲ Kinderkrankenpflege ▲ Familienpflege
- ▲ Haushaltshilfe ▲ Hauswirtschaft ▲ Verhinderungspflege
- ▲ Betreutes Wohnen

**Leistungen:**

- ▲ Betreuung gemäß SGB XI §87b
- ▲ Grundpflege gemäß SGB XI
- ▲ Pflegeeinsätze gemäß SGB XI §37/3
- ▲ Ärztliche verordnete Behandlungspflege gemäß SGB V §37/1, §37/2 ff
- ▲ Leistungen nach dem BSHG
- ▲ Privatleistungen
- ▲ 24 Stunden Erreichbarkeit
- ▲ Soforthilfe in Not- und Krisensituationen
- ▲ Agentur für Demenzkranke

**Schwerpunkte:**

- ▲ Onkologie
- ▲ Psychiatrie
- ▲ Ambulante Palliativversorgung
- ▲ Spezielle ambulante Palliativversorgung
- ▲ Niedrigschwelliges Betreuungsangebot

Iburger Str. 175 · 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 / 8007999 · Fax: 0541 / 8007998  
info@pflegedienstas.de · www.pflegedienstas.de



- ▲ Strukturierter Tagesablauf ▲ Grundpflege ▲ Behandlungspflege
- ▲ Soziale Betreuung ▲ Individuelle Betreuung
- ▲ Spezielle Demenzbetreuung ▲ Gruppenangebote
- ▲ Einzelangebote ▲ Unterkunft und Verpflegung
- ▲ Jahreszeitliche Feste ▲ Fahrdienst

Iburger Str. 175 · 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 / 8007999 · Fax: 0541 / 8007998  
info@pflegedienstas.de



**Krankenpflegeartikel  
und Homecare für den  
täglichen Bedarf**

- ▲ Krankenpflegeartikel ▲ Praxisbedarf ▲ Pflegeheimbedarf
- ▲ Desinfektionsmittel ▲ Inkontinenzartikel
- ▲ Hilfsmittel zur Dekubitusvermeidung und -versorgung
- ▲ Medizinische Thrombosestrümpfe

Kontakt: info@osnacare.de



**1. Obergeschoss:**  
30 m<sup>2</sup>, 45 m<sup>2</sup> Apartments

**2. Obergeschoss:**  
30 m<sup>2</sup>, 45 m<sup>2</sup> und 60 m<sup>2</sup> Apartments

mit

- ▲ dreifach Schallschutzverglasung
- ▲ Wärmedämmung
- ▲ Barrierefrei und rollstuhlgerecht
- ▲ Photovoltaikanlage
- ▲ Fußbodenheizung mit Kellerraum
- ▲ elektrische Rollläden
- ▲ Luftwasserwärmepumpe
- ▲ Satelliten-TV
- ▲ Brandmeldeanlage
- ▲ Rauch-Wärmeabzugsanlage
- ▲ Fahrstuhl
- ▲ Gemeinschaftsraum

Iburger Str. 175 · 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 / 8007999 · Fax: 0541 / 8007998  
info@pflegedienstas.de · www.pflegedienstas.de



- ▲ 14 barrierefreie 30-56 m<sup>2</sup> große 1-2 Zimmerwohnungen
- ▲ bis auf zwei Wohnungen haben alle einen Balkon oder eine Loggia
- ▲ gehobener, moderner und energetischer Neubau (Energieeffizienzhaus)
- ▲ dreifach Schallschutzverglasung und elektrische Rollläden
- ▲ Fußbodenheizung in allen Nuteinheiten
- ▲ Stellplatzanmietung und Kellerraum
- ▲ Gartenmitbenutzung sowie Hausmeisterservice
- ▲ Angeschlossene Tagespflege im Erdgeschoss



- ▲ Strukturierter Tagesablauf ▲ Unterkunft und Verpflegung ▲ Fahrdienst
- ▲ Einzel- und Gruppenangebote ▲ Ausflüge und Jahreszeitenfeste
- ▲ spezielle Angebote für hörgeschädigte und gehörlose Menschen

**Eröffnung voraussichtlich 2019**

Am Sonnenhügel 1 · 49124 Georgsmarienhütte  
Informationen und Vermietung  
über: 0541 8007999 (Pflegedienst am Schölerberg)  
info@tagespflege-sonnenhuegel.de

### SSB Seniorenzentrum Lüstringen gGmbH

Mittelfeld 7, 49086 Osnabrück

Tel.: 0541 800859-0

luestringen@ssb-seniorenzentren.de

---

### Visita PD Josef Brümmer

Kiebitzheide 1-3, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 971440

info@visita-os.de

---

### Vita PD

Wesereschstraße 28, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 201568

vitapflegedienst@osninet.de

---

### Vital PD GmbH

Großhandelsring 3, 49084 Osnabrück

Tel.: 0541 98250942

vitalpflegedienst@osninet.de

---

### Westerfeld Sozial-Einrichtungen PD

Knollstraße 136, 49088 Osnabrück

Tel.: 0541 80049770

info@westerfeld-sozial-einrichtungen.de

---

### Wüstenwerk GmbH & Co. KG ambulanter PD

Blumenhaller Weg 75, 49080 Osnabrück

Tel.: 0541 82528

buero@wuestenwerk.de

---

## Tages- und Nachtpflege

### Tagespflege

Die Tagespflege ist ein ergänzendes Angebot zur ambulanten Pflege. Sie ist für pflegebedürftige, aber nicht bettlägerige ältere Menschen vorgesehen, die von ambulanten Diensten, von der eigenen Familie oder von Privatpersonen versorgt werden. Wenn pflegende Angehörige berufstätig sind oder eine Entlastung benötigen, ist es möglich, den Pflegebedürftigen täglich oder auch nur an bestimmten Tagen der Woche in einer Tagespfleeinrichtung versorgen zu lassen.

Tagespflegen werden montags bis freitags (in Einzelfällen auch am Wochenende) angeboten und bieten Essenversorgung, pflegerisch-aktivierende Betreuung und Kontaktmöglichkeiten. Die Tagesgäste werden auf Wunsch morgens von einem Fahrdienst zu Hause abgeholt und abends wieder

nach Hause gebracht. Bei Vorliegen eines Pflegegrades besteht die Möglichkeit die Leistungen der Pflegeversicherung zu kombinieren. Unter anderem können Sie dann die bezogenen Leistungen für die Finanzierung der Tagespflege nutzen. Viele Einrichtungen bieten einen kostenlosen Schnuppertag an.

### Tagespflege am Rosenplatz

Rosenplatz 4, 49074 Osnabrück-Rosenplatz

Tel.: 0541 40770898

info@tagespflege-rosenplatz.de

www.tagespflege-rosenplatz.de

Mo. – Fr. 8.00 – 17.00 Uhr

---

### Tagespflege Am Schölerberg

Iburger Straße 175, 49082 Osnabrück-Schölerberg

Tel.: 0541 8007999

info@pflegedienstas.de

www.tagespflege-osnabrueck.de

Mo. – So. und an Feiertagen von 7.30 – 17.30 Uhr

(Sonderzeiten nach Absprache möglich)

Besonderes Angebot: Betreuungscfé für dementiell und psychisch Erkrankte (montags 14.30 – 17.30 Uhr)

---

## Unser Pflegedienst gehört zur Familie.



**Wir pflegen Menschen.**

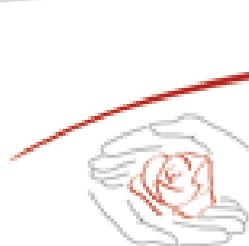
Informationen erhalten Sie unter Telefon **0541 97144-0**



www.visita-os.de | info@visita-os.de  
VISITA Pflegedienst | Kiebitzheide 1-3 | 49084 Osnabrück

**VISITA** 

**Alles aus einer Hand • Telefon 0541 338800**



*St. Elisabeth Pflege*



Magdalenenstraße 49 • 49082 Osnabrück • [www.elisabethpflege-os.de](http://www.elisabethpflege-os.de)

**Heywinkel  
Haus** gemeinnützige  
GmbH



**Seniorenheim**

**Leben, Wohnen,  
Pflege und mehr**

Bergstraße 31 – 33  
49076 Osnabrück

Telefon 0541 - 96113-0  
Telefax 0541 - 683037

[www.heywinkel-haus.de](http://www.heywinkel-haus.de)  
[kontakt@heywinkel-haus.de](mailto:kontakt@heywinkel-haus.de)

**Unser Motto lautet: Nächstenliebe...**



**Haus Dorette**

Frauenheim zu Osnabrück e.V.

**Seit 125 Jahren  
Heimat im Alter für Frauen**

**Bei uns wird die Verbundenheit mit dem Nächsten gelebt.**

Sie werden als Bewohnerin in Ihrer Eigenständigkeit unterstützt ...  
die aufmerksame und liebevolle Pflege ist unsere Stärke ...  
Sie sind uns von Herzen willkommen.

Ihre Ansprechpartnerin ist die Einrichtungsleiterin Frau Hildegund Twardon  
Telefon: 05 41/96 29 96-10 · Telefax: 05 41/96 29 96-12 · Natruper Straße 14 A · 49076 Osnabrück  
[www.haus-dorette.de](http://www.haus-dorette.de) · [mail@haus-dorette.de](mailto:mail@haus-dorette.de)

**Seniorenwegweiser online**

Entdecken Sie den **Seniorenwegweiser** der Stadt Osnabrück auch online als  
multimediales Blättererlebnis zur umweltfreundlichen Auflagenoptimierung unter

**[stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de](http://stadt-osnabrueck-senioren.ancos-verlag.de)**



### Tagespflege Birkemeyer

Gröbelweg 17, 49082 Osnabrück-Sutthausen  
Tel.: 0541 959995  
info@pflagedienst-birkemeyer.de  
Mo. – Fr. 8.00 – 17.00 Uhr, Sa. 9.00 – 16.00 Uhr

### Tagespflege im Hermann-Bonnus-Haus

Rheiner Landstraße 147, 49078 Osnabrück-Weststadt  
Tel.: 0541 40475-35  
tagespflege@hermann-bonnu-haus.de  
www.diakoniewerk-os.de  
Mo. – Fr. 8.00 – 17.30 Uhr

### Tagespflege Haus Kleeberg, Paritätischer Wohlfahrtsverband

Kleebergstraße 10, 49086 Osnabrück-Lüstringen  
Tel.: 0541 4080412  
vanessa.stroemer@paritaetischer.de  
www.osnabrueck.paritaetischer.de  
Mo. – Fr. 8.30 – 16.30 Uhr

### Tagespflegen der Elisabeth Pflege gGmbH

Die Elisabeth Pflege hat vier Tagespflegen in verschiedenen Stadtteilen von Osnabrück, die unter dem gemeinsamen Internetauftritt [www.elisabethpflege-os.de/tagespflegen](http://www.elisabethpflege-os.de/tagespflegen) zu finden sind. Im Folgenden werden die vier Osnabrücker Tagespflegen der Elisabeth Pflege gGmbH aufgelistet:

#### » Tagespflege Paulusheim,

##### St. Elisabeth Pflege gGmbH (Büro)

Magdalenenstraße 49, 49082 Osnabrück-Schölerberg  
Tel.: 0541 98202-26  
paulusheim@st-elisabeth-pflege.de  
täglich 7.30 – 17.30 Uhr (auch am Wochenende geöffnet, auf Wunsch ab 7.00 Uhr)

#### » Tagespflege Schinkel

Schützenstraße 85, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0541 7120411  
Mo. – Fr. 7.30 – 17.30 Uhr (auf Wunsch ab 7.00 Uhr)

#### » Tagespflege St. Angela

Bramstraße 41, 49090 Osnabrück-Haste  
Tel.: 0541 33880-150  
Mo. – Fr. 7.30 – 17.30 Uhr (auf Wunsch ab 7.00 Uhr)

#### » Tagespflege Voxtrup

Antoniusweg 9, 49086 Osnabrück-Voxtrup  
Tel.: 0541 33880-130  
Mo. – Fr. 7.30 – 17.30 Uhr (auf Wunsch ab 7.00 Uhr)



*Alten- und Krankenpflagedienst*  
**„Sei Gesund“**

SEI GESUND  
ALTEN- UND KRANKENPFLEGEDIENST GbR

**Umsorgt und sicher zuhause leben!**

Goethering 3/5 • Ecke Kleiststraße • 49074 Osnabrück  
Tel. (05 41) 3 50 46 61 • Fax (05 41) 3 50 46 81  
info@pflege-seigesund.de • www.pflege-seigesund.de

Sie brauchen Hilfe oder sind pflegebedürftig?  
Lieben Ihr Zuhause und möchten auch gerne dort bleiben?

Jeder Tag wird Ihnen gereicht, um glücklich zu sein! Lassen Sie uns diesen Tag zusammen verbringen!

TAGESPFLEGE  
AM ROSENPLATZ

Rosenplatz 4 • 49074 Osnabrück  
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 17.00 Uhr  
Tel. (05 41) 40 77 08 98 • [www.tagespflege-rosenplatz.de](http://www.tagespflege-rosenplatz.de)



**DER PARITÄTISCHE OSNABRÜCK**

**Ambulante Pflege**

- Grund- und Behandlungspflege
- Haushaltshilfe
- Hausnotruf
- Verhinderungspflege
- kostenlose Beratung

**Tagespflege**

- Entlastung der Angehörigen
- Fahrdienst von und nach Hause
- Geselligkeit und Freude

**Essen auf Rädern**

- Lieferung nach Hause
- täglich frisch gekocht
- Onlinebestellung möglich

**Schulassistentz**

- mobile soziale Hilfsdienste
- individuelle Schwerstbehinderten Betreuung
- Freiwilliges Soziales Jahr

**Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V., Kreisverband Osnabrück**  
Tel. 05 41. 40 80 40

[www.paritaetischer.de](http://www.paritaetischer.de)



## Die Dörenberg-Klinik in Bad Iburg

bietet ihren Patienten mit den Schwerpunkten konservative Orthopädie, Rehabilitation und Berufsgenossenschaftliche stationäre Weiterbehandlung hervorragende Möglichkeiten zur Genesung.

Wir freuen uns auch, Sie in der **Kurzzeitpflege** als unseren Gast begrüßen zu dürfen.

### Dörenberg-Klinik GmbH

Am Kurgarten 7 | 49186 Bad Iburg  
Telefon: 05403 / 402 401  
info@doerenberg-klinik.de  
www.doerenberg-klinik.de



## Wir erweitern die Angebote für unsere Kunden

**Ambulanter Pflegedienst Manuela Hinrichsen in Hilter und Bad Iburg.** Seit mehr als 20 Jahren für Sie da. Aus der Region für die Region.

**Tagespflege Schwalbennest in Bad Rothenfelde.** Seit mehr als 4 Jahren die exklusivste Tagespflege im Südkreis.

**Tagespflege An den Salinen. Neu.** Reservieren Sie Ihren Platz an der Sonne.

**Wer einen Pflegegrad hat und die Tagespflege nicht besucht, verschenkt Geld!**

**Betreuung und Hauswirtschaft, Entlastungsleistungen durch geschulte Mitarbeiter/innen. Verschenken Sie auch hier kein Geld!**

**Ambulant betreute Senioren-Wohngemeinschaft „An den Salinen“.** Mitbewohner/innen willkommen.

**Informieren Sie sich und/oder reservieren Sie unter Tel. (0 54 24) 35 74.**



Manuela Hinrichsen

**Aktuelle Stellenangebote unter:**

[www.pflegedienst-hinrichsen.de](http://www.pflegedienst-hinrichsen.de)  
und [www.tagespflege-schwalbennest.de](http://www.tagespflege-schwalbennest.de)

## TEILSTATIONÄRE TAGES- UND NACHTPFLEGE

# Herzlich willkommen in Ihrem zweiten Zuhause ...

**Wir bieten Ihnen eine kostenlose Pflegeberatung**



**Mehr Informationen unter:**

Telefon: 0 54 61 - 96 96 295 oder  
[sozialzentrum@asb-osnabrueck.de](mailto:sozialzentrum@asb-osnabrueck.de)  
[www.asb-osnabrueck.de](http://www.asb-osnabrueck.de)

**Wir helfen hier und jetzt.**



**Arbeiter-Samariter-Bund**

**»Haus Bonitas«**

**Herzlich willkommen!**



## Wohngemeinschaft für Menschen mit Hilfebedarf

Wenn die Pflege in den eigenen vier Wänden nicht (mehr) möglich ist, bietet das »Haus Bonitas« in Belm eine geeignete Alternative zum klassischen Pflegeheim: Mit unserer kleinen Hausgemeinschaft schaffen wir die Möglichkeit eines heimat- und familiennahen neuen Zuhauses mit Rund-um-die-Uhr-Betreuung. Wir beraten Sie gerne!

**Haus BONITAS**  
Zuhause in Gemeinschaft

Bonitas Krankenpflege GmbH · Lindenstraße 33 · 49191 Belm  
Telefon (0 54 06) 898 10 200 · [www.bonitas.de](http://www.bonitas.de)

## Nachtpflege

Die teilstationäre Nachtpflegeeinrichtung des ASB Osnabrück in Bramsche bietet pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, wieder einmal durchzuschlafen und so die benötigte Kraft für den eigenen pflegerischen Einsatz wieder herzustellen. Die Nachtpflege bietet Raum für 16 Gäste. Auf Wunsch wird Ihnen ein Abendessen und ein Frühstück angeboten. Für alle, die nachts keine Ruhe finden, gibt es großzügige Aufenthaltsbereiche, in denen gelesen oder auch ferngesehen werden kann.

Auch Bürger der Stadt Osnabrück können den Fahrdienst des ASB bis nach Bramsche in Anspruch nehmen.

### ASB Nachtpflege in Bramsche

Münsterstraße 8–9, 49565 Bramsche  
Tel.: 05461 9696295  
sozialzentrum@asb-osnabrueck.de

Die ASB Nachtpflege in Bramsche ist für Sie von Sonntagabend bis Freitagmorgen geöffnet.

## Kurzzeitpflege und Pflegeheime

Wie auf Seite 53 beschrieben, kann in Krisensituationen und zur Entlastung pflegender Angehöriger Kurzzeitpflege in einer stationären Einrichtung in Anspruch genommen werden. Auch die Auswahl eines dauerhaften Heimplatzes hängt von verschiedenen Faktoren ab. In Osnabrück gibt es derzeit keine Einrichtungen, die nur Kurzzeitpflegeplätze anbieten, sondern diese finden sich in den Pflegeheimen. Da die Nachfrage nach (Kurzzeitpflege-)Plätzen in Stadt und Landkreis in der Regel das Angebot an freien Plätzen übersteigt, gestaltet sich das Finden eines zeitlich und örtlich passenden Angebotes häufig schwierig.

Die Broschüre „Wohnen im Alter in Osnabrück“ beinhaltet einen Stadtplan, mit der Lage der stationären Einrichtungen in Osnabrück.

### Die Pflegeeinrichtungen in Osnabrück:

#### Alten- und Pflegeheim St. Franziskus

Träger: St. Elisabeth Pflege GmbH  
Bassumer Straße 36, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 33880-600  
st-franziskus@st-elisabeth-pflege.de  
www.st-elisabeth-pflege.de

---

#### Bischof-Lilje-Altenzentrum

Träger: Diakoniewerk Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Rehmstraße 79–83, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 98110-0  
blaz@diakoniewerk-os.de, www.diaakoniewerk-os.de

---

#### Haus Ledenhof

Träger: Diakonische Altenhilfe des Ev.-luth. Kirchenkreises Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Am Ledenhof 2, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 35784-0  
kontakt.hl@haus-ledenhof.de, www.altenhilfe-os.de

---

#### Haus Schinkel

Träger: Diakonische Altenhilfe des Ev.-luth. Kirchenkreises Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Buersche Straße 96, 49084 Osnabrück  
Tel.: 0541 600287-0  
kontakt.hs@haus-schinkel-os.de, www.altenhilfe-os.de

---

#### Haus St. Clara

Träger: St. Elisabeth Pflege GmbH  
Schillerstraße 14, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 9338690  
st-clara@st-elisabeth-pflege.de, www.st-elisabeth-pflege.de

---

#### Hermann-Bonnus-Haus

Träger: Diakoniewerk Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Rheiner Landstraße 147, 49078 Osnabrück  
Tel.: 0541 40475-0  
hbh@diakoniewerk-os.de, www.diaakoniewerk-os.de

---

#### Heywinkel-Haus

Träger: Heywinkel-Haus gemeinnützige GmbH  
Bergstraße 31–33, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 96113-0  
kontakt@heywinkel-haus.de, www.heywinkel-haus.de

---

#### Katharina-von-Bora-Haus

Träger: Diakoniewerk Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Veilchenstraße 22, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 6926-0  
kabo@diakoniewerk-os.de, www.diaakoniewerk-os.de

---

### Küpper-Menke-Stift

Träger: Diakoniewerk Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Sedanstraße 76, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 6928-0  
kms@diakoniewerk-os.de, www.diakoniewerk-os.de

---

### Paulusheim

Träger: St. Elisabeth Pflege GmbH  
Magdalenenstraße 49, 49082 Osnabrück  
Tel.: 0541 98202-0  
paulusheim@st-elisabeth-pflege.de  
www.st-elisabeth-pflege.de

---

### PflegeWohnen im Diakonie-Wohnstift am Westerberg

Träger: Diakoniewerk Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Bergstraße 35a-c, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 33880-200  
waw@diakoniewerk-os.de, www.wohnstift-westerberg.de

---

### Residenz Ambiente

Träger: Residenz Ambiente-Betreuungsdienste  
Niedersachsen gemeinnützige GmbH  
Wilhelm-von-Euch-Straße 2, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 669309  
osnabrueck@residenz-ambiente.de  
www.residenz-ambiente.de

---

### Seniorenheim Haus Dorette

Träger: Frauenheim zu Osnabrück gemeinnützige GmbH  
Natruper Straße 14a, 49076 Osnabrück  
Tel.: 0541 962996-0  
mail@haus-dorette.de, www.haus-dorette.de

---

### SSB Seniorenzentrum Eversburg

Träger: SSB Seniorenzentren GmbH  
Pastor-Goudefroy-Straße 19/21, 49090 Osnabrück  
Tel.: 0541 20248-0  
eversburg@ssb-seniorenzentren.de  
www.ssb-seniorenzentren.de

---

### SSB Seniorenzentrum Lüstringen

Träger: SSB Seniorenzentren GmbH  
Mittelfeld 7, 49086 Osnabrück  
Tel.: 0541 800859-0  
luestringen@ssb-seniorenzentren.de  
www.ssb-seniorenzentren.de

---

## Versorgung von schwerkranken Menschen und Sterbenden (Palliativversorgung)

Schwerstkranke Menschen und Sterbende haben Anspruch auf eine spezialisierte palliative Versorgung. Die Palliativmedizin hat das Ziel, die Folgen einer Erkrankung zu lindern (Palliation), wenn keine Aussicht auf Heilung mehr besteht. Die Palliativversorgung kann zu Hause, im Krankenhaus, im Pflegeheim oder im Hospiz erfolgen – darauf haben Versicherte einen gesetzlichen Anspruch.

Versicherte haben außerdem einen Anspruch auf individuelle Beratung und Unterstützung ihrer Krankenkasse bei der Auswahl und Inanspruchnahme von Leistungen der Palliativ- und Hospizversorgung (Quelle: [www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/krankenversicherung/palliativversorgung.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/krankenversicherung/palliativversorgung.html))

Auch in Osnabrück gibt es eine Reihe von Anlaufstellen, die in dieser herausfordernden Lebenssituation Unterstützung anbieten.

### Osnabrücker Hospiz – geschützte Lebenszeit

Der Name der modernen Hospizbewegung leitet sich vom lateinischen „hospitium“ (Herberge) ab. Sie will sterbenden Menschen das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit geben. Die Begleitung und Unterstützung Sterbender und ihrer Angehörigen kann zu Hause, aber auch in stationären Hospizen, in Einrichtungen der Altenhilfe, Krankenhäusern und in weiteren Wohnformen ermöglicht werden.



### Wir sind da, wo Sie leben – Ambulanter Hospizdienst

Das Hospiz Osnabrück unterstützen sterbende Menschen, Angehörige und Trauernde durch qualifizierte ehrenamtliche Mitarbeiter. Die Begleitung erfolgt dort, wo die Menschen leben, in Würde, mit Respekt und unter Achtung des ganzen Menschen. Sie ergänzt den Einsatz der häuslichen Krankenpflege ohne dabei Pflegeleistungen zu übernehmen.



Seniorenzentrum Eversburg  
Pastor-Goudefroy-Straße 19/21  
49090 Osnabrück  
Telefon: (05 41) 20 24 8-0  
Telefax: (05 41) 20 24 8-55  
E-Mail: eversburg@ssb-seniorenzentren.de

Vollstationäre Pflege  
Offener Mittagstisch  
Kurzzeitpflege

Verhinderungspflege  
Ambulante Pflege  
Betreutes Wohnen

[www.ssb-seniorenzentren.de](http://www.ssb-seniorenzentren.de)

Seniorenzentrum Lüstringen  
Mittelfeld 7  
49086 Osnabrück  
Telefon: (05 41) 80 08 59-0  
Telefax: (05 41) 80 08 59-55  
E-Mail: luestringen@ssb-seniorenzentren.de



Ingrid Beermann

*Betreuung,  
so individuell wie Sie.*

Nur, weil Sie mehr Unterstützung als früher brauchen, müssen Sie weder Ihren Lebensstil noch sich selbst ändern. Im Gegenteil: Bei Residenz Ambiente bleiben Sie sich treu – und so eigenständig wie möglich. Ob in der Langzeit- oder Kurzzeitpflege, ob beim Betreuten Wohnen oder beim Pflegewohnen im eigenen Seniorenappartement: Genießen Sie ein abwechslungsreiches Betreuungsprogramm und vertrauen Sie auf das gute Gefühl, in besten Händen zu sein.

 RESIDENZ  
**AMBIENTE**

Wilhelm-von-Euch-Straße 2 · 49090 Osnabrück · Telefon 0541 6693-09 · [www.residenz-ambiente.de](http://www.residenz-ambiente.de)

## Hospiz-Pflegeberatung/SAPV

Mit diesem Angebot werden Schwerkranke und deren Bezugspersonen in palliativpflegerischen, -medizinischen oder organisatorischen Fragen zu Hause unterstützt. Diese kostenfreie Hilfe kann über Hausbesuche oder telefonisch erfolgen. In Krisensituationen kann ein Palliative Care-Team, bestehend aus Palliativmedizinern und Fachpflegekräften zur Unterstützung der Angehörigen, des betreuenden Pflegedienstes und als Partner des vertrauten Hausarztes hinzugezogen werden.

## Trauerbegleitung

Zur Arbeit des Hospizes zählt immer auch die Entlastung Trauernder durch ehrenamtliche Einzelbegleitung oder regelmäßige Austauschmöglichkeiten im Hospiz und außerhalb. Der Sonntagstreff für Trauernde, die Trauerberatung, die Teilnahme an Trauerseminaren und die regelmäßigen Treffen am Johannislabyrinth stehen allen Menschen offen, ungeachtet ihrer bisherigen Kontakte zum Osnabrücker Hospiz.

## Wenn es zu Hause nicht (mehr) geht – Stationäres Hospiz

Das Osnabrücker Hospiz bietet für lebensbegrenzend erkrankte Menschen in elf gemütlich eingerichteten Einzelzimmern mit eigenem Bad und kleiner Terrasse palliativpflegerische und psychosoziale Begleitung durch ein qualifiziertes interdisziplinäres Team. Auch Zugehörige können sich hier wie zu Hause fühlen und werden über den Tod hinaus begleitet. Grundsätzlich sind alle Angebote des Osnabrücker Hospizes für die Betroffenen kostenfrei und gelten allen Menschen, gleich welcher politischen Weltanschauung oder konfessioneller sowie spiritueller Überzeugung – unabhängig von deren finanzieller Situation.

### Hospizbüro

Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung  
Tel.: 0541 350550, [www.osnabruecker-hospiz.de](http://www.osnabruecker-hospiz.de)

## Palliativstationen der Krankenhäuser

Auch in einigen Krankenhäusern ist eine Palliativversorgung auf besonderen Palliativstationen möglich. Die Einweisung erfolgt immer über den Hausarzt oder die behandelnden

Fachärzte. Bei Fragen rund um die Palliativ- und Hospizversorgung steht das Osnabrücker Hospiz gern zur Verfügung.

## Ehrenamtliche Unterstützungsangebote

### Ehrenamtliche Unterstützungsangebote des Senioren- und Pflegestützpunktes im Seniorenbüro

Die Mehrheit der Seniorinnen und Senioren möchte möglichst lange selbstständig und selbstbestimmt in der vertrauten Umgebung wohnen bleiben. Ältere Menschen wünschen sich deshalb ein vielfältiges, individuell gestaltbares Wohn- und Unterstützungsangebot.

Dazu gehören neben einer altengerechten Wohnung auch eine funktionierende Infrastruktur sowie ein Umfeld, das soziale Kontakte ermöglicht. Der Senioren- und Pflegestützpunkt der Stadt Osnabrück greift diese Wünsche auf und bietet ehrenamtliche Unterstützungsangebote an, die einen Verbleib in den eigenen vier Wänden ermöglichen und ein Stück Einsamkeit nehmen:

#### Ehrenamtliche Wohnberatung

Die ehrenamtliche Wohnberatung informiert zu Möglichkeiten der alters- und behindertengerechten Wohnraumanpassung und unterstützt Sie dabei, sich gut auf das Alter einzurichten. Näheres zur Wohnberatung erfahren Sie auf Seite 41.

#### Ehrenamtliche Seniorenbegleitung

Ehrenamtliche Seniorenbegleiterinnen und -begleiter leisten regelmäßig Gesellschaft, spenden Zeit und unterstützen im Alltag. Vor allem sind sie als Gesprächspartner da oder hören einfach „nur“ zu. Inhalte der Seniorenbegleitung können individuell vereinbart werden. Die Seniorenbegleitung leistet jedoch keine Pflege- und Putztätigkeiten.

Wünschen Sie eine persönliche Wohnberatung? Möchten Sie zukünftig besucht werden? Nähere Informationen und Terminvereinbarungen erhalten Sie unter:

Senioren- und Pflegestützpunkt der Stadt Osnabrück

Bierstraße 32a, 49074 Osnabrück

Ansprechpartnerin: Katharina Oelke, Tel.: 0541 323-3110

[seniorenstuetzpunkt@osnabrueck.de](mailto:seniorenstuetzpunkt@osnabrueck.de)

[www.osnabrueck.de/senioren](http://www.osnabrueck.de/senioren)

## Besuchsdienst der Malteser Hilfsdienst e. V.

Die Malteser bieten einen ehrenamtlichen Besuchsdienst für chronisch kranke, allein lebende Seniorinnen und Senioren.

Malteser Hilfsdienst e. V.  
Mercatorstraße 5, 49080 Osnabrück  
Tel.: 0541 505-220, osnabrueck@malteser.org

---

## Selbsthilfe

Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten gemeinsam mit anderen aktiv zu werden. In Selbsthilfegruppen unterstützen sich Menschen gegenseitig, die ein gemeinsames Thema verbindet: die gleiche Krankheit, Behinderung, Suchterfahrung oder eine schwierige Lebenssituation. Auch Angehörige von Betroffenen organisieren sich in Selbsthilfegruppen.

Die Mitglieder treffen sich zum Erfahrungsaustausch und eignen sich das Wissen und die notwendige Kompetenz an, um ihre Situation besser bewältigen zu können. Gruppen und Organisationen zum Beispiel von chronisch kranken Menschen sind inzwischen akzeptierte und gefragte Partner im Gesundheitswesen. Sie ergänzen die professionelle und institutionelle Versorgung. In den letzten 25 Jahren ist die Zahl der Selbsthilfegruppen stetig gewachsen. Im Landkreis und in der Stadt Osnabrück gibt es eine engagierte Selbsthilfebewegung mit zahlreichen Selbsthilfegruppen.

### Gesundheitsdienst für Landkreis und Stadt Osnabrück

Büro für Selbsthilfe und Ehrenamt  
Außenstelle Haus der Gesundheit  
Hakenstraße 6, 49074 Osnabrück  
Mo. – Fr. 8.00 – 13.00 Uhr, Do. 8.00 – 17.30 Uhr  
Tel.: 0541 501-3133 und 3533  
buero-selbsthilfe@landkreis-osnabrueck.de

---

## Nachbarschaftshilfen

Auch die Osnabrücker Nachbarschaftshilfen haben Unterstützungsleistungen in ihrem ehrenamtlichen Angebot (siehe Seite 22). Nehmen Sie gern Kontakt auf.

## Demenz

Die pflegenden Angehörigen von demenziell veränderten Menschen müssen sich einer Vielzahl von spezifischen Anforderungen stellen. Im Dschungel der auftauchenden Fragen (zu Pflege, Formalitäten, Betreuungs- und Entlastungsmöglichkeiten) bieten die folgenden Adressen Anlaufstellen für Betroffene und Angehörige, um Informationen zu erhalten und sich einen Überblick über die in der Stadt vorhandenen Angebote verschaffen zu können.



## Beratungsstellen zum Thema Demenz

### Alzheimer Gesellschaft Osnabrück e. V. Selbsthilfe Demenz

Die Alzheimer Gesellschaft Osnabrück e. V. Selbsthilfe Demenz bietet Informationsveranstaltungen, Beratungen und Schulungen zur Aufklärung über dementielle Erkrankungen. Darüber hinaus leistet sie emotionale Unterstützung und Hilfen für die Entlastung der pflegenden Angehörigen und Betreuenden. In telefonischen und persönlichen Beratungen kann über das Krankheitsbild und Möglichkeiten der Hilfe aufgeklärt werden. In Einzelfällen wird auch in der häuslichen Umgebung beraten. In der Beratungsstelle der Alzheimer Gesellschaft Osnabrück e. V. liegen Broschüren und Informationsmaterialien rund um das Thema Alzheimer/Demenz aus, die kostenlos zur Verfügung gestellt werden.

Broschüren der Deutschen Alzheimergesellschaft Berlin können auch direkt unter [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) bestellt werden.

### Alzheimer Gesellschaft Osnabrück e. V. Selbsthilfe Demenz

Johannisfreiheit 11a, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 58049274  
info@alzheimer-os.de, [www.alzheimer-os.de](http://www.alzheimer-os.de)  
Sprechstunden: Di. 15.00 – 17.00 Uhr,  
Mi. 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

---

## PaDeBe – Demenzberatung

Ein kostenloses, individuelles Unterstützungs-, Beratungs- und Schulungsangebot für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen, die solange wie möglich die Pflege und Betreuung in der Häuslichkeit gewährleisten möchten.

Paritätischer Wohlfahrtsverband  
Kleebergstraße 10, 49086 Osnabrück  
Tel.: 0541 4080416  
Tim.Stroemer@paritaetischer.de  
[www.paritaetischer.de/kreisgruppen/osnabrueck](http://www.paritaetischer.de/kreisgruppen/osnabrueck)

## Demenz Fachberatung Christiane Hillebrand Schulung und Beratung – Ein Angebot zur Unterstützung für Begleitpersonen von Menschen mit Demenz

Die Anzahl der in Deutschland lebenden Menschen mit Demenz ist steigend und die Begleitung und Pflege wird dabei vor die unterschiedlichsten Herausforderungen gestellt, die es zu bewältigen gilt. Die Demenzfachberatung Christiane Hillebrand bietet zu diesem Thema Schulungen und Beratungen für private Begleitpersonen und pflegende Angehörige an.

Die Angebote helfen, die Demenz mit all ihren Veränderungen besser verstehen zu lernen, um die persönlichen Versorgungssituationen sicherer gestalten zu können.

Schulungen im Rahmen eines Demenzkurses stellen eine Leistung der Pflegeversicherung dar und die Kosten werden von der Pflegekasse übernommen. Die Kurse informieren über das Krankheitsbild der Demenz und über entlastende Lösungsstrategien. Zahlreiche Tipps werden erarbeitet und der Austausch mit anderen Kursteilnehmern wird oft als bereichernd beschrieben.

Die Kosten individueller Schulungen und Beratungen werden nicht automatisch von der Pflegekasse übernommen, sondern müssen im Einzelfall abgeklärt werden. Im Gegensatz zu den Kursen ist es bei individuellen Schulungen/Beratungen möglich, intensiver auf die Versorgungssituationen und die persönlichen Belastungen einzugehen. Weitere Informationen und aktuelle Termine unter [www.demenz-begreifen.de](http://www.demenz-begreifen.de) bzw. Tel.: 0541 2001992.



Elisabeth Leicht-Eckardt (Hrsg.)

### Zahncreme auf Spaghetti – Sinn und Sinnlichkeit in der Alltagsgestaltung von Menschen mit Demenz

168 Seiten, gebunden, 20,00 Euro  
Verlag Neuer Merkur GmbH, ISBN 978-3-95409-040-2

**Zahncreme auf Spaghetti – zwei Dinge, die nicht zusammengehören. Das Erleben von Demenz bringt je nach Sichtweise viele Dinge zusammen oder durcheinander, die eigentlich nicht zusammengehören und die wir uns vorher nicht vorstellen konnten. Dies geht nicht nur Pflegende im häuslichen Umfeld und in stationären Einrichtungen an, vor allem die professionelle Hauswirtschaft ist täglich gefordert, sich mit dem vielfältigen Phänomen Demenz im Alltag auseinanderzusetzen. Mit hauswirtschaftlichem Sinn, und mit allen Sinnen.**

„Zahncreme auf Spaghetti“ bietet eine Vielfalt an Ideen und Erfahrungen in der Alltagsgestaltung für Menschen mit Demenz. 30 Autorinnen und Autoren stellen ihre Sichtweisen, theoretische und praktische Konzepte sowie persönliche Erlebnisse vor – gegliedert in drei Bereiche:

In **WOHLFÜHLEN** geht es um praktische Dinge, die ein solches Gefühl in der Lebenswelt von und mit Menschen mit Demenz herstellen können: u. a. Betreuung,

Ernährung, Nachbarschaftshilfe, Ergo- und Kunsttherapie. Es geht aber auch um die stets damit verbundenen Emotionen, das Erleben von Demenz im Alltag, die Wahrnehmung von Sinn und Sinnlichkeit – bei Betroffenen und Betreuenden.

**WOHNEN** zeigt Möglichkeiten zur Gestaltung des Lebensraums und -umfeldes für Menschen mit Demenz zu Hause und im stationären Bereich: Alltagsorientierung, Raumgestaltung, Therapiegarten, Wohnbe-

ratung sind hier ebenso Stichworte wie Sicherheit und Hygiene, die Erfahrung mit ausländischen Arbeitskräften sowie die „klassischen“ hauswirtschaftlichen Arbeitsfelder Reinigung und Wäscheversorgung.

Im Teil **WISSEN** erfahren Sie Hintergründe zu Demenz aus der Sicht von Medizin, Pflege, Haushalts- und Ernährungswissenschaft. Weitere Themen sind Recht und die Beratung von Betreuenden, Angehörigen und von Demenz Betroffenen.

In Ihrer Buchhandlung erhältlich oder zu bestellen unter  
Telefon (0 79 53) 88 36 91 • E-Mail [buchbestellung@fachbuchdirekt.de](mailto:buchbestellung@fachbuchdirekt.de) • [www.fachbuchdirekt.de](http://www.fachbuchdirekt.de)

## Ehrenamtliche Unterstützung

### Ehrenamtliche Demenzbegleiter

Die Alzheimer Gesellschaft Osnabrück vermittelt ausgebildete Demenzbegleiter aus dem Helferkreis für den Einsatz im häuslichen Umfeld. Der stundenweise Einsatz der Demenzbegleiter dient der Entlastung der pflegenden Angehörigen. Demenzbegleiter führen keine Pflege durch, sondern begleiten ausschließlich den Betroffenen bei den Alltagsaktivitäten. Die ausgebildeten Demenzbegleiter arbeiten individuell und orientieren sich an den Bedürfnissen der Betroffenen. Die Tätigkeiten aller Helfer sind vom Ehrenamt geprägt.

Unter bestimmten Voraussetzungen können entstandene Kosten mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

Tel.: 0541 58049274

info@alzheimer-os.de, www.alzheimer-os.de

---

## Angebote für Angehörige und Betreuende

### Gesprächskreis für Angehörige

jeden 3. Donnerstag im Monat von 18.00 – 19.30 Uhr  
Johannisfreiheit 11a

Information und Anmeldung: Tel.: 0541 58049274

Gesprächskreise ermöglichen Angehörigen den Austausch mit anderen Ratsuchenden. Dadurch erfahren sie, dass andere Menschen mit ähnlichen Situationen konfrontiert sind und somit von vergleichbaren Gefühlen berichten können.

Der Austausch von Erfahrungen hilft Angehörigen, Ereignisse und Verhaltensweisen zu reflektieren und zu überdenken. Sie haben Gelegenheit, über eigene Belastungen, Gefühle, Neuigkeiten, Freuden, Erlebnisse und Erfolge zu sprechen. Oftmals werden auch nur erste Informationen zu organisatorischen Fragen geholt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

---

### Donnerstagsgruppe im Paulusheim

Magdalenenstraße 49, 49082 Osnabrück

donnerstags von 15.00 – 17.30 Uhr

Information und Anmeldung:

Tel.: 0541 8141235 oder 58049274

Zu diesem Treffen kommen pflegende Angehörige oder Familienmitgliedern gemeinsam mit ihren an Demenz erkrankten Partnern. Um auch hier den Angehörigen die Möglichkeit ei-

nes offenen Gesprächs zu bieten, werden zwei Gruppen gebildet. Nach einer Eingewöhnungszeit können die Angehörigen in einem anderen Raum ohne ihre Partner über ihre Probleme sprechen und sich untereinander austauschen. Gleichzeitig werden die Betroffenen von mehreren Demenzbegleiterinnen in gemütlicher Atmosphäre betreut. Diese Form der Betreuung ermöglicht es den Partnern, sich stundenweise in vertrauter Umgebung voneinander zu trennen. Kosten pro Person und Nachmittag: 10 Euro (Übernahme der Kosten durch die Pflegekasse unter bestimmten Voraussetzungen möglich)

---

### Demenzcafé „Vergiss dich nicht!“ in Haste und Voxtrup

#### Ein Café für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

Das Demenzcafé versteht sich als Entlastungsangebot für die Angehörigen. Sie können sich mit anderen Betroffenen austauschen und sich selbst eine kleine Auszeit gönnen, während sie die an Demenz Erkrankten von einer Pflegefachkraft und mehreren ehrenamtlichen Demenzbegleitern gut betreut und beschäftigt wissen.

Zweimal monatlich von 15.30 – 18.00 Uhr

Tel.: 0541 33880-135

rwitte@st-elisabeth-pflege.de

---

## Angebote für Betroffene

### Erzählcafé – Treffpunkt für Menschen mit beginnender Demenz

donnerstags von 15.00 – 17.00 Uhr

Johannisfreiheit 11a

Anmeldung: Ingrid Schaal, Tel.: 05407 859131

Für Menschen in der frühen Phase der Erkrankung wird mit diesem Angebot eine Möglichkeit geschaffen, sich untereinander auszutauschen und Antworten auf Fragen zu erhalten, zu erleben, dass sie sich gesellschaftlich nicht isolieren müssen. In dieser Gruppe stehen nicht die pflegenden Angehörigen im Vordergrund, sondern der Erkrankte selbst! Von daher stehen nach gemeinsamer Absprache auch Unternehmungen ins nähere Umfeld auf dem Programm oder es wird kreatives Arbeiten geplant. Die Teilnahme ist kostenfrei. Es kann ein geringer, freiwilliger Beitrag entrichtet werden.

---



## 6. Finanzen und Recht

Es heißt zwar, dass man im Alter Lebenserfahrung besitzt und weise wird, doch in den Bereichen Geld und Recht gibt es Fragestellungen, die vielleicht erst mit Eintritt in die Rente oder mit beginnenden Einschränkungen akut werden. Das folgende Kapitel fasst hierzu einiges zusammen. Für den speziellen Bereich Pflege siehe auch Kapitel 5.

### Vergünstigungen in Osnabrück

#### Osnabrück-Pass

Osnabrücker Bürgerinnen und Bürger, die Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Grundsicherung oder Wohngeld bekommen oder ein geringes Einkommen haben, können einen Osnabrück-Pass erhalten, mit dem sie viele Ermäßigungen und Vergünstigungen bekommen u. a. für:

- » Karten für Veranstaltungen der Seniorenwochen
- » Zoo, Schwimmbäder
- » Stehplatzkarten bei Heimspielen des VfL Osnabrück
- » Volkshochschule, Stadtbibliothek, Theater, Lagerhalle, Musik- und Kunstschule

- » Museen, Stadtführungen, etc.
- » Einkauf bei der MÖWE „Das Soziale Kaufhaus“, im „DRK-Markt für Alle“ und „Der Laden“
- » Lebensmittel der Osnabrücker Tafel
- » im Copy Center der Staples Filialen
- » Beiträge für einige Vereine

Kostenlos sind u. a.:

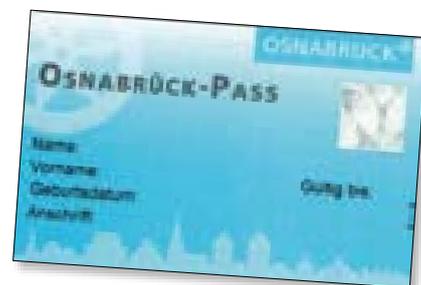
- » Eintritt Kulturgeschichtliches Museum
- » Museum Natur und Umwelt am Schölerberg (ohne Planetarium und nicht bei Sonderausstellungen)

#### Wo bekommen Sie den Osnabrück-Pass?

Der Osnabrück-Pass kann unbürokratisch beim **Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement**, Stadthaus 2, Natruper-Tor-Wall 5, Auskunftsstelle, Zimmer 41, Tel.: 0541 323-2500, beantragt werden.

Sprechzeiten:

Mo., Mi., Fr.  
8.30 – 12.00 Uhr,  
Do. 14.00 – 17.30 Uhr



## KUKUK (Kunst- und Kultur-Unterstützungskarte) – Alles für 1 Euro!

**KUKUK** ist die Abkürzung für: **Kunst- und Kultur-Unterstützungskarte**. Seit 2013 organisiert der Verein „Kultur für Alle Osnabrück e. V.“ die Ausgabe der KUKUK, mit der man Kulturveranstaltungen für 1 Euro (Kinder 50 Cent) besuchen kann. Über 80 Veranstalter in Stadt und Landkreis Osnabrück, wie z. B. die Lagerhalle und das Theater, machen mit. Eine Liste aller Einrichtungen, die die KUKUK annehmen, finden Sie unter [www.KUKUK.de](http://www.KUKUK.de) oder im Vereinsbüro, wo Sie auch die KUKUK bekommen (bitte mitbringen: Osnabrück-Pass und Personalausweis).

### KAOS e. V.

Große Gildewart 35, 49074 Osnabrück

Tel.: 0541 76079121, [info@kukuk.de](mailto:info@kukuk.de), [www.kukuk.de](http://www.kukuk.de)

## Weitere Vergünstigungen

### Ehrenamtskarte

Weitere Vergünstigungen ermöglicht die Ehrenamtskarte. Auch in Osnabrück wird die Niedersächsische Ehrenamtskarte ausgegeben.

Inhaber der Karte erhalten verschiedene Vergünstigungen bei öffentlichen und privaten Einrichtungen, wie Museen und Schwimmbädern. Die Karte ist landesweit gültig. Die speziellen Angebote für Osnabrück sind im Internet unter [freiwilligenserver.de](http://freiwilligenserver.de) aufgeführt.

#### Kriterien für den Erwerb der Karte:

- » Die ehrenamtliche Tätigkeit muss durchschnittlich mindestens fünf Stunden pro Woche und seit mindestens drei Jahren in Osnabrück ausgeübt worden sein. Sie ist von einer Organisation (Verein, Institution, usw.) zu bestätigen.
- » Es darf keine Aufwandsentschädigung geben, die über die Erstattung von Kosten hinausgeht.

Das Antragformular für die Niedersächsische Ehrenamtskarte sowie weitere Informationen sind in der Freiwilligen-Agentur der Stadt Osnabrück oder unter [www.osnabrueck.de/verwaltung/freiwilligen-agentur/ehrenamtskarte.html](http://www.osnabrueck.de/verwaltung/freiwilligen-agentur/ehrenamtskarte.html) erhältlich (siehe Seite 20).



## Schwerbehindertenausweis

Jeder, der von einem körperlichen, psychischen oder geistigen Leiden betroffen ist, kann einen Schwerbehindertenausweis beantragen bzw. durch Dritte beantragen lassen. Zuständig für die Feststellung der Behinderung und Ausstellung des Ausweises ist das

### Nds. Landesamt für Soziales,

#### Jugend und Familie Außenstelle Osnabrück

Iburger Straße 30, 49082 Osnabrück

Tel.: 0541 5845-1, Fax: 0541 5845 297

[PoststelleLSOsnabrueck@ls.niedersachsen.de](mailto:PoststelleLSOsnabrueck@ls.niedersachsen.de)

[www.soziales.niedersachsen.de](http://www.soziales.niedersachsen.de)

Sprechzeiten: Mo. – Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

Der Grad der Behinderung wird im Behindertenausweis vermerkt. Je nach dem Grad der Behinderung und dem zuerkannten Merkzeichen können die Antragstellerinnen und Antragsteller eine oder mehrere folgende Vergünstigungen erhalten:

- » Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung
- » Sozialtarif bei der Telekom
- » Wahlweise: Verbilligte Beförderung im öffentlichen Personennahverkehr oder, wenn die Antragstellerinnen und Antragsteller noch selbst Auto fahren, Ermäßigung oder Befreiung (je nach Merkzeichen) bei der Kfz-Steuer
- » Begleitung im Personennahverkehr; für die Begleitperson ist die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel im Personennahverkehr kostenlos
- » Wohngeld

## Rundfunkbeitrag Befreiung

Wenn Sie Arbeitslosengeld II, Grundsicherungs- oder Sozialhilfeleistungen erhalten, können sich von der Zahlung des Rundfunkbeitrages befreien lassen. Menschen mit einem andauernden Grad der Behinderung von mindestens 80 %, die wegen ihres Leidens dauerhaft nicht an öffentlichen Veranstaltungen teilnehmen können und denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde, blinde Menschen mit Merkzeichen „RF“, dauerhaft sehbehinderte Menschen mit einem Grad der Sehbehinderung von mindestens 60 %, denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde und Gehörlose sowie hörgeschädigte Menschen, denen eine ausreichende Verständigung über das Gehör auch mit Hörhilfen nicht möglich ist und denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde, können einen

Antrag auf Ermäßigung des Rundfunkbeitrages stellen. Bei der Ermäßigung ist nur noch ein Drittel des monatlichen Beitrages zu zahlen. Eine vom Einkommen unabhängige Befreiung bei Behinderung besteht nur für:

- » Taubblinde Menschen, bei denen im Sinne des Rundfunkbeitragsstaatsvertrags (RBStV) auf dem besseren Ohr eine an Taubheit grenzende Schwerhörigkeit und auf dem besseren Auge eine hochgradige Sehbehinderung gegeben ist
- » Empfänger von Blindenhilfe (§ 72 des Zwölften Sozialgesetzbuches (SGB XII) und § 27d Bundesversorgungsgesetz)
- » Sonderfürsorgeberechtigte (§ 27e Bundesversorgungsgesetz)

Bei geringem Einkommen ohne den Bezug von Sozialleistungen ist eine Befreiung nur möglich, wenn Ihr Einkommen um maximal 17,50 Euro den Ihnen zustehenden Bedarf an Sozialleistungen übersteigt.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an  
**ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice**

50656 Köln

Tel.: 01806 99955510\*

\*20 Cent/Anruf aus dem dt. Festnetz, 60 Cent/  
Anruf aus den dt. Mobilfunknetzen)

Service-Telefonzeiten: Mo. – Fr. 7.00 – 19.00 Uhr

## Sozialanschluss bei der Telekom

Als einziger Anbieter im Bereich Telekommunikation bietet die Telekom freiwillig einen Sozialtarif an. Sie müssen die volle Grundgebühr bezahlen und erhalten eine Vergünstigung auf die geführten Telefonate. Um diesen Sozialtarif erhalten zu können, müssen Sie Ihren Festanschluss bei der Telekom haben. Wenn Sie von der Rundfunkbeitragspflicht befreit sind oder Bezieher von Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BaföG) sind, erhalten Sie ein monatliches Gesprächsguthaben von 6,94 Euro (netto). Wenn Sie blind, gehörlos oder sprachbehindert mit einem Behinderungsgrad von mindestens 90 % sind, erhalten Sie eine Gutschrift von 8,72 Euro (netto) monatlich. Nicht verbrauchtes Guthaben ist nicht auf den Folgemonat übertragbar. Um den Sozialtarif zu erhalten, müssen Sie einen Antrag stellen an:

**Telekom Deutschland GmbH**

Kundenservice, 53171 Bonn, [www.telekom.de/sozialtarif](http://www.telekom.de/sozialtarif)

Vor der Antragstellung sollten Sie Ihr Telefonverhalten überprüfen. Bei Vieltelefonierern kann es unter Umständen günstiger sein, einen Flatrate-Tarif bei der Telekom oder einem anderen Anbieter zu buchen.

## Befreiung von der Zuzahlung für ärztliche Verordnungen

Von der Zuzahlung bei Medikamenten, Krankengymnastik oder Krankenhausbehandlung können Sie sich bei Erreichen der Belastungsobergrenze bei Ihrer Krankenkasse befreien lassen. Die Belastungsobergrenze liegt bei 2 % der jährlichen Bruttoeinnahmen. Bei Patienten mit schwerwiegenden chronischen Erkrankungen beträgt die Obergrenze 1 % der Bruttoeinnahmen. Für Personen, die Sozialhilfe oder Grundsicherungsleistungen beziehen, beträgt die Belastungsobergrenze in 2018 bei 2 % 99,84 Euro und bei 1 % 49,92 Euro.

Um die Befreiung zu erhalten, ist bei Ihrer zuständigen Krankenkasse ein Antrag zu stellen. Dazu benötigt die Krankenkasse alle Nachweise über die geleisteten Zuzahlungen sowie Nachweise über Ihre Einnahmen. Chronisch Kranke legen zusätzlich noch die Bescheinigung ihres behandelnden Arztes über die schwerwiegende chronische Erkrankung vor.

Die Befreiung gilt für den Rest des Kalenderjahres und ist jedes Jahr wieder neu zu beantragen. Die Belastungsgrenze wird jedes Jahr neu ermittelt.

Die Befreiung gilt nicht für:

- » Eigenanteile zum Zahnersatz
- » Eigenanteile für Hilfsmittel, die gleichzeitig Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens sind
- » Kosten für Leistungen, die ohne ärztliche Verordnung in Anspruch genommen werden
- » Aufwendungen für Mittel, die komplett selbst bezahlt werden müssen, weil die Krankenkasse die Kosten nicht übernehmen darf
- » Kosten für individuelle Gesundheitsleistungen (IGel-Leistungen)

Weitere Informationen über die Befreiung erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

## Busfahren

### Das 63plusAbo der Stadtwerke Osnabrück

Für nur 1 Euro am Tag können Senioren ab 63 Jahren in ganz Osnabrück mobil sein. Die Stadtwerke Osnabrück bieten das 63plus Abo zu folgenden Konditionen an (Stand Mai 2018):

- » 30 Euro pro Monat
- » gilt für das gesamte Stadtbus-Netz inkl. Belm
- » Mindestvertragslaufzeit 12 Monate
- » das 63plusAbo ist nicht übertragbar
- » wird quartalsweise bequem zugesandt
- » monatliche Abbuchung vom Konto
- » keine Mitnahmeregelung

### SozialTicket

Das 8-Fahrten-SozialTicket ist ein Tarifangebot für Osnabrück inkl. Belm (Preisstufe 0/Tarifzone 100) für die Einwohner von Osnabrück. Voraussetzung ist ein gültiger Osnabrück-Pass (siehe Seite 72). Der Preis einer 8-Fahrten-Karte beträgt 11,60 Euro (Stand Mai 2018).

### Stadtwerke Osnabrück AG Mobilitätszentrum

Neumarkt 9–10, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 2002-2211  
mobilitaetszentrum@stw-os.de  
www.stw-os.de/mobilitaet

## Deutsche Bahn

Informationen zu Vergünstigungen der Deutschen Bahn finden Sie unter [www.bahn.de/60plus](http://www.bahn.de/60plus). So können Enkelkinder bis 15 Jahre kostenlos mitgenommen werden oder Senioren erhalten beispielsweise die Bahncard 25 und 50 zu einem vergünstigten Preis.

## Carsharing

Eigentlich fahren Sie immer Rad oder gehen zu Fuß? Das Auto brauchen Sie eher nur

für seltene Fahrten oder den großen Monateinkauf? Vielleicht hilft Ihnen das Carsharing eine Menge Geld zu sparen. Teilen Sie sich doch ein Auto mit anderen.



In Osnabrück gibt es hierfür das Stadtteilauto. Dort werden verschiedene Tarife und Buchungsmodelle angeboten. Wie es genau geht, erfahren Sie unter [www.stadtteilauto.info](http://www.stadtteilauto.info). Für Senioren gibt es vergünstigte Anmeldegebühren.

### Stadtteilauto OS GmbH

Sandbachstraße 9, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 6854458  
kontakt@stadtteilauto.info, [www.stadtteilauto.info](http://www.stadtteilauto.info)  
Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 10.00 – 13.00 Uhr, 15.00 – 18.00 Uhr

## Finanzielle Hilfen

### Grundsicherung im Alter und bei dauerhafter Erwerbsminderung

Die Grundsicherung im Alter tritt ab dem gesetzlichen Renteneintrittsalter bei einem geringen Einkommen ein. Dasselbe gilt für Personen, bei denen der Rententräger eine dauerhafte Erwerbsminderung festgestellt hat. Voraussetzung ist jeweils, dass das eigene Einkommen niedrig ist und kein nennenswertes Vermögen vorhanden ist. Die Leistungen sind grundsätzlich nicht zurückzuzahlen, es sei denn, dass die Leistungsgewährung zum Beispiel durch falsche Angaben oder Verschweigen von Einkommen oder Vermögen herbeigeführt worden ist. Bei Bezug von Grundsicherungsleistungen bleiben Unterhaltsansprüche gegenüber Kindern und Eltern unberücksichtigt, sofern diese nicht mehr als 100.000 Euro Jahreseinkommen haben.

#### Höhe der Hilfe:

Die Höhe der Leistungen errechnet sich aus der Regelleistung sowie den angemessenen Miet- und Heizkosten. Die Regelleistungen decken die notwendigen Ausgaben für Ernährung, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Haushaltsenergie sowie persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens. Zurzeit beträgt die Regelleistung für den Haushaltsvorstand 416 Euro (2018). Die Regelleistungen werden jährlich zum 1. Januar angepasst. Neben den Regelleistungen gibt es noch Mehrbedarfe, z. B. einen Mehrbedarf für kostenaufwendigere Ernährung oder bei Schwerbehinderung mit dem Merkzeichen „G“. Eigenes Einkommen und Vermögen werden den Leistungen entgegengerechnet.

Sofern spezielle Situationen eintreten, sollte jeweils Kontakt mit den zuständigen Sachbearbeitern aufgenommen werden, die über weitergehende besondere Leistungen informieren

können. Das kann zum Beispiel sein, falls aus gesundheitlichen Gründen für die Führung des Haushaltes fremde Hilfe in Anspruch genommen werden muss, etwa für die Wohnungsreinigung, Wäscheversorgung oder zum Einkaufen.

Die Grundsicherungsleistungen werden nur auf Antrag gewährt. Hierzu wird benötigt:

- » der ausgefüllte Antrag
- » alle Nachweise über Einkünfte (Rentenbescheid, dazu zählen auch die Betriebsrente oder private Rentenleistungen aus einer Lebensversicherung)
- » Vermögensnachweise (Sparbücher, noch nicht ausgezahlte Lebensversicherungsleistungen, Sterbeversicherung, ggfs. Kfz-Schein, usw.)
- » Mietvertrag
- » Mietbescheinigung
- » Kontoauszüge der letzten 3 Monate vor Antragstellung
- » Schwerbehindertenausweis mit Merkzeichen „G“ (soweit vorhanden)

#### Hinweis:

Sind Sie noch nicht im Rentenalter oder es wird bereits vor dem gesetzlichen Rentenalter eine Altersrente bezogen beziehungsweise es wird eine befristete Erwerbsminderung durch den Rententräger festgestellt, dann kann bei einem niedrigen Einkommen unter Umständen Hilfe zum Lebensunterhalt beantragt werden. Weitere Informationen erhalten Sie unter den unten angegebenen Kontaktdaten.

Den Grundsicherungsantrag stellen Sie beim:

#### Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement

Stadthaus 2, Natruper-Tor-Wall 5, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2500

Sprechzeiten: Mo., Mi. und Fr. 8.30 – 12.00 Uhr,

Do. 14.00 – 17.30 Uhr, Di. geschlossen

## Wohngeld

Einkommensschwache Haushalte, deren Lebensunterhalt durch eigene Mittel bestritten wird, können mit Wohngeld bei der Finanzierung ihrer Wohnkosten unterstützt werden, ohne dass diese weitergehende soziale Leistungen in Anspruch nehmen müssen. Das Wohngeld kann sowohl für Mietwohnungen (Mietzuschuss) als auch für Wohneigentum (Lastenzuschuss) gezahlt werden.

Relevant bei der Berechnung des Wohngeldes sind die Anzahl der Mitglieder in einem Haushalt, die Höhe der Miete oder Belastung für das Eigentum (jeweils ohne Heizkosten) sowie die Summe der Einkommen aller nicht vom Wohngeld ausgeschlossenen Haushaltsmitglieder.

Ausgeschlossen sind z.B. Bezieher von Sozialhilfeleistungen oder Grundsicherungsleistungen im Alter und bei dauerhafter Erwerbsminderung.

Die Vermögensgrenze liegt im Wohngeld bei 60.000 Euro für eine Einzelperson zuzüglich 30.000 Euro für jedes weitere Haushaltsmitglied.

Eine Unterhaltsprüfung von Angehörigen findet bei der Feststellung eines Wohngeldanspruches nicht statt.

Wohngeld wird vom Bruttoeinkommen errechnet. Durch pauschale Abzüge von je 10 % werden die Zahlungen von Einkommenssteuern, Kranken- und Rentenversicherungsbeiträgen berücksichtigt. Beiträge zur Rentenversicherung werden nur berücksichtigt, wenn noch keine Rente bezogen wird.

Die Wohngeldstelle wird Sie nicht auffordern, Ihre Wohnung zu verlassen, wenn diese zu groß oder zu teuer ist.

Verstirbt ein wohngeldberechtigtes Haushaltsmitglied, zählt in der Regel für ein Jahr die bisherige Haushaltsgröße.

Eine häusliche Pflegebedürftigkeit und Schwerbehinderung (abhängig vom Pflegegrad und Grad der Behinderung) kann sich positiv auf die Höhe des Wohngeldes auswirken.

Auch Bewohnerinnen und Bewohner einer stationären Pflegeeinrichtung können Wohngeld beantragen!

Den Antrag stellen Sie beim:

#### Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement

Stadthaus 2, Natruper-Tor-Wall 5, 49076 Osnabrück

Tel.: 0541 323-2500

Sprechzeiten: Mo., Mi. und Fr. 8.30 – 12.00 Uhr

Do. 14.00 – 17.30 Uhr, Di. geschlossen



Wohngeldinfo der Stadt Osnabrück

## Hilfe zur Pflege

Im Pflegefall wird ein Großteil der Pflegekosten in der Regel über die Pflegeversicherung finanziert. Wenn keine Pflegeversicherung, kein entsprechendes Einkommen und auch kein Vermögen vorhanden sind, werden erforderliche Pflegekosten nach entsprechender Prüfung vom Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement übernommen (Adresse siehe oben), sowohl zuhause als auch im Heim. Gegebenenfalls leistet die Sozialhilfe auch ergänzend, wenn die Leistungen der Pflegeversicherung zur Kostendeckung nicht ausreichen.

Information und Antragstellung siehe Seite 76.

## Leistungen der Pflegeversicherung

Eine Übersicht der Leistungen der Pflegeversicherungen finden Sie in Kapitel 5. Weiterführende Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse. Ebenso haben das Bundesministerium für Gesundheit und das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend eine Vielzahl von Broschüren publiziert, die weiterführend zu der Pflegeversicherung und den Pflegestärkungsgesetzen informieren. Unter folgendem Link können Sie sich die Broschüren kostenfrei herunterladen: [www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/pflege.html](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/publikationen/pflege.html). Sollten Sie keinen Internetzugang zur Verfügung haben oder lieber ‚Papier in der Hand halten, liegen verschiedene Broschüren in der Bürgerberatung und im Seniorenbüro in der Bierstraße 32a kostenlos zur Mitnahme für Sie aus. Kommen Sie gerne vorbei und stöbern Sie durch die Auslage.

## Recht und Vorsorge

Im Internet unter [www.bmjv.bund.de](http://www.bmjv.bund.de) finden Sie zahlreiche Broschüren rund um Vorsorge und Betreuung. Geben Sie zum Beispiel das Stichwort „Vorsorge“ in die Suche ein oder [www.bmjv.de/DE/Themen/VorsorgeUndPatientenrechte/VorsorgeUndPatientenrechte\\_node.html](http://www.bmjv.de/DE/Themen/VorsorgeUndPatientenrechte/VorsorgeUndPatientenrechte_node.html). Eine Reihe von Broschüren zum Thema sowie Vordrucke für Vorsorgevollmachten liegen auch in der Bürgerberatung in Papierform zum Mitnehmen bereit.

## Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Jeder von uns kann durch Unfall, Krankheit oder Alter in die Lage kommen, dass er wichtige Angelegenheiten seines Lebens nicht mehr selbstverantwortlich regeln kann.

Dabei können folgende Fragen aufkommen:

- » Wer erledigt meine Bankgeschäfte?
- » Wer kümmert sich um meine Behörden- und Versicherungsangelegenheiten?
- » Wer organisiert für mich nötige ambulante Hilfen?
- » Wer sucht für mich einen Platz in einem Senioren- oder Pflegeheim?
- » Wer kündigt meine Wohnung oder meinen Telefonanschluss?
- » Wie werde ich ärztlich versorgt?
- » Wer entscheidet für mich bei Operationen und medizinischen Maßnahmen?

Und als wichtigstes:

- » Wer kümmert sich um meine persönlichen Wünsche und Bedürfnisse?

Natürlich können und werden Ihre Angehörigen Ihnen – hoffentlich – beistehen. Jedoch dürfen weder Ihre Ehegattin bzw. Ehegatte noch Ihre Kinder automatisch rechtsverbindliche Erklärungen und Entscheidungen für Sie abgeben. Für eine Volljährige oder einen Volljährigen können die Angehörigen nur in zwei Fällen entscheiden oder Erklärungen abgeben: Entweder aufgrund einer rechtsgeschäftlichen Vollmacht oder aufgrund einer gerichtlichen Bestellung als Betreuerin oder Betreuer. Dabei ermöglicht Ihnen die Vorsorgevollmacht ein hohes Maß an Selbstbestimmung. Sie benennen eine oder mehrere Personen Ihres Vertrauens, die bereit sind, für Sie im Bedarfsfall zu handeln. Die bevollmächtigte Person wird nicht vom Gericht beauftragt und ist dem Gericht daher auch nicht rechenschaftspflichtig. Eine Vorsorgevollmacht sollten Sie nur erstellen, wenn Sie einer Person Ihres Vertrauens die Regulierung Ihrer Angelegenheiten übertragen möchten. Sollten Sie keine Privatperson als Vollmachtnehmer benennen können, haben Sie die Möglichkeit mit einer Betreuungsverfügung eine Person zu benennen, die im Hilfefall als rechtlicher Betreuer handeln soll (siehe Rechtliche Betreuung).

Die Vorsorgevollmacht sollte aus Gründen der Klarheit und Beweiskraft schriftlich abgefasst sein. Bei der Bürgerberatung und natürlich den Betreuungsvereinen liegen hierfür geeignete Vordruckmuster für Sie bereit. Ort, Datum und die eigenhändige Unterschrift sind jedoch unbedingt notwendig. Sie

können sich die Unterschrift öffentlich beglaubigen lassen. Bei der öffentlichen Beglaubigung wird nicht der Inhalt der Vorsorgevollmacht geprüft. Eine öffentliche Beglaubigung ist erforderlich, damit die bevollmächtigte Person Erklärungen gegenüber dem Grundbuchamt und dem Handelsregister abgeben kann.

Bei einer notariellen Beglaubigung wird nicht nur der Identitätsnachweis geführt, sondern der Notar befasst sich auch mit dem Inhalt der Vollmacht. Dies ist insbesondere zu empfehlen, wenn Sie z. B. umfangreiches Vermögen besitzen, mehrere Bevollmächtigte einsetzen oder der bevollmächtigten Person zusätzlich zur Vollmacht Handlungsanweisungen für deren Nutzung geben wollen.

Weitere Informationen und Ansprechpartner: siehe unter **Rechtliche Betreuung**

## Rechtliche Betreuung

Die rechtliche Betreuung betrifft Erwachsene, die keine Vorsorgevollmacht erteilt haben und aufgrund einer psychischen Krankheit oder körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre persönlichen und rechtlichen Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht selbstständig besorgen können.

Der Betreuer wird vom Betreuungsgericht bestellt und bei seinen Tätigkeiten vom Gericht beaufsichtigt. Bei der Auswahl eines Betreuers kommt den Wünschen des betroffenen Menschen große Bedeutung zu. Sie können in einer schriftlichen Betreuungsverfügung eine Person benennen, die, sollte eine rechtliche Betreuung erforderlich werden, als Betreuer handeln soll.

### Osnabrück sucht ehrenamtliche Betreuer

Sie interessieren sich für eine verantwortungsvolle ehrenamtliche Tätigkeit? Sie können sich vorstellen, Verantwortung für Menschen zu übernehmen, die der rechtlichen Betreuung bedürfen?

Das Ehrenamt kann sowohl eine lebensbereichernde Herausforderung als auch eine sinnvolle Freizeitgestaltung sein. Mit wenig Zeit könnten Sie für einen Mitmenschen in einer schwierigen Lebensphase persönliche Begleitung und Unterstützung leisten. Keine rechtliche Betreuerin, kein rechtlicher Betreuer wird allein gelassen. In Osnabrück kümmern sich die Betreuungsstelle und die Betreuungsvereine um ehrenamtli-

che Betreuerinnen und Betreuer. Sie informieren, beraten, führen in die Tätigkeit ein, bieten Weiterbildung sowie einen regelmäßigen Erfahrungsaustausch. Jede ehrenamtlich tätige Betreuerin, jeder ehrenamtliche Betreuer erhält seine Aufwendungen (Telefon, Fahrgeld ...) ersetzt. Er kann auch eine jährliche Pauschale von 399 Euro in Anspruch nehmen. Haben Sie Interesse an einer ehrenamtlichen Betreuung oder haben Sie noch weitere Fragen? Die Betreuungsbehörde der Stadt Osnabrück und die Betreuungsvereine helfen Ihnen gerne weiter.

Ansprechpartner für Vorsorgevollmacht und Betreuung sind:  
**Stadt Osnabrück Fachbereich Integration, Soziales und Bürgerengagement, Sozialer Dienst/Betreuungsbehörde**  
Stadthaus 2, Natruper-Tor-Wall 5, 49076 Osnabrück

» Herr Nagel, Zimmer 141, Tel.: 0541 323-3191  
nagel.h@osnabrueck.de

» Herr Süwer, Zimmer 124, Tel.: 0541 323-2588  
suewer@osnabrueck.de

» Herr Schwegmann, Zimmer 129, Tel.: 0541 323-3192  
schwegmann@osnabrueck.de

---

### Heilpädagogische Hilfe Osnabrück Betreuungsverein e. V.

Knollstraße 96, 49088 Osnabrück  
Tel.: 0541 1800982 oder 1800973  
g.otten@os-hho.de, www.os-hho.de

---

### SKM – Kath. Verein für soziale Dienste in Osnabrück e. V.

Alte Poststraße 11, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 331-4423  
www.skm-osnabrueck.de

Sprechzeiten: Mittwochs von 8.30 – 12.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

---

### Betreuungsverein der Diakonie Osnabrück e. V.

Lohstraße 11, 49074 Osnabrück  
Tel.: 0541 76018-850, info@btv-os-diakonie.de  
www.betreuungsverein-os-diakonie.de

Sprechstunde: Di. 14.00 – 16.00 Uhr, Do. 9.00 – 12.00 Uhr  
Der Betreuungsverein der Diakonie hält auch Vorträge zum Thema Vorsorgevollmacht – fragen Sie bei Interesse für Ihren Verein, Ihre Gruppe gern nach.

---

## Patientenverfügung

Mit einer gesetzlich geregelten Patientenverfügung sorgen Sie für den Fall vor, dass Sie nicht mehr selbst medizinische Entscheidungen treffen können. Sie legen für bestimmte medizinische Maßnahmen fest, ob Sie diese unter bestimmten Umständen möchten oder ablehnen. Auf diese Weise können Sie Einfluss auf eine spätere ärztliche Behandlung nehmen und damit Ihr Selbstbestimmungsrecht wahren, auch wenn Sie zum Zeitpunkt der Behandlung nicht mehr ansprechbar oder nicht mehr einwilligungsfähig sind.

Die Patientenverfügung richtet sich in erster Linie an die Ärztin oder den Arzt und das Behandlungsteam. Die behandelnden Personen haben dann zu prüfen, ob Ihre Festlegung auf die aktuelle Lebens- und Behandlungssituation zutrifft. Ist dies der Fall, so haben sie die Patientenverfügung unmittelbar umzusetzen. Sie können sich zu den Festlegungen in der Patientenverfügung von einem Arzt beraten lassen. Dieser kann Ihnen auch attestieren, dass Sie bei Abgabe der Erklärung einwilligungsfähig sind. Eine solche Bestätigung ist jedoch keine zwingende Voraussetzung für die wirksame Patientenverfügung.

Da die Patientenverfügung eine sehr individuelle Festlegung ist, gibt es keine allgemeingültigen Vordrucke. Auf den Internetseiten des Bundesministeriums für Justiz und Verbraucherschutz (s. Seite 77) finden sich aber hilfreiche Textbausteine.

## Für den Notfall gut vorbereitet

Wappnen Sie sich für den Notfall. Dringend benötigte medizinische Ausweise (z. B. Marcumar-Pass, Allergiepass, etc.) sollten Sie stets bei sich tragen. Sind wichtige Dokumente wie Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung ausgestellt, gilt es zu überlegen, wo diese im Ernstfall für Dritte zugänglich sind. Informieren Sie Ihre Angehörigen über den Aufbewahrungsort der Originaldokumente, hinterlegen Sie Kopien bei vertrauten Personen und stecken Sie einen Hinweis in Ihr Portmonee, dass diese Dokumente existieren.

Da im Akutfall alles schnell gehen muss, bietet es sich an, eine kleine Krankenhaustasche mit den nötigsten Utensilien (Drogeartikel, Wechselkleidung für zwei bis drei Tage, Handtücher) zu packen. Denken Sie daran in dieser Tasche immer Ihre aktuelle Medikamentenliste aufzubewahren. Folgende Maßnahmen können sich in einem Ernstfall als sehr nützlich bis hin zu lebensrettend erweisen – und erhöhen somit Ihre Sicherheit:

## Die Notfalldose im Kühlschrank

Die Notfalldose enthält alle wichtigen medizinischen und persönlichen Angaben. Zum raschen Auffinden für Rettungskräfte ist es deutschlandweit einheitlich geregelt, dass die Notfalldose immer im Kühlschrank aufbewahrt wird. Zur speziellen Kennzeichnung, dass dieser Haushalt über eine Notfalldose verfügt, ist an der Innenseite der Wohnungseingangstür ein Aufkleber mit dem Hinweis „Notfalldose in der Kühlschranktür“ angebracht.



In der Notfalldose befindet sich das Notfall-Infoblatt mit persönlichen Angaben wie Name, Anschrift, Religionszugehörigkeit, zuständige Krankenkasse, Versicherungsnummer sowie Blutgruppe. Der zweite Abschnitt des Infoblatts widmet sich den Vorerkrankungen, weiteren bekannten Diagnosen, regelmäßigen Medikationen, Aufbewahrungsort der Medikamente, Kontaktdaten zu Hausarzt und gegebenenfalls Pflegekräften. Notiert wird auch, ob es eine Patientenverfügung gibt und wo diese zu finden ist. Diese für Retter wichtigen Informationen können im Ernstfall Leben retten. Die leichte und bruch sichere Kunststoffdose gibt es zum Preis von 2 bis 3 Euro in der Bürgerberatung sowie in einigen Apotheken.

## Eine gute Ergänzung: die Notfallmappe

Die Notfallmappe stellt eine sinnvolle Ergänzung zur Notfalldose dar. Sie trifft Vorsorge für den Notfall: Eine pflegende Angehörige erkrankt und muss vertreten werden. Eine pflegebedürftige Person kommt kurzfristig ins Krankenhaus: In solchen Situationen ist es hilfreich, alle notwendigen Daten sofort zur Hand zu haben! In der 16-seitigen Notfallmappe werden wichtige Informationen für den Ernstfall gesammelt. Die Mappe sollte an einer für Dritte gut auffindbaren Stelle aufbewahrt werden.

Die Notfallmappe kann im Internet kostenlos unter [www.pflegende-angehoerige-os.de](http://www.pflegende-angehoerige-os.de) (Menüpunkt „weitere Infos“) ausgefüllt, gespeichert und ausgedruckt werden. So kann sie auch stets an die aktuelle Situation angepasst werden. In gedruckter Form ist die Notfallmappe in der Bürgerberatung/im Seniorenbüro der Stadt Osnabrück erhältlich (solange der Vorrat reicht).



## 7. Stichwortverzeichnis

<b>Aktiv 60plus</b> .....	6–23	<b>Hausnotrufdienst</b> .....	51	<b>Rechtliche Betreuung</b> .....	78
<b>Altenhilfe</b> .....	29	<b>Hilfe zur Pflege</b> .....	80	<b>Rentenberatung</b> .....	35
<b>Alt hilft Jung</b> .....	22	<b>Hospiz</b> .....	66	<b>Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung</b> .....	73
<b>Altenpflegeheime</b> .....	65	<b>Integrationsberatung</b> .....	31	<b>Schuldnerberatung</b> .....	35
<b>Ambulante Sozialstationen/Pflegedienste</b> .....	56	<b>Interessenvertreter</b> .....	24	<b>Schutz vor Straftaten</b> .....	38
<b>Ausflüge/Fahrten</b> .....	14	<b>Kultur und Bildung</b> .....	9	<b>Schwerbehindertenausweis</b> .....	73
<b>Ausstellungen</b> .....	10	<b>KUKUK</b> .....	73	<b>Seelsorge</b> .....	36
<b>Autofahren/Fahrstunden</b> .....	39	<b>Kurse</b> .....	9, 55	<b>Selbsthilfegruppen</b> .....	69
<b>Bäder</b> .....	15	<b>Kurzzeitpflege</b> .....	65	<b>Seniorenbeirat</b> .....	24
<b>Bahnhofsmission</b> .....	39	<b>Leistungen der Pflegeversicherung</b> .....	51	<b>Seniorenbüro</b> .....	28
<b>Beratung bei speziellen Fragen</b> .....	35	<b>Literatur</b> .....	11	<b>Seniorenpolitik</b> .....	24
<b>Beratung zu ehrenamtlichen und freiwilligen Engagement</b> .....	20	<b>Migrationsbeirat</b> .....	26	<b>Seniorentanz</b> .....	19
<b>Besuchsdienst</b> .....	69	<b>Museen</b> .....	11	<b>Seniorentreffs</b> .....	6
<b>Betreuungsverfügung</b> .....	78	<b>Mobiler Einkaufswagen</b> .....	49	<b>Sozialanschluss bei der Telekom</b> .....	74
<b>Betreutes Wohnen</b> .....	43	<b>Nachbarschaftshilfen</b> .....	23	<b>Soziale Dienste der Krankenhäuser</b> .....	33
<b>Bibliotheken</b> .....	12	<b>Notfalldose</b> .....	79	<b>Sozialpsychiatrischer Dienst</b> .....	33
<b>Bildung</b> .....	9	<b>Notfallmappe</b> .....	79	<b>Spiel und Spass</b> .....	8
<b>Blindenhilfe</b> .....	74	<b>Opferberatung</b> .....	36	<b>Sportliche Angebote</b> .....	15, 16, 19
<b>Bürgerberatung</b> .....	31	<b>Osnabrücker-Tafel</b> .....	72	<b>Steuerpflicht für Rentner</b> .....	35
<b>Bundesarbeitsgemeinschaft (BAGSO)</b> .....	27	<b>Osnabrück-Pass</b> .....	72	<b>Tages- und Nachtpflege</b> .....	61
<b>BusTraining</b> .....	39	<b>Patientenverfügung</b> .....	78	<b>Telefonseelsorge</b> .....	36
<b>Demenz</b> .....	69	<b>Pflegedienste</b> .....	56	<b>Theater</b> .....	13
<b>Ehrenamtskarte</b> .....	21, 73	<b>Pflegeheime</b> .....	65	<b>Trauerbegleitung</b> .....	68
<b>Ehrenamtliche Wohnberatung</b> .....	41	<b>Pflegehilfsmittel</b> .....	53	<b>Verbände</b> .....	33
<b>Einkaufstaxi</b> .....	49	<b>Pflegestützpunkt</b> .....	29	<b>Verbraucherberatung</b> .....	36
<b>Essen auf Rädern</b> .....	45	<b>Pflegeversicherung</b> .....	51	<b>Vergünstigungen</b> .....	72
<b>Finanzielle Hilfen</b> .....	75	<b>Pflegewohngemeinschaft</b> .....	43	<b>Vorsorgevollmachten</b> .....	76
<b>Freiwilligen Argentur</b> .....	31	<b>Prozesskostenhilfe</b> .....	37	<b>Wohlfahrtsverbände</b> .....	33
<b>Gemeinschaftliches Wohnen</b> .....	43			<b>Wohnbauförderung</b> .....	31
<b>Gesang und Musik</b> .....	14			<b>Wohnen im Alter</b> .....	40–43
<b>Grundsicherung</b> .....	75			<b>Wohnen und Leben im Alter – Agenda 21</b> .....	25
				<b>Wohngeld</b> .....	76
				<b>Wohnungssuche</b> .....	42

# ZENTRUM FÜR NEUROMEDIZIN UND GERIATRIE

## Ältere Menschen sind anders krank als junge

Im Zentrum für Neuromedizin und Geriatrie (ZNG) am Klinikum Osnabrück sind wir auf die Bedürfnisse älterer Patienten spezialisiert – medizinisch, pflegerisch, therapeutisch und auch menschlich.

Unser Angebot umfasst, neben der gesamten Neuromedizin, die Akutgeriatrie, die Frührehabilitation und die geriatrische Rehabilitation.

Unsere Fachärzte mit geriatrischer Weiterbildung, unsere spezialisierten Therapeuten und unsere in der aktivierend-therapeutischen Pflege ausgebildeten Fachkräfte sind 24 Stunden am Tag für unsere Patienten da.



**Das Zentrum für Neuromedizin und Geriatrie (ZNG) am Klinikum Osnabrück.**

**Klinikum Osnabrück GmbH**  
Am Finkenhügel 1  
49076 Osnabrück  
Telefon 0541 405-0  
[www.klinikum-os.de](http://www.klinikum-os.de)





- Pflegedienst
- Betreutes Wohnen
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Mobile Alltagshilfe e. V.



## Verantwortung

Weil wir uns kümmern... Tag für Tag seit 25 Jahren.



### Osnabrück

Knollstraße 136 · 49088 Osnabrück  
☎ 0541 8004977-0



### Wallenhorst

Stadtweg 108 · 49134 Wallenhorst  
☎ 05407 34694-0



### Belm

Lindenstraße 53 · 49191 Belm  
☎ 05406 807799-0