



## Wegweiser für Seniorinnen und Senioren

im Landkreis Gießen

## Impressum

Landkreis Gießen  
Der Kreisausschuss  
Fachdienst Soziales und Senioren  
in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat des Landkreises Gießen

Riversplatz 1-9  
35394 Gießen

Jahr 2019

Telefon: 0641 9390-0  
Fax: 0641 33448  
E-Mail: [info@lkgi.de](mailto:info@lkgi.de)  
Internet: [www.lkgi.de](http://www.lkgi.de)

<b>1. Beratung</b> .....	<b>6</b>
1.1 Allgemeine Sozialberatung/Seniorenberatung .....	6
1.2 Beratung bei Pflegebedürftigkeit .....	7
1.3 Kostenlose Rechtsberatung/Prozesskostenhilfe .....	8
1.4 Patientenberatung .....	8
1.5 Rentenberatung .....	8
1.6 Schuldnerberatung .....	8
1.7 Demenzberatung .....	9
<b>2. Rechtliche Fragen</b> .....	<b>10</b>
2.1 Einkommensteuer auf Renten / Versorgungsbezüge .....	10
2.2 Krankenversicherung / Befreiung von Zuzahlungen .....	10
2.3 Patientenverfügung.....	11
2.4 Vorsorgevollmacht.....	11
2.5 Testament .....	12
2.6 Gesetzliche Betreuung .....	12
2.7 Schwerbehindertenausweis .....	13
2.8 Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren.....	14
2.9 Rechtsberatungsschein und Prozesskostenhilfe .....	14
<b>3. Wohnen und Mobilität</b> .....	<b>14</b>
3.1 Wohnungsanpassung.....	15
3.2 Barrierefreies und seniorengerechtes Wohnen.....	16
3.3 Betreutes Wohnen.....	16
3.4 Wohngeld (Mietzuschuss und Lastenzuschuss) .....	16
3.5 Seniorenbus / Einkaufsbus.....	17
<b>4. Hilfen im Alltag</b> .....	<b>17</b>
4.1 Essen auf Rädern .....	17
4.2 Hausnotruf .....	18
4.3 Mobile Soziale Dienste / Haushaltsnahe Dienstleistungen .....	19
4.4 Seniorenbus / Einkaufsbus.....	19
4.5 Angebote zur Unterstützung im Alltag .....	19
<b>5. Pflege</b> .....	<b>20</b>
5.1 Zentrale unabhängige Beratung im Pflegefall .....	20
5.2 Ambulante Pflege.....	21
5.3 Tagespflege.....	22
5.4 Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege .....	23

5.5	Verbesserung des Wohnungsumfeldes .....	23
5.6	Pflegewohngemeinschaften.....	24
5.7	Pflegehilfsmittel.....	24
5.8	Alten- und Pflegeheime .....	25
5.9	Alle Leistungen der Pflegeversicherung auf einen Blick .....	26
<b>6.</b>	<b>Sicherheit.....</b>	<b>27</b>
6.1	Schutz vor Kriminalität.....	27
6.2	Sicherheitsberater für Senioren .....	28
6.3	Sicherheit beim Geldabheben.....	29
6.4	Tipps für sicheres Online-Banking.....	30
6.5	Verkehrssicherheit für Senioren .....	32
<b>7.</b>	<b>Neue Medien und Digitales .....</b>	<b>33</b>
<b>8.</b>	<b>Sterbebegleitung .....</b>	<b>35</b>
8.1	SAPV (Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung des UKGM) .....	35
8.2	Palliativstation des UKGM.....	35
8.3	Ambulante Hospizdienste .....	35
8.4	Stationäre Hospizeinrichtungen .....	36
<b>9.</b>	<b>Sozialleistungen.....</b>	<b>37</b>
9.1	Wohngeld .....	37
9.2	Hilfen zur Sicherung des Lebensunterhaltes (HLU) .....	38
9.3	Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung .....	39
<b>10.</b>	<b>Veranstaltungen /Freizeitangebote.....</b>	<b>40</b>
10.1	Seniorenbeiräte .....	41
10.2	Seniorenclubs / Seniorentreffs.....	41
10.3	Seniorenwerkstätten und offene Handarbeitsgruppen.....	42
10.4	Seniorenbüros .....	43
10.5	Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige.....	44
<b>11.</b>	<b>Weitere zentrale Kontaktdaten.....</b>	<b>44</b>
11.1	Ehrenamtliches Engagement.....	44
11.2	Lebenslanges Lernen .....	45
11.3	Verbraucherzentrale Hessen-Beratungsstelle Gießen .....	45
11.4	Seniorenbeirat des Landkreises Gießen .....	46

## Einleitung

Dieser „Wegweiser für Seniorinnen und Senioren“ vermittelt älteren Menschen im Landkreis Gießen sowie Ansprechpersonen vor Ort umfassende Informationen zu „seniorenspezifischen“ Fragen und Themenstellungen.

Kurz und verständlich werden Themenfelder beschrieben. Diese sind bewusst sehr breit angelegt, weil auch das Leben von Seniorinnen und Senioren breit gefächert ist. Suchen Sie allgemein Rat? Haben Sie rechtliche Fragen oder wollen etwas wissen über das Thema Wohnen und Mobilität, Hilfen im Alltag, Sozialleistungen oder Pflege? All das enthält dieser Ratgeber. Hinzu kommen viele Adressen und Kontaktdaten.

Verweise auf Kontaktstellen bzw. Personen, die zu konkreten Einzelfallproblemen eine fundierte, unabhängige Auskunft und Beratung geben können, ergänzen diesen Ratgeber. Nehmen Sie bitte zu den genannten Stellen Kontakt auf und lassen Sie sich beraten bzw. vereinbaren Sie einen Termin für ein umfassendes Beratungsgespräch.

Einige Informationen und Kontaktdaten erscheinen unter verschiedenen Stichworten. Wir empfehlen deshalb, unter mehreren Stichworten nach den benötigten Auskünften zu suchen.



Foto: pikselstock - stock.adobe.com

## 1. Beratung

Im Landkreis Gießen wurde in der Vergangenheit ein Beratungsstellenangebot zu den unterschiedlichen Themenfeldern geschaffen, das sowohl Multiplikatoren vor Ort als auch Ratsuchenden direkt zur persönlichen und vertraulichen Beratung zur Verfügung steht. Die im Folgenden genannten Beratungsangebote sind kompetent, unabhängig und kostenfrei.

Nachstehend finden Sie die für unterschiedliche Themenbereiche vorhandenen Beratungsstellen, deren Träger, Anschriften sowie deren telefonische und elektronische Erreichbarkeit.

### 1.1 Allgemeine Sozialberatung/Seniorenberatung

Neben der Beratungs- und Koordinierungsstelle für ältere und pflegebedürftige Menschen in der Stadt und im Landkreis Gießen (BeKo) und dem Pflegestützpunkt gibt es noch andere Organisationen, die Hilfe und Beratung in unterschiedlichen Situationen und Lebenslagen bieten.

Zentrale Anlaufstellen sind:

Caritas Verband Gießen, Frankfurter Straße 44, 35392 Gießen,  
Telefon: 0641 79480, E-Mail: [info@caritas-giessen.de](mailto:info@caritas-giessen.de)

Diakonisches Werk Gießen, Südanlage 21, 35390 Gießen,  
Telefon: 0641 932280, E-Mail: [kontakt@diakonie-giessen.de](mailto:kontakt@diakonie-giessen.de)

Diakonisches Werk Grünberg, Bahnhofstraße 37, 35305 Grünberg,  
Telefon 06401 2231140, E-Mail: [info@diakonie-gruenberg.de](mailto:info@diakonie-gruenberg.de)



## 1.2 Beratung bei Pflegebedürftigkeit

In Gießen gibt es zwei Beratungsstellen, die in allen Fragen rund um Pflege, Pflegebedürftigkeit, Eingruppierung etc. beraten. Dort sind auch aktualisierte Listen und Übersichten zu Pflegediensten, Heimen, Tagespflegen, Betreuungsangeboten etc. erhältlich. Empfohlen wird bei der Suche nach Angeboten von Dienstleistern die Internetadresse: [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche)



Das Team von Beko und Pflegestützpunkt berät Sie gern zu Themen rund ums Alter, von A, wie ambulante Pflege, bis Z, wie Zuschüsse für Wohnraumanpassung.

BeKo – Beratungs- und Koordinierungsstelle für ältere und pflegebedürftige Menschen, Kleine Mühlgasse  
35390 Gießen

Telefon: 0641 9790090

E-Mail: [seniorenberatung@beko-giessen.de](mailto:seniorenberatung@beko-giessen.de), [www.beko-giessen.de](http://www.beko-giessen.de)



Pflegestützpunkt Landkreis Gießen,  
Kleine Mühlgasse 8,  
35390 Gießen,

Telefon: 0641 209164-96 und -97

E-Mail: [pflegestuetspunkt@landkreis-giessen.de](mailto:pflegestuetspunkt@landkreis-giessen.de)



### 1.3 Kostenlose Rechtsberatung/Prozesskostenhilfe

Sofern die Kosten für einen Anwalt nicht aufgebracht werden können, kann beim zuständigen Amtsgericht ein Beratungsschein oder eine Prozesskostenhilfe beantragt werden. Näheres hierzu siehe unter 2.10

### 1.4 Patientenberatung

Für die Beratung in Gesundheitsfragen, zivil- und sozialrechtlichen sowie psychosozialen Fragen steht die „Unabhängige Patientenberatung Deutschland“ (UPD) kostenfrei zur Verfügung. Nähere Informationen können unter [www.patientenberatung.de](http://www.patientenberatung.de) abgerufen werden.

Es gibt mehrsprachige telefonische Beratungsmöglichkeiten.

- **Beratung in Deutsch:** 0800 011 77 22 (gebührenfrei aus allen Netzen)  
Montags bis freitags von 8 bis 22 Uhr und samstags von 8 bis 18 Uhr.
- **Beratung in Türkisch:** 0800 011 77 23 (gebührenfrei aus allen Netzen)  
Montags bis samstags von 8 bis 18 Uhr.
- **Beratung in Russisch:** 0800 011 77 24 (gebührenfrei aus allen Netzen)  
Montags bis samstags von 8 bis 18 Uhr.
- **Beratung in Arabisch:** 0800 33 22 12 25 (gebührenfrei aus allen Netzen)  
Dienstags von 11 bis 13 Uhr und donnerstags von 17 bis 19 Uhr

### 1.5 Rentenberatung

Beratung in Rentenfragen erhalten Sie bei:

Deutsche Rentenversicherung Auskunfts- und Beratungsstelle Gießen,  
Leihgesterner Weg 35, 35390 Gießen, Telefon: 0641 9778-9005,  
E-Mail: [kundenservice-in-giessen@drv-hessen.de](mailto:kundenservice-in-giessen@drv-hessen.de)

### 1.6 Schuldnerberatung

Die Schuldnerberatungsstellen des Caritas Verbandes und des Diakonischen Werkes beraten bei persönlicher Verschuldung und begleiten auch in einem Insolvenzverfahren.

Hinweis: Die Beratungsstellen haben Wartezeiten vor einem ausführlichen Beratungsprozess.

Schuldnerberatung des Caritas Verbandes Gießen e.V.,  
Frankfurter Straße 44, 35392 Gießen,  
Telefon: 0641 79480, E-Mail: [info@caritas-giessen.de](mailto:info@caritas-giessen.de)

Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes in Gießen, Südanlage 21,  
35390 Gießen, Telefon: 0641 932280, E-Mail: [info@diakonie-giessen.de](mailto:info@diakonie-giessen.de)

Schuldnerberatung des Diakonischen Werk in Grünberg,  
Bahnhofstraße 37, 35305 Grünberg, Telefon: 06401 2231140,  
E-Mail: [info@diakonie-giessen.de](mailto:info@diakonie-giessen.de)



## 1.7 Demenzberatung

Bei Fragen zu dementieller Erkrankung wenden Sie sich bitte an:

- Demenzsprechstunde der BeKo, Kleine Mühlgasse 8, 35390 Gießen  
Sprechstunde: mittwochs 14 -16 Uhr,
  - Telefonische Anmeldung: 0641/9790090 (Frau Schmidt)
- Demenzsprechstunde des Deutschen Roten Kreuzes in Kooperation mit dem Oberhessischen Diakoniezentrum in 35423 Lich, Kirchenplatz 12 (Raum der Stadtbibliothek), Sprechstunde: montags 10 -12 Uhr, donnerstags 16 -18 Uhr
  - Telefonische Anmeldung: 06404/806-191 (Frau Harbusch)
- Servicestelle Demenz des Oberhessischen Diakoniezentrums ambulante Dienste Johann-Friedrich-Stift gGmbH Stiftstr. 19, 35321 Laubach
  - Telefonische Anmeldung: 06405/827172 (Frau Herrmann)
- Demenzberatung des Vereins Bürger für Bürger e.V., Beratung nach telefonischer Vereinbarung
  - Telefonische Anmeldung: 0171-2873126 (Frau Rath)
- Beratungsstelle der Alzheimer Gesellschaft Mittelhessen e.V., Am Geiersberg 15, 35578 Wetzlar
  - Telefonische Anmeldung: 06441/43742

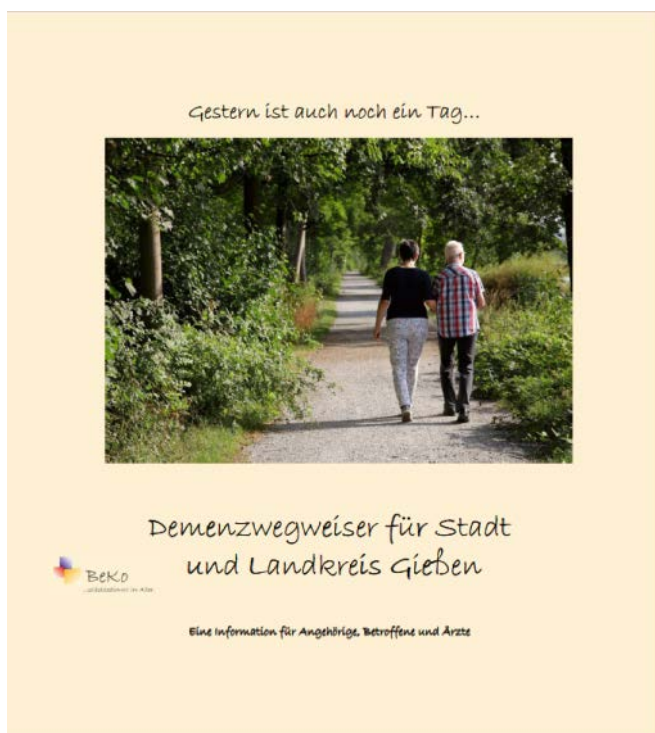


Foto: BeKo

Im Demenzwegweiser der BeKo finden Betroffene, Angehörige und Ärzte wichtige Informationen z.B. über Erscheinungsformen der Demenz, die Diagnostik, Ansprüche aus der Pflegeversicherung sowie Angebote für Menschen mit Demenz und zur Entlastung ihrer Angehörigen. Die Broschüre ist in gedruckter Form sowie im PDF-Format kostenfrei bei der BeKo zu beziehen,

[www.beko-giessen.de](http://www.beko-giessen.de)

Eine umfangreiche, weitergehende Adressenliste auch zu Diagnostik, zu Online-Beratung und bundesweiten Angeboten erhalten Sie auch über die Internetseite der BeKo, [www.beko-giessen.de](http://www.beko-giessen.de)

Die örtlichen Pflegedienste (z. B. Sozialstation, Diakoniestation) können ebenfalls über die Angebote vor Ort beraten.

## 2. Rechtliche Fragen

Seniorinnen und Senioren haben Fragen zu verschiedenen rechtlichen Themenstellungen, die einer besonderen Beratung und Unterstützung bedürfen. Hier finden Sie weitere Informationen und eine Auflistung von Kontaktdaten zu unterschiedlichen Rechtsfragen.

### 2.1 Einkommensteuer auf Renten / Versorgungsbezüge

Die meisten Bezieher/innen von Renten müssen keine Steuern zahlen; aber wenn etwa zusätzliche Einkünfte aus Erwerbstätigkeit, einer Werkspension oder aus Vermietung und Verpachtung erzielt werden bzw. der Ehegatte über ein steuerpflichtiges Einkommen verfügt, kann eine Steuerpflicht bestehen. Die für die Besteuerung von Renten und/oder Versorgungsbezügen maßgebenden Regelungen sind vielfältig und nicht immer leicht verständlich. Das Hessische Ministerium für Finanzen hat hierzu den „Steuerwegweiser für den Ruhestand“ heraus gegeben.

Die kostenfreie Broschüre kann bei dem örtlichen Finanzamt abgeholt oder bei dem Hessischen Ministerium für Finanzen, Referat Öffentlichkeitsarbeit, Friedrich-Ebert-Allee 8 in 65185 Wiesbaden bestellt werden.

Informationen sind auch im Internet abrufbar: [www.hmdf.hessen.de](http://www.hmdf.hessen.de) (Rubrik „Steuern/Infomaterial“).

### 2.2 Krankenversicherung / Befreiung von Zuzahlungen

Nach dem geltenden Krankenversicherungsrecht (SGB V) leisten Versicherte „Zuzahlungen zu Medikamenten, Heil- und Hilfsmitteln, häuslicher Krankenpflege sowie für stationäre Maßnahmen“.

Die Höhe der Zuzahlungen ist in § 61 des SGB V festgelegt. Es besteht aber eine sogenannte „Belastungsgrenze“ für die Zuzahlungen innerhalb eines Kalenderjahres. Näheres ist in § 62 des SGB V geregelt. Sobald diese jährliche Belastungsgrenze mit Zuzahlungen innerhalb eines Kalenderjahres erreicht ist, kann von der Krankenkasse eine Bescheinigung über die Befreiung von Zuzahlungen für den Rest des Kalenderjahres verlangt werden.

Die Belastungsgrenze beträgt 2 % der jährlichen Einnahmen zum Lebensunterhalt. Für „chronisch Kranke“ beträgt die Belastungsgrenze nur 1 % der jährlichen Einnahmen zum Lebensunterhalt.

Nähere Einzelheiten erfahren Sie bei der jeweiligen Krankenkasse. Einige Krankenkassen ermöglichen es ihren Versicherten, zum Beginn eines Kalenderjahres den jährlichen Zuzahlungsbetrag in Höhe der individuellen Belastungsgrenze an die Krankenkasse zu zahlen und stellen dann für das ganze Kalenderjahr die „Zuzahlungs-Befreiungsbescheinigung“ aus.

## 2.3 Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung kann man für den Fall der eigenen Entscheidungsunfähigkeit im Voraus festlegen, ob und wie man in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchte.

Das Gesetz definiert die Patientenverfügung als schriftliche Festlegung einer volljährigen Person, ob sie in bestimmte zum Zeitpunkt der Festlegung noch nicht unmittelbar bevorstehende Untersuchungen ihres Gesundheitszustandes, Heilbehandlungen oder ärztliche Eingriffe einwilligen oder sie untersagen möchte. (§ 1901 Abs. 1 BGB).

Menschen können in jeder Phase ihres Lebens selbst entscheiden, ob und wie sie behandelt werden möchten. Zugleich ist gewährleistet, dass bei Missbrauchsgefahr oder Zweifeln über den Patientenwillen ein Gericht als neutrale Instanz entscheidet.

Die Patientenverfügung kann auch um Bitten oder bloße Richtlinien für eine Vertreterin oder einen Vertreter sowie für die behandelnden Ärzte und das Behandlungsteam ergänzt werden. Zudem kann es sinnvoll sein, auch persönliche Wertvorstellungen, Einstellungen zum eigenen Leben und Sterben und religiöse Anschauungen als Ergänzung und Auslegungshilfe in der Patientenverfügung zu hinterlegen.

Neben anderen beraten auch BeKo und Pflegestützpunkt (siehe 1.4) darüber, was bei einer Patientenverfügung zu bedenken ist. Auch Ihr Hausarzt, bei dem Sie ein Exemplar Ihrer Patientenverfügung hinterlegen sollten, kann Ihnen sicher sagen, wo Sie eine solche Verfügung, die die geforderten Voraussetzungen erfüllt, erhalten.



Foto: Bernd Kasper/pixelio.de

## 2.4 Vorsorgevollmacht

Mit einer Vorsorgevollmacht kann man einer anderen Person die Wahrnehmung einzelner oder aller Angelegenheiten für den Fall übertragen, dass man die Fähigkeit, selbst zu entscheiden, einbüßt.

Der/die Bevollmächtigte kann dann handeln, ohne dass weitere Maßnahmen notwendig sind. Das Gericht wird nur eingeschaltet, wenn es zur Kontrolle der/des Bevollmächtigten erforderlich ist.

Die Vorsorgevollmacht verlangt ein hohes Maß an Eigenverantwortlichkeit von dem Bevollmächtigten. Deshalb sollten sich Vollmachtgeber und Bevollmächtigter beraten lassen. Neben BeKo und Pflegestützpunkt bietet auch der

**Verein zur Betreuung kranker und behinderter Menschen und zur Beratung von Schuldern in Mittelhessen e.V.**

Walltorstr. 17, 35390 Gießen

Tel. 0641 3010766, Fax 0641 3010766

E-Mail: vbbmittelhessen@gmx.de

unabhängige und kostenlose Beratung an.

## 2.5 Testament

Ob, wann, in welcher Form und mit welchem Inhalt ein Testament erstellt werden sollte, ist eine ganz individuelle Angelegenheit. Eine Beratung bei einem Notar ist im Zweifel immer angezeigt.

### Hinweis zu 2.4 bis 2.7

**Bei der Stiftung Warentest, 20080 Hamburg kann ein 'Vorsorge-Set' zu den Themen Patientenverfügung, Testament, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht bezogen werden. Es kann als E-Book oder Broschüre direkt bei der Stiftung Warentest bezogen werden; email@stiftung-warentest.de. Als Broschüre ist es auch im Buchhandel erhältlich; ISBN: 978-3-86851-293-9**

## 2.6 Gesetzliche Betreuung

Die gesetzliche Betreuung dient dem Wohl von Erwachsenen, die sich nicht selbst vertreten können. Sie ist im Betreuungsrecht des Bürgerlichen Gesetzbuches §1896 ff. geregelt.



Ziel ist es, Menschen zu unterstützen, die ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. Dabei steht das Wohl der Betroffenen im Mittelpunkt. Erforderliche Hilfen sollen sich an deren

Wünschen, Vorstellungen und Möglichkeiten orientieren. Dem Betroffenen kann durch das örtliche Betreuungsgericht ein rechtlicher Betreuer zur Seite gestellt werden, der ihn rechtswirksam vertritt. Eine rechtliche Betreuung gilt für ganz bestimmte Lebensbereiche und wird für längstens sieben Jahre eingerichtet.

Eine rechtliche Betreuung kann eingerichtet werden, wenn

- eine psychische Krankheit oder eine körperliche, geistige oder seelische Behinderung vorliegt, sofern
  - diese dazu führt, dass die betroffene volljährige Person ihre Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht regeln kann, und
  - wenn diese Angelegenheiten durch einen Bevollmächtigten oder andere Hilfen ohne gesetzlichen Vertreter nicht genauso gut erledigt werden können.

Nähere Informationen sind auf der Internetseite des Landkreises Gießen unter [www.lkgi.de](http://www.lkgi.de) (Rubrik Gesundheit und Soziales; Gesundheit/Betreuung) bzw. bei dem hessischen Ministerium der Justiz unter [www.hmdj.hessen.de](http://www.hmdj.hessen.de) zu finden. Neben der Betreuungsbehörde beraten auch die Stellen unter 2.5

Die Betreuungsbehörde für den Landkreis Gießen ist dem Gesundheitsamt zugeordnet und ist in der Kreisverwaltung Gießen erreichbar.

Betreuungsbehörde für den Landkreis Gießen, Riversplatz 1-9,  
35394 Gießen, Telefon: 0641 9390-1413 oder -1403.

## 2.7 Schwerbehindertenausweis

Anträge für einen Schwerbehindertenausweis richten Sie an:

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales Gießen, Südanlage 14 A, 35390  
Gießen, Telefon: 0641 7936-0, Fax: 0641 7936-117,  
E-Mail: postmaster@havs-gie.hessen.de

Der Schwerbehindertenausweis wird vom Versorgungsamt auf Antrag ausgestellt, wenn ein Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50 amtlich festgestellt wurde. Er berechtigt zur Inanspruchnahme einer Reihe von Vergünstigungen, so etwa Kündigungsschutz, Zusatzurlaub, Steuervorteile, etc. Das Versorgungsamt vermerkt auf dem Schwerbehindertenausweis außer dem Grad der Behinderung und der Gültigkeitsdauer noch gesundheitliche Merkmale als Merkzeichen.

Der Schwerbehindertenausweis kann folgende Merkzeichen enthalten:

- G= Erhebliche Beeinträchtigung der Bewegungsfähigkeit - erlaubt regionale Freifahrt oder Kraftfahrzeugsteuerermäßigung
- aG= Außergewöhnliche Gehbehinderung - erlaubt regionale Freifahrt oder Kraftfahrzeugsteuerermäßigung (wie oben)
- B= Berechtigung zur unentgeltlichen Mitnahme einer Begleitperson
- Bl= Blind
- Gl= Gehörlos
- H= Hilflos
- RF= Befreiung von Rundfunk- und TV-Gebühren/Sozialtarif T-Home
- 1.KI = Darf erste Klasse fahren mit Fahrkarte für zweite Klasse.



Foto: Doris Heinrichs - adobe.stock.com

Für das Parken auf ausgewiesenen Behindertenparkplätzen braucht man einen Ausweis mit der Kennzeichnung aG oder Bl. Der Parkausweis kann bei der örtlichen Straßenverkehrsbehörde oder beim Ordnungsamt der Stadt oder Gemeinde beantragt werden.



Foto: Björn Wylezich - adobe.stock.com

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.versorgungsamter.de](http://www.versorgungsamter.de), dem oben genannten Amt: Hessisches Amt für Versorgung und Soziales und dem Gießener Arbeitskreis für Behinderte: [www.gakfb.de](http://www.gakfb.de)

Die EUTB (ergänzende unabhängige Teilhabeberatung) berät und unterstützt Menschen mit Behinderung, von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige kostenlos in allen Fragen zur Rehabilitation und Teilhabe.

Kontakt: Frankfurter Straße 12, 35390 Gießen, Tel. 0641-984 384 85  
E-Mail: [info@teilhabe-giessen.de](mailto:info@teilhabe-giessen.de)



## 2.8 Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren

Die Befreiung vom Rundfunkbeitrag/GEZ-Gebühr erfolgt nur auf Antrag und nur für einen bestimmten Zeitraum. Eine Befreiung ist möglich für sogenannte einkommensschwache Haushalte, das sind Hartz IV-Empfänger, Empfänger von Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Rentner mit Mindestrente und Bezieher von geringem Einkommen; dazu können auch Wohngeldempfänger gehören.

Menschen mit Handicap können aus verschiedenen Gründen eine Befreiung des Rundfunkbeitrages beantragen. Zu den Berechtigten zählen in erster Linie Menschen, die den Empfang von Fernsehen oder Hörfunk aufgrund ihrer Behinderung nicht wahrnehmen können. Dazu gehören

- blinde Menschen
- Menschen mit einer schweren Hörbehinderung
- Schwerstbehinderte
- Menschen mit geistiger Behinderung, die nicht in der Lage sind, die Inhalte

zu erfassen.

Eine Gebührenermäßigung erhalten Menschen, die einen Schwerbehinderten- Ausweis mit dem Vermerk „RF“ und einem Grad der Behinderung von mindestens 80 haben. Nähere Informationen erhalten Sie unter: <https://www.rundfunkbeitrag.de>

## 2.9 Rechtsberatungsschein und Prozesskostenhilfe

Wer eine Rechtsauskunft oder -beratung durch einen Anwalt benötigt, aber keine Rechtsschutzversicherung besitzt und nur ein geringes Einkommen hat, kann einen sogenannten Beratungshilfeschein beantragen. Er kann beim zuständigen Amtsgericht oder über einen Anwalt beantragt werden. Allerdings sollte der Beratungsschein beantragt werden, bevor ein Anwalt beauftragt wird!

Der Schein gilt für die anwaltliche Beratung, den Schriftverkehr und gesamte außergerichtlichen Regelungen von Streitfällen. Er gilt nicht bei gerichtlichen Auseinandersetzungen. Hierfür kann Prozesskostenhilfe beantragt werden. Der Antrag kann ebenfalls beim Amtsgericht oder direkt bei einem Anwalt gestellt werden.

Auskünfte zum Beratungshilfeschein und die Prozesskostenhilfe erhalten Sie bei allen Anwälten sowie beim

Amtsgericht Gießen, Gutfleischstraße 1, Gerichtsgebäude A, 35390 Gießen,  
Telefon: 0641 9342-998

## 3. Wohnen und Mobilität

Zum Thema „Wohnen für Senioren“ gibt es viele Angebote und Hilfemöglichkeiten. Nachstehend werden die verschiedenen Wohnformen für Senioren dargestellt. Die BeKo verfügt über Listen, die alle derzeitigen bekannten Angebote enthalten. Diese sind auch übers Internet abrufbar: [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche). Die Unterschiede in den Angeboten zu kennen, ist für den persönlichen Entscheidungsprozess immer hilfreich.

### 3.1 Wohnungsanpassung

Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich in ihrer Wohnung leben. Um das zu ermöglichen, kann eine Anpassung der Wohnung an die Erfordernisse des Alters sinnvoll sein. Die meisten Maßnahmen zur Wohnungsanpassung sind aber auch für Familien mit Kindern sinnvoll, wie z.B. eine bodengleiche Dusche, breite Flure oder rutschhemmende Bodenbeläge. Manchmal helfen aber schon kleine Dinge, das Leben in der eigenen Wohnung zu erleichtern wie Haltestangen oder Duschhocker.

Darüber, welche wohnraumverbessernden Maßnahmen individuell in Betracht kommen, beraten BeKo und Pflegestützpunkt. In einigen Gemeinden gibt es ebenfalls die Möglichkeit, sich in diesen Fragen beraten zu lassen. Bitte fragen Sie bei Ihrer Gemeindeverwaltung nach.

Es gibt unterschiedliche Fördermöglichkeiten für altersgerechte, barrierefreie Umbauten oder Sanierungsmaßnahmen. Die KfW (Kreditanstalt für Wiederaufbau) gibt zinsgünstige Kredite aber auch Zuschüsse. Auskünfte erteilen die Kreditinstitute oder die KfW direkt: [www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung](http://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung) oder Hotline: 0800 539 9002

Im Falle einer Behinderung kann auch eine Förderung für notwendige Umbaumaßnahmen bei der Wirtschafts- und Infrastrukturbank Hessen (WiBank) in Betracht kommen. Die Wohnung muss von der behinderten Person genutzt werden und entweder in ihrem Eigentum sein oder einem Angehörigen gehören. Beratung erhalten Sie bei der Wohnungsbauförderstelle des Landkreises, wo auch die Mittel zu beantragen sind: [wohnbaufoerderung@lkgi.de](mailto:wohnbaufoerderung@lkgi.de).



Oder falls Sie in Gießen wohnen bei der Stadt Gießen: [soziales@giessen.de](mailto:soziales@giessen.de)

Pflegebedürftige haben in bestimmten Fällen Anspruch auf einen Zuschuss für Maßnahmen zur Verbesserung der Wohnung. Jedoch höchstens 4.000,- € je Maßnahme. Wenn mehrere pflegebedürftige Personen sich eine Wohnung teilen, können jeweils bis zu 4.000€ bezuschusst werden, bis zu einer Gesamthöhe von 16.000€. Weitere Informationen können Sie der Broschüre „Ein Leben lang zu Hause wohnen im Landkreis Gießen“ entnehmen. Sie ist kostenlos bei allen Kommunalverwaltungen, vielen Apotheken und Geschäften erhältlich sowie als PDF auf der Homepage des Landkreises: <https://www.lkgi.de>. Die Broschüre ersetzt keine individuelle Beratung vor Ort.

Eine konkrete Beratung vor Ort bieten BeKo und Pflegestützpunkt (PSP) an.

BeKo: Telefon: 0641 9790090  
E-Mail: [seniorenberatung@beko-giessen.de](mailto:seniorenberatung@beko-giessen.de),

PSP: Telefon: 0641 209164-96  
E-Mail: [pfligestuetzpunkt@landkreis-giessen.de](mailto:pfligestuetzpunkt@landkreis-giessen.de)

### 3.2 Barrierefreies und seniorenrechtliches Wohnen

Aufgrund der demografischen Entwicklung in unserer Gesellschaft und dem Tatbestand, dass für Geldanlagen derzeit keine hohen Renditen zu erzielen sind, sind derzeit die so genannten „Senioren-Wohnanlagen“ eine bevorzugte Anlageform.

Wer in eine solche Seniorenwohnanlage umziehen will – entweder über Kauf oder Miete einer solchen Wohnung – sollte unbedingt im Vorfeld prüfen, ob und in welchem Ausmaß diese Wohnung für die eigenen Bedürfnisse geeignet ist. Auch über den Träger einer solchen Anlage sollte man vorher Informationen einziehen.

Zu prüfende Fragen:

- Liegt das Gebäude an einem Hang oder in einem ebenen Gelände?
- Ist der Eingang zum Gebäude ebenerdig erreichbar?
- Ist die Eingangstür nur manuell zu öffnen?
- Ist der Eingangsbereich ausreichend beleuchtet?
- Sind die Türen breit genug?
- Ist im Gebäude eine Aufzugsanlage vorhanden?
- Können sich Rollstuhlfahrer in der Wohnung gut bewegen?
- Ist das Badezimmer groß genug und die Dusche ebenerdig?
- Und weitere individuelle Fragen.

### 3.3 Betreutes Wohnen

Wenn das Wohnen ohne fremde Hilfe nicht mehr möglich ist, kann der Umzug in eine sog. „Betreute Wohnanlage“ eine gute Alternative sein. Da der Begriff „Betreutes Wohnen“ nicht gesetzlich geschützt ist, gibt es eine Vielzahl sehr unterschiedlicher Angebote. Deshalb sollten Sie sehr genau das konkrete Angebot prüfen und den Vertragsinhalt verbindlich gestalten.

Das Betreute Wohnen umfasst eine abgeschlossene (barrierefreie) Wohnung und ein Dienstleistungsangebot. Zusätzlich zum Mietvertrag wird ein Servicevertrag abgeschlossen, in dem unterschiedliche Leistungen beschrieben sind.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) e.V. hat eine Broschüre „Wohnen im Alter“ herausgegeben, in der auch das Betreute Wohnen behandelt wird. Eine Checkliste mit Anforderungen an eine altengerechte Wohnung und sinnvolle Serviceangebote ist ebenfalls enthalten. Die Broschüre ist im Buchhandel für 4,40 €, ISBN 978-3-406-61416-3 oder direkt bei der BAGSO erhältlich, [www.bagso.de](http://www.bagso.de)

### 3.4 Wohngeld (Mietzuschuss und Lastenzuschuss)

siehe Kapitel 9.1

### 3.5 Seniorenbus / Einkaufsbus

In verschiedenen Gemeinden im Landkreis Gießen existiert vor allem für ältere Bürgerinnen und Bürger ein Senioren- oder Einkaufsbus oder ein Anruflinientaxi. Dies bietet die Möglichkeit, trotz eingeschränkter Mobilität selbst einzukaufen und andere Wege, z. B. Fahrten zum Arzt, zurückzulegen.

Je nach Wohnort und Auftrag unterscheiden sich die Rahmenbedingungen. Diese können vor Ort erfragt werden.



Foto: Bürgerbus Staufenberg/Stadt Staufenberg



Foto: Bürgerbus der Gemeinde Rabenau

## 4. Hilfen im Alltag

Wenn die Kräfte nachlassen, das Einkaufen, Kochen, die Hausarbeit und andere zu erledigende Dinge immer schwerer fallen, können Hilfsangebote dazu beitragen, den Verbleib in der eigenen Wohnung zu erleichtern und zu ermöglichen.

### 4.1 Essen auf Rädern

Grundsätzlich können Sie sich entscheiden, ob Sie sich täglich eine warme Mahlzeit nach Hause liefern lassen oder sich eine Auswahl tiefgekühlter Mahlzeiten bestellen, die Sie sich selbst bei Bedarf aufwärmen.

Für die täglich – einschließlich Wochenende – gelieferten Warmmahlzeiten werden regelmäßig Speisepläne erstellt, aus denen Sie unter mehreren Angeboten auswählen können. Diese Speisen werden in Warmhalteboxen geliefert, die Sie – je nach Anbieter – kaufen oder mieten können oder kostenlos zur Verfügung gestellt bekommen. Sie können sich z. B. auch nur zwei oder drei Mal pro Woche eine warme Mahlzeit ins Haus bestellen.



Tiefgekühlte Menüs werden wochenweise an einem festen Tag geliefert. Sie können z. B. im Backofen, im Umluftherd, in der Mikrowelle – diese Menüs sind extra gekennzeichnet – oder in einem speziell über den Anbieter erworbenen Aufwärmgerät (Miete, Kauf oder kostenlos) erhitzt und fertig gegart werden. Die Lagerung dieser Gerichte muss in einem Gefrierschrank oder einer Gefrierbox erfolgen.

Viele Gerichte sind lieferbar als Normalportionen oder als kleine Portionen. Verschiedene Kostformen (Vollkost, Schonkost, Diätkost, vegetarische Kost, pürierte Kost) stehen ebenfalls zur Verfügung, von denen allerdings nicht alle als Warmmahlzeit geliefert werden können.

Die Bestellungen sollten mit einer gewissen Vorlaufzeit erfolgen, damit die von Ihnen gewünschten Menüs auch geliefert werden können. Kurzfristige Bestellung und Kündigungen sind möglich. Bevor Sie sich für einen Anbieter entscheiden, sollten Sie sich ausführlich beraten lassen. Alle Anbieter führen kostenlos Erstberatungen durch, bei Bedarf auch bei Ihnen zu Hause. Es ist auch möglich, sich zunächst nur ein Probemenü zu bestellen.

Da die Preisgestaltung sehr unterschiedlich ist und sich die Preise auch immer wieder ändern können, fragen Sie bitte direkt bei den Anbietern nach.

Die einzelnen Anbieter und das jeweilige Auslieferungsgebiet können Sie unter anderem der Internetseite der BeKo entnehmen.  
[www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche).

## 4.2 Hausnotruf

Der Hausnotruf bietet vor allem alleine lebenden älteren, kranken und behinderten Menschen die Sicherheit, dass Hilfe – z.B. nach einem Sturz – schnell vor Ort ist. Zu jeder Zeit steht ein Ansprechpartner zur Verfügung, der im Notfall schnell Hilfe organisiert.

Durch Betätigen einer Funknottaste, die beispielsweise um das Handgelenk getragen wird, ist es jederzeit möglich, einen Notruf an die Bereitschaftsstelle zu senden. Von dort werden die erforderlichen Hilfen eingeleitet und zuvor benannte Personen wie Angehörige, Nachbarn etc. informiert.



Foto: Hausnotruf - pflege-plus

Bei Vorliegen einer Pflegestufe kann ein Hausnotrufsystem durch die Pflegekasse oder den Sozialhilfeträger bezuschusst werden.

Einen Überblick über Anbieter und deren Konditionen erhalten Sie auf der Internetseite der BeKo: [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche).



### 4.3 Mobile Soziale Dienste / Haushaltsnahe Dienstleistungen

Mit dem Alter treten oft körperliche Einschränkungen auf, die aber nicht gleich zur Pflegebedürftigkeit führen. Oft werden Unterstützungen in der täglichen Haushaltsführung benötigt, wie Hilfe beim Putzen, Einkaufen oder bei Kehr- und Gartenarbeiten. Wichtige Tipps für eine Beauftragung von Dienstleistern und eine Liste mit Anbietern im Landkreis Gießen finden Sie auch für diesen Bereich auf der Internetseite der BeKo: [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche).

### 4.4 Seniorenbus / Einkaufsbus

Siehe 3.5

### 4.5 Angebote zur Unterstützung im Alltag

Menschen mit einem Pflegegrad können zusätzliche Leistungen in Höhe von 125,-€ monatlich von der Pflegekasse erhalten. Der Betrag soll für Angebote eingesetzt werden, die der Entlastung von pflegenden Angehörigen dienen. Der sog. Entlastungsbetrag ist also zweckgebunden.

Ein Angebot stellen die sogenannten niedrigschwelligen Betreuungsangebote dar. Ehrenamtliche Helfer bieten unter fachlicher Anleitung stundenweise eine Gruppenbetreuung für Menschen mit Demenz (Demenzcafé) an oder besuchen Sie in ihrer Wohnung. Entsprechende Angebote gibt es in fast jeder Stadt oder Gemeinde im Landkreis.



Foto: Ehrenamt Gießen e.V.

Auch einige ambulante Pflegedienste bieten zusätzliche Betreuungsdienste für Menschen mit Demenz an.

Bei der Betreuung von Menschen mit Demenz kommen auch Therapiehunde zum Einsatz. Das Foto zeigt eine Vorführung bei der Gießener Seniorenmesse 2018.

Der Betrag kann aber auch für sog. Haushaltsnahe Dienstleistungen eingesetzt werden. Ambulante Pflegedienste oder speziell hierfür anerkannte Dienstleister helfen im Haushalt, z. B. putzen, einkaufen, Begleitung zum Arzt.

Welche Angebote es in Ihrer Kommune oder der näheren Umgebung gibt, finden Sie auf der Internetseite der BeKo. [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche).

## 5. Pflege

Die Leistungen der Pflegeversicherung und ggf. die Hilfe zur Pflege nach dem Sozialhilferecht umfassen häusliche Pflege, Pflegehilfsmittel, teilstationäre Pflege, Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege und stationäre Pflege.

Die meisten pflegebedürftigen Seniorinnen und Senioren haben den Wunsch, trotz Hilfe- und Pflegebedürftigkeit selbstbestimmt zu Hause leben zu können. Diese Haltung deckt sich mit dem Anspruch vieler Angehöriger, ihr pflegebedürftiges Familienmitglied zu Hause selbst zu versorgen.

Festzustellen ist aber auch, dass die häuslichen Pflegemöglichkeiten einem Wandel unterliegen. Dafür verantwortlich ist die Zunahme alleinstehender alter Menschen und die Tatsache, dass pflegende Angehörige, auch durch die vermehrte Berufstätigkeit der Frauen, nicht mehr in dem Umfang zur Verfügung stehen wie früher.

Wenn es um die Entlastung häuslicher Pflege geht, spielt die professionelle ambulante Pflege eine zentrale Rolle. Auch niedrigschwellige Betreuungsangebote und Dienstleitungen stellen eine wichtige Form der Unterstützung dar, ebenso die Tages-, Kurzzeit- und Verhinderungspflege.

Wenn die ambulante Versorgung nicht ausreicht, weil die Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist, muss eine stationäre Einrichtung gefunden werden. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, dass betroffene Familien sich umfassend über passende Hilfen informieren können.

### 5.1 Zentrale unabhängige Beratung im Pflegefall

Umfassende und spezialisierte Beratung im Senioren- und Pflegebereich bieten die Beratungs- und Koordinierungsstelle für ältere und pflegebedürftige Menschen (BeKo), im Trägerverbund mit der AWO Stadt Gießen, AWO Gießen Land, Caritas, Deutsches Rotes Kreuz, Diakonie und Johanniter Unfallhilfe und der Pflegestützpunkt (PSP) in gemeinsamer Trägerschaft des Landkreises Gießen und der gesetzlichen Pflege- und Krankenkassen .



Die Beratung des Pflegestützpunktes ist kostenlos.

Die BeKo ist zentrale Anlaufstelle in allen Fragen zur Lebensgestaltung und Alltagsbewältigung im Alter. Der Pflegestützpunkt berät und unterstützt in Fragen zur Pflegeversicherung (SGB XI). Er nimmt Anträge auf Leistungen nach dem SGB XI entgegen und leitet sie an die Pflegekasse des Ratsuchenden weiter. BeKo und Pflegestützpunkt arbeiten eng zusammen und befinden sich im gleichen Gebäude.

Schwerpunkte beider Beratungsstellen sind das Informieren und Beraten zu regionalen Hilfsangeboten für ältere und pflegebedürftige Menschen in Stadt und Landkreis Gießen. Nach Bedarf werden häusliche Hilfen, Plätze in Tages- und Kurzzeitpflegeeinrichtungen und in Pflegeheimen vermittelt. Alle für die wohnortnahe Versorgung und Betreuung in Frage kommenden Unterstützungsangebote einschließlich einer Hilfestellung bei der Inanspruchnahme von Leistungen werden koordiniert.

Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und trägerneutral.

BeKo, Kleine Mühlgasse 8, 35390 Gießen,  
Telefon: 0641 979000-0, Fax: 0641 97900928,  
E-Mail: [Seniorenberatung@beko-giessen.de](mailto:Seniorenberatung@beko-giessen.de),  
Internet: [www.beko-giessen.de](http://www.beko-giessen.de)  
Öffnungszeiten: Dienstag 9-12 Uhr, Mittwoch 14-16 Uhr  
und nach Vereinbarung



Pflegestützpunkt, Kleine Mühlgasse 8, 35390 Gießen,  
Telefon: 0641 209164-95, -96, -97,  
Fax 0641 39927888,  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt@landkreis-giessen.de](mailto:pflegestuetzpunkt@landkreis-giessen.de)  
Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag 10-12 Uhr,  
Mittwoch 13-16 Uhr und nach Vereinbarung



Bei BeKo und PSP erhalten Sie Listen mit Anbietern zu allen nachstehend aufgeführten Pflegeformen, außerdem in Internet unter:

[www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche).

## 5.2 Ambulante Pflege

Die Pflege zu Hause bietet Pflegebedürftigen ein Leben in ihrer gewohnten Umgebung. Die Pflegeversicherung berücksichtigt mit zahlreichen Hilfen – von der Zahlung ambulanter Pflegekräfte bis hin zu Hilfen für pflegende Angehörige – den Wunsch vieler pflegebedürftiger Menschen, zu Hause gepflegt zu werden.

Pflegebedürftig im Sinne des Pflegeversicherungsgesetzes sind Personen, die gesundheitlich bedingte Beeinträchtigungen der Selbständigkeit oder der Fähigkeiten aufweisen und deshalb der Hilfen durch andere bedürfen. Auf Antrag bei der Pflegekasse wird ein Grad der Pflegebedürftigkeit festgestellt. Entsprechend dieser Feststellung werden dann von der Pflegekasse die Pflegesachleistungen oder das Pflegegeld gewährt. Sie können aber auch eine 'Kombinations-Leistung' aus Pflegesachleistungen und Pflegegeld in Anspruch nehmen. Sachleistungen sind Pflegeleistungen von zugelassenen ambulanten Pflegediensten.

Sie können über die Verwendung des Pflegegeldes zur Sicherstellung ihrer Pflege grundsätzlich frei entscheiden und das Pflegegeld z. B. regelmäßig an die sie versorgenden Personen als Anerkennung weitergeben. Pflegende Angehörige können dadurch finanziell unterstützt werden.

Hilfe für die Pflege zu Hause können neben der Unterstützung durch pflegende Angehörige zudem auch ambulante Pflegedienste oder Einzelpflegerkräfte leisten.

Die Höhe der Leistungen der Pflegekasse wird nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit festgesetzt. Diese können Sie aus Ziffer 5.9 – Leistungen der Pflegeversicherung entnehmen. Die Pflegeversicherung erleichtert pflegenden Angehörigen durch verschiedene Leistungen, Hilfestellungen und Absicherungen die Pflege zu Hause. Berufstätige, pflegende Angehörige können außerdem durch die Pflegezeit und Familienpflegezeit gefördert werden.

Für pflegende Angehörige, die mindestens 14 Stunden in der Woche pflegen (ggf. auch mehrere Pflegebedürftige) und nicht mehr als 30 Stunden erwerbstätig sind, werden von der Pflegekasse auf Antrag Beiträge in die Rentenversicherung gezahlt. Wie hoch diese Beiträge sind, richtet sich danach, wie schwer die Pflegebedürftigkeit ist und wie viel Zeit die Pflegeperson deshalb für die notwendige Betreuung aufwenden muss. Diese Leistungen gelten nur für Personen, die nicht erwerbsmäßig in der Pflege tätig sind.

Die Versicherung in der gesetzlichen Rentenversicherung ist nicht möglich, wenn der Pflegende bereits eine Altersrente oder vergleichbare Versorgungsbezüge erhält.

Zur Absicherung der möglichen Folgen eines Unfalls im häuslichen Umfeld sind alle gemeldeten Pflegepersonen während der pflegerischen Tätigkeit in den Versicherungsschutz der gesetzlichen Unfallversicherung einbezogen. Auch mögliche Unfallfolgen, die z. B. beim Einkaufen für die pflegebedürftige Person passieren können, sind durch diese Unfallversicherung abgedeckt.

### 5.3 Tagespflege

In Einrichtungen der Tagespflege werden pflegebedürftige Menschen tagsüber durch professionelle Fachkräfte versorgt und betreut. In der übrigen Zeit, also früh morgens, abends, nachts, sowie an den Wochenenden muss die Pflege und Betreuung zu Hause sichergestellt sein. Der zeitliche Umfang der Tagespflege wird individuell mit den Einrichtungen abgesprochen. Möglich sind sowohl einige Stunden einmal pro Woche, aber auch bis zu acht Stunden täglich von montags bis freitags.

Tagespflege dient der Entlastung pflegender Angehöriger. Darüber hinaus bietet sie ihren Gästen vielfältige Anregungen und Möglichkeiten, ihre vorhandenen geistigen und körperlichen Fähigkeiten zu trainieren und regelmäßigen Kontakt zu anderen älteren Menschen zu haben. Für den Besuch der Tagespflege kann auch der monatliche Entlastungsbeitrag von 125 Euro eingesetzt werden ohne auf das Pflegegeld angerechnet zu werden.

Weitere Informationen über Anbieter und Kosten entnehmen Sie bitte der Internetseite der BeKo [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche)



#### 5.4 Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege

Ist ein pflegender Angehöriger z. B. durch Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung im Rahmen der sogenannten Verhinderungspflege, die Kosten einer Ersatzpflege für längstens sechs Wochen je Kalenderjahr.

Außerdem kann z. B. bei Urlaub und zur Überbrückung von Krisensituationen oder in einer Übergangszeit im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt von Pflegebedürftigen für bis zu acht Wochen im Kalenderjahr vollstationäre Kurzzeitpflege in Anspruch genommen werden. Die meisten Pflegeheime bieten neben der stationären Dauerpflege auch Kurzzeitpflege an. Da freie Plätze nur begrenzt zur Verfügung stehen, ist es empfehlenswert sich bei planbaren Bedarfen (z. B. Urlaub) frühzeitig um einen Platz zu bemühen.

#### 5.5 Verbesserung des Wohnumfeldes

Wird ein Pflegebedürftiger zu Hause gepflegt, kann es hilfreich sein, das Wohnumfeld an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen individuell anzupassen. Der Gesetzgeber unterstützt die Versicherten dabei durch Zuschüsse zur Wohnungsanpassung. (s. auch 3.1.)

Termine sowie Kontaktperson zur Wohnberatung erhalten Sie bei Ihrer Kommune oder bei der Beratungs- und Koordinierungsstelle BeKo.



## 5.6 Pflegewohngemeinschaften

Um es Pflegebedürftigen zu ermöglichen, möglichst lange selbstständig und in häuslicher Umgebung zu wohnen, ohne dabei jedoch auf sich allein gestellt zu sein, werden ambulant betreute Wohngruppen – also Pflege-Wohn-Gemeinschaften, die bestimmte Mindestvoraussetzungen erfüllen, von der Pflegeversicherung besonders gefördert.

Die Bündelung der Leistungen der Pflegekassen für die Bewohnerinnen und Bewohner einer Pflegewohngemeinschaft führt zu einer günstigeren Gesamtfinanzierung.

## 5.7 Pflegehilfsmittel

Grundsätzlich werden darunter Geräte und Sachmittel verstanden, die zur häuslichen Pflege notwendig sind, sie erleichtern und dazu beitragen, dem Pflegebedürftigen eine selbständige Lebensführung zu ermöglichen.

Die Pflegekasse unterscheidet:

- technische Pflegehilfsmittel wie beispielsweise ein Pflegebett, Lagerungshilfen oder ein Notrufsystem
- Verbrauchsprodukte wie zum Beispiel Einmalhandschuhe oder Betteinlagen

Kosten für Pflegehilfsmittel werden von der Pflegeversicherung übernommen, wenn keine Leistungsverpflichtung der Krankenkasse besteht. Das Pflegehilfsmittelverzeichnis der Pflegekassen informiert darüber, welche Pflegehilfsmittel zur Verfügung gestellt bzw. leihweise überlassen werden.

Zu den Kosten für technische Pflegehilfen muss der Pflegebedürftige einen Eigenanteil von 10 Prozent, maximal jedoch 25 Euro zuzahlen. Größere technische Pflegehilfsmittel werden oft leihweise überlassen, sodass eine Zuzahlung entfällt.

Die Kosten für Verbrauchsprodukte werden bis zu 40 Euro pro Monat von der Pflegekasse erstattet. Wenn Rollstühle oder Gehhilfen ärztlich verordnet werden, tragen die Krankenkassen die Kosten.

## 5.8 Alten- und Pflegeheime

Pflegebedürftige haben Anspruch auf Pflege in einer stationären Pflegeeinrichtung, wenn häusliche oder teilstationäre Pflege (Tagespflege) nicht oder nicht mehr möglich ist.



Foto: Photographee.eu – adobe, stock.com.

Je nach Pflegegrad übernimmt die Pflegeversicherung einen Teil der Kosten für den Heimaufenthalt. Die restlichen Heimkosten (restl. Pflegevergütung, Kosten für Unterkunft und Verpflegung sowie die Investitionskosten) sind von den Heimbewohnern zu tragen. Hierzu wird für jede Einrichtung ein sogenannter „einrichtungsbezogener einheitlicher Eigenanteil“ vereinbart. Dieser verändert sich nicht mehr, wenn jemand in einen anderen Pflegegrad eingestuft wird, sondern bleibt für die Laufzeit der Vergütungsvereinbarung gleich.

Heimbewohner, die den Eigenanteil nicht aus ihrem Einkommen und ggf. Vermögen selbst zahlen können, haben unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Übernahme dieser Kosten gegenüber dem Landkreis als Sozialhilfeträger gem. dem Sozialgesetzbuch XII.

## 5.9 Alle Leistungen der Pflegeversicherung auf einen Blick

Die Pflegeversicherung stellt eine sog. Teilkaskoversicherung dar. Die Leistungen sind je nach Leistungsart und Pflegegrad gedeckelt. Alle darüberhinausgehenden pflegebedingten Aufwendungen müssen aus dem eigenen Einkommen und/oder Vermögen bestritten werden. Sollte das nicht möglich sein, kann beim Sozialhilfeträger (Landkreis Gießen) Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch XII beantragt werden.

<b>Leistungen der Pflegeversicherung ab dem 01.01.2017 im Überblick</b>					
<b>PG = Pflegegrad</b>					
<b>Leistungen</b>	<b>PG1</b>	<b>PG2</b>	<b>PG3</b>	<b>PG4</b>	<b>PG5</b>
<b>Pflegesachleistung</b> (§ 36 SGB XI) mtl.	0,00 €	689,00 €	1.298,00 €	1.612,00 €	1.995,00 €
<b>Pflegegeld</b> (§ 37 SGB XI) mtl.	0,00 €	316,00 €	545,00 €	728,00 €	901,00 €
<b>Vollstationäre Pflege</b> (§ 43 SGB XI) mtl.	125,00 €	770,00 €	1.262,00 €	1.775,00 €	2.005,00 €
<b>Teilstationäre Tages- &amp; Nachtpflege</b> (§ 41 SGB XI) mtl.	0,00 €	689,00 €	1.298,00 €	1.612,00 €	1.995,00 €
<b>Entlastungsbetrag</b> (§ 45b SGB XI) mtl.	125,00 €	125,00 €	125,00 €	125,00 €	125,00 €
<b>Verhinderungspflege</b> Bis zu 6 Wo. im Jahr (§ 39 SGB XI)	0,00 €	1.612,00 €	1.612,00 € *1)	1.612,00 € *1)	1.612,00 € *1)
<b>Kurzzeitpflege</b> bis zu 8 Wo. im Jahr (§ 42 SGB XI)	0,00 € *2)	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €	1.612,00 €
<b>Zuschuss Wohnumfeld</b> (§ 40 SGB XI)	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €	4.000,00 €
<b>Pflegehilfsmittel</b> (§ 40 SGB XI) mtl. *3)	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
<b>Anschubfinanzierung zur Gründung von ambulant betreuten Wohngruppen</b> (§ 45e SGB XI)	2.500,00 €	2.500,00 €	2.500,00 €	2.500,00 €	2.500,00 €
<b>Förderung in ambulant betreuten Wohngruppen</b> (§ 38a SGB XI) mtl.	214,00 €	214,00 €	214,00 €	214,00 €	214,00 €
<b>Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen</b> (§ 43a SGB XI) mtl.	0,00 €	266,00 €	266,00 €	266,00 €	266,00 €

\*1) Der Leistungsbetrag kann um bis zu 806 € aus noch nicht in Anspruch genommenen Mitteln der Kurzzeitpflege nach § 42 Abs. 2 SGB XI auf insgesamt bis zu 2.418 € im Kalenderjahr erhöht werden.

\*2) Pflegeversicherte ohne Pflegegrad oder mit Pflegegrad 1 haben aber bei schweren Erkrankungen, die eine pflegerische Weiterversorgung in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung notwendig machen einen Anspruch auf Leistungen der Kurzzeitpflege im Rahmen der Krankenhilfe gegenüber ihrer Krankenversicherung analog § 42 SGB XI.

\*3) Ein Anspruch auf diese Leistungen besteht jedoch analog zum SGB XI ausschließlich bei häuslicher Pflege und nicht bei stationärer Pflege. Für Bewohner von Pflegeheimen sind die Kosten für Pflegehilfsmittel bereits im Pflegesatz, also im Heimentgelt enthalten.

## 6. Sicherheit

### 6.1 Schutz vor Kriminalität

#### Sicher im Alter?

Ältere Menschen in Deutschland leben vergleichsweise sicher und sind deutlich seltener von Kriminalität betroffen als jüngere. Und doch gibt es einige Kriminalitätsbereiche, in denen ältere Menschen zumindest teilweise stärker ins Visier der Kriminellen geraten.



#### Hier einige Empfehlungen zum Schutz vor Kriminalität im Alltag:

- Kaufen oder unterschreiben Sie niemals etwas an der Haustür!
- Lassen Sie keine Fremden in Ihre Wohnung!
- Übergeben Sie unbekanntem Personen kein Geld oder Wertsachen!
- Informieren Sie sich über die Betrugsformen „Enkeltrick“ und lassen Sie sich auch am Telefon nicht unter Druck setzen!
- Die Polizei ruft Sie niemals unter der Notrufnummer 110 an. Das tun nur Betrüger!
- Geld, Schlüssel und Ausweise nicht im offenen Einkaufskorb oder Rollator liegen lassen!
- Sichern Sie Ihre Wohnung oder Ihr Haus gegen Einbrecher!

Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Polizeipräsidiums Mittelhessen informiert über die neusten Maschen der Ganoven und gibt nützliche Tipps für zuhause und unterwegs.

Die kriminalpolizeilichen Beratungen und Vorträge sind kostenfrei.

Informationen finden Sie auch im Internet unter: [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

Polizeipräsidium Mittelhessen  
Kriminalpolizeiliche Beratung  
Fernstraße 8  
35394 Gießen  
Tel.: 0641/7006 – 2050

Email: [beratungsstelle.ppmh@polizei.hessen.de](mailto:beratungsstelle.ppmh@polizei.hessen.de)



## 6.2 Sicherheitsberater für Senioren

Mit zunehmender Lebenserfahrung wächst im Alter auch die Angst, Opfer einer Gewalttat, eines Überfalls oder eines Einbruchs zu werden. Aus diesem Grunde wurde für die Stadt und den Landkreis Gießen das Projekt „Sicherheitsberater für Senioren“ unter dem Motto: Senioren beraten Senioren „Prävention auf Augenhöhe“ ins Leben gerufen.

Interessierte Ruheständler werden von der Polizei zu ehrenamtlichen Sicherheitsberatern ausgebildet, die als Multiplikatoren tätig werden, um

- Senioren über Kriminalität und andere Gefahren aufzuklären.
- Senioren zu ermuntern, mit ihrer Polizei in Kontakt zu treten und somit eventuelle Schwellenängste abzubauen.
- Senioren praktische Ratschläge und bewährte Hilfen zu geben, um sich gegen Kriminalität besser schützen zu können.
- Senioren über das richtige Verhalten in Gefahrensituationen aufzuklären.

Beratungen für Einzelpersonen und Vorträge für Gruppen sind kostenfrei.

Organisiert und geleitet wird das Projekt vom Verein

Ehrenamt Gießen e.V.  
Berliner Platz 1, 35390 Gießen  
Tel. 0641-306-2259  
Internet: [www.ehrenamt-giessen.de](http://www.ehrenamt-giessen.de)



Foto: Ehrenamt Gießen e.V.

Sicherheitsberater auf der Gießener Seniorenmesse 2018



## 6.3 Sicherheit beim Geldabheben

Karte rein, Auszahlungsvorgang aktivieren, PIN und Summe eingeben – schon rascheln die Scheine hörbar ins Ausgabefach. Tausende mal haben wir schon auf diese Weise Bargeld am Automaten abgehoben: Kein Problem! Aber manchmal kann's auch schiefgehen. Lesen Sie hier, wie man bei Pannen reagiert und wie die bequeme Bargeldquelle sicher bleibt.

### **Sicherheit geht vor**

Das Geldabheben an den 60.000 Bankautomaten in Deutschland ist von den Geldinstituten bewusst einfach und bequem gehalten, ohne dabei den Sicherheitsanspruch des Kunden außer Acht zu lassen. Wer aber allzu sorglos mit PIN und Karte umgeht, macht es Dieben unter Umständen leicht.

### **Bekannte Geldautomaten**

Heben Sie Geld nur an Ihnen bekannten Geldautomaten Ihrer Hausbank ab, nach Möglichkeit während der Geschäftszeiten. Nutzen Sie einen fremden Geldautomaten, wählen Sie einen gut beleuchteten und übersichtlichen Raum vom Geldinstitut.

### **BankCard und PIN nicht unbeaufsichtigt lassen**

Deshalb die PIN besonders schützen: Karte niemals aus der Hand geben oder Dritten überlassen. Besitz immer wieder prüfen. Nummer niemals preisgeben, auch nicht Freunden, Familienmitgliedern, (vermeintlichen) Bankmitarbeitern. Verwenden Sie die PIN nur für das Abheben und Achtung: Lernen Sie Ihre PIN auswendig, notieren Sie diese nie – schon gar nicht im Geldbeutel, Handy oder PC! Folgen Sie keiner Aufforderung, die PIN mehrfach einzugeben. Bei Verlust, lassen Sie diese sofort sperren: Sperr-Notruf: 116 116 – kostenfrei in Deutschland.

### **Eingabe schützen**

Wenn Sie die PIN eingeben, schützen Sie das Tastenfeld mit der Hand, achten Sie darauf, dass Ihnen niemand über die Schulter sieht. Fordern Sie Abstand von Dritten und halten Sie diesen selbst gegenüber anderen ein. Kommt Ihnen etwas verdächtig vor (ungewohnter Anblick der Automaten, zusätzlich montierte Komponenten, will Sie jemand in ein Gespräch verwickeln) sollten Sie den Vorgang sofort abbrechen. Prüfen Sie außerdem stets den Kontostand. So können Sie sich unverzüglich bei verdächtigen Buchungsvorgängen mit Ihrem Bankinstitut in Verbindung setzen und unklaren Lastschrifteinzügen gleich widersprechen.

### **Türöffner zur Bank niemals mit PIN-Abfrage**

Besondere Vorsicht ist auch bei Türöffnern zur Bank, die per Bankkarte bedient werden, geboten. Niemals wird an dieser Stelle die Eingabe der Geheimnummer oder PIN verlangt. Wer ganz auf Nummer sicher gehen möchte, sollte zum Öffnen eine andere EC-Karte oder gültige Kreditkarte benutzen als zum Geldabheben am Automaten selbst.

## 6.4 Tipps für sicheres Online-Banking

Per Online-Banking erledigen Sie Ihre Bankgeschäfte schnell und bequem – wann immer und wo sie wollen mit einem handelsüblichen Computer oder Smartphone mit entsprechender Software über eine Internetanbindung.

**Online-Banking ist sicher – wenn Sie ein paar wichtige Regeln beachten.**

### **Achten Sie auf die richtige Adresse beim Online-Zugang**

Nutzen Sie bei der Eingabe der Bankadresse unbedingt eine verschlüsselte Verbindung. Die Adresszeile im Browser beginnt dann mit „https“. Am geschlossenen farbigen Schlosssymbol in der Adresszeile Ihres Browsers erkennen Sie, ob Ihre Daten sicher übertragen werden.

Bei jedem Ihrer Besuche sollte die Internet-Adresse die gleiche sein. Gelangen Sie mal auf eine Seite, die zwar richtig aussieht, aber eine nicht vertraute Adresse hat, brechen Sie Ihre Anmeldung sofort ab.

### **Nutzen Sie ein sicheres Passwort**

Wählen Sie zum Anmelden im Online-Banking ein sicheres Passwort. Sichere Passwörter umfassen mindestens acht Zeichen: Groß- und Kleinbuchstaben, kombiniert mit Zahlen und Sonderzeichen. Sie sollten auf den ersten Blick sinnlos zusammengesetzt sein.

Verwenden Sie nicht das gleiche Passwort wie bei Shopping-Portalen. Speichern Sie Ihre Zugangsdaten nicht auf Ihrem Computer. Geben Sie die Daten jedes Mal neu ein.

### **Melden Sie sich immer ab**

Wenn Sie Ihre Online-Banking-Aufgaben erledigt haben, nutzen Sie immer die Funktion „Abmelden“ und schließen Sie dann die Anwendung.

### **Setzen Sie ein Tageslimit für Ihre Überweisungen**

Sie können für Ihre Internet-Bankgeschäfte ein Tageslimit festlegen. Jede Banktransaktion, die darüber hinausgeht, wird automatisch abgelehnt. Das Limit können Sie bedarfsorientiert jederzeit wieder ändern.

### **Schützen Sie Ihre PIN und TAN**

Mit Ihrer Geheimzahl (PIN) und Ihren Transaktionsnummern (TAN) geben Sie Zahlungen frei. Deshalb sind das sehr sensible Daten. **Geben Sie diese nie heraus.** Auch nicht, wenn Sie eine scheinbar seriöse Stelle dazu auffordert. Ihre Bank wird Sie niemals bitten, Ihre Zugangsdaten, Ihre PIN oder TAN anzugeben. Weder persönlich, telefonisch noch mit einer E-Mail.

## Allgemeine Sicherheitsregeln:

- Geben Sie niemals die Zugangsdaten zum Online-Banking ein, wenn Sie dazu per Mail aufgefordert werden. Kein Geldinstitut oder sonstiger Dienstleister im Internet versendet E-Mails, in denen nach PINs, TANs oder Kennwörtern gefragt wird.
- Ihre Bank wird Sie niemals auffordern, eine TAN für Gewinnspiele, Sicherheits-Updates oder vermeintliche Rücküberweisungen einzugeben.
- Nutzen Sie für Aktivitäten im Internet, bei denen Sie persönliche Kennwörter verwenden, keine allgemein zugängliche Hardware (wie z. B. Rechner im Hotel oder Internetcafé) und keine unverschlüsselten Funknetze.
- Installieren Sie auf Ihrem PC oder Smartphone nur Software und Apps aus vertrauenswürdigen Quellen. Nutzen Sie aktuelle Schutzprogramme.
- Nutzen Sie das Informationsangebot Ihrer Bank und lassen Sie sich dort über die aktuellen Möglichkeiten und Sicherheitssysteme beraten.
- Weitere Informationen erhalten Sie auch beim Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI) unter Online-Banking [www.bsi-fuer-buerger.de](http://www.bsi-fuer-buerger.de)

Karten verloren oder gestohlen?  
Die Notruf-Nummer für jede Karte.  
Sofort sperren unter:

**SPERR-NOTRUF**  
**116 116**

Bitte vergessen Sie nicht, den Diebstahl Ihrer ec-Karte bei der Polizei zu melden, damit die Karte für das Lastschriftverfahren gesperrt wird.

**Wir wollen, dass Sie sicher leben.**  
Ihre Polizei  
[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

Zur Sperrung umseitig aufgeführte Daten bereithalten!



Weitere Informationen unter:  
[www.servodata.de](http://www.servodata.de) oder  
[www.sperr-ev.de](http://www.sperr-ev.de)

[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

## 6.5 Verkehrssicherheit für Senioren

# MAXimal

mobil bleiben - mit Verantwortung!



### Mehr Sicherheit im Straßenverkehr

Die Verkehrspräventionsaktion MAX wurde entwickelt, um älteren Menschen zu vermitteln, wie maximale Mobilität bei größtmöglicher Verkehrssicherheit verantwortungsvoll zu erreichen ist.

Zentrales Element ist ein sogenannter „Themenbaukasten“ der u.a. mit Vorträgen, Filmen, Simulationen und Tests gefüllt ist. Aus diesem „Baukasten“ können die Inhalte für Informationsveranstaltungen, Workshops und Präventionstage individuell zusammengestellt werden.

### Hier einige Empfehlungen zum sicheren Verhalten im Straßenverkehr:

#### Fußgänger

- Überqueren Sie die Straße auf dem sichersten Weg. Nutzen Sie sichere Querungsstellen, wie Ampeln oder Fußgängerüberwege.
- Lassen Sie sich nicht von „Rotgängern“ mitziehen.
- Auch wenn die Fußgängerampel auf „ROT“ umspringt, gehen Sie aufmerksam weiter. Für die wartenden Fahrzeuge gilt auch noch eine gewisse Zeit „ROT“.
- Heben Sie den Blick und beobachten Sie den Verkehr, bevor und während Sie über die Straße gehen.
- Treten Sie nicht unvermittelt durch parkende Autos hindurch auf die Straße.

#### Bus und Bahn

- Kaufen Sie vor der Fahrt Ihren Fahrschein.
- Nutzen Sie die speziellen Tasten und verlängern Sie die Öffnungszeiten der Türen.
- Personen mit Handicap sollten die Einstiegstüren mit Kinderwagen oder Rollstuhlsymbol nutzen.
- Bitten Sie andere um Hilfe, falls nötig.
- Setzen Sie sich während der Fahrt niemals auf Ihren Rollator, sondern suchen Sie sich einen Sitzplatz.
- Stehen Sie erst auf, wenn der Bus oder die Bahn hält.

#### Automobil

- Fragen Sie Ihre behandelnden Ärzte (die Schweigepflicht haben), ob Sie geeignet sind, ein Kraftfahrzeug zu führen.
- Auch Fahrschulen und Automobilverbände bieten Checks Ihrer Fahrfitness an und sichern Ihnen Schweigepflicht zu.
- Wer keinen Schulterblick oder eine Gefahren- und Notbremsung machen kann, muss sich weitere Informationen zur Kraftfahrzeugeignung einholen. Erkundigen Sie sich rechtzeitig über Alternativen zum Auto, um weiterhin mobil zu bleiben.

#### Fahrrad

- Befahren Sie die Radwege nur in der erlaubten Fahrtrichtung, Gehwege sind tabu.
- Tragen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit einen Helm.
- Geben Sie beim Abbiegen deutliche Handzeichen.

### Wir sind für Sie da!

Für weitere Fragen im Bereich Verkehrssicherheit sowie zur Planung von aktionsbezogenen Workshops, Präventionstagen und Informationsveranstaltungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Polizeipräsidium Mittelhessen  
Direktion Verkehrssicherheit / Sonderdienste  
Karl-Glöckner-Straße 2  
35394 Gießen  
Tel.: 0641-7006-3810  
E-Mail: [aktion-max.ppmh@polizei.hessen.de](mailto:aktion-max.ppmh@polizei.hessen.de)

Sie können sich auch im Internet unter [www.verkehrssicher-in-mittelhessen.de](http://www.verkehrssicher-in-mittelhessen.de) informieren.

## 7. Neue Medien und Digitales

Das Internet umfasst zahlreiche Angebote im Bereich Kommunikation, Soziale Netzwerke, Information und Unterhaltung, die immer mehr zum Bestandteil des gesellschaftlichen Alltags werden, gerade auch für Menschen im Seniorenalter. Dabei führt der Weg ins Internet längst nicht mehr nur über klassische PCs und Laptops, sondern auch immer mehr über Tablets oder Smartphones mit berührungsempfindlichem Bildschirm. Tablets und Smartphones setzen auf einfache Bedienkonzepte und Anwendungen, die für spezielle Aufgaben zugeschnitten sind (so genannte „Apps“).

Soziale Online-Netzwerke werden zunehmend auch von der Gruppe 60+ für die Kommunikation mit der Familie und Freunden und auch zum interessenbezogenen Austausch für Themen aus den Bereichen Sport, Gesundheit, Initiativen, Mobilität, Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten etc. genutzt. Einige beliebte Netzwerke sind nachfolgend aufgeführt.



**Facebook ist ein soziales Netzwerk** mit Millionen von Nutzern (Privatpersonen, Gruppen und Institutionen), welche ein Profil anlegen und sichtbare Informationen über das Internet untereinander austauschen und kommentieren. Die Profile können durch Freundschaftsanfragen untereinander vernetzt werden. Wegen mangelhafter Datenschutzpraktiken steht Facebook bei Datenschützern in der Kritik. Nutzer sollten deshalb die öffentlichen Profileinstellen im Blick haben.



**WhatsApp ist ein Nachrichtendienst**, welcher das Versenden von Kurznachrichten, Bildern, Videos und Tondateien zwischen 2 Personen oder Gruppen sowie internetbasiertes Telefonieren und auch Videotelefonie ermöglicht. Kritisch sind die AGBs, die dem Unternehmen die Nutzung der Medien für kommerzielle Zwecke erlauben.



**Twitter ist ein Kurznachrichtendienst** im Internet mit Millionen von aktiven Nutzern. Die max. Länge einer Nachricht (Tweet) beträgt 280 Zeichen. Schlagwörter (#Hashtags) helfen bei der Suche nach einem speziellen Thema. Nutzer können u.a. Nachrichten anderer verfolgen, favorisieren und mit anderen teilen. Twitter sammelt personenbezogene Daten und teilt sie Dritten mit.



**YouTube ist eine Video-Plattform** im Internet, auf der Nutzer kostenlos Videoclips ansehen, bewerten, kommentieren und auch selbst hochladen können.

Sie alle haben gemeinsam:

- Die Systeme verlangen eine Registrierung mit persönlichen Daten.
- Die Technik ermöglicht eine schnelle Nutzung ohne große Einstiegsbarrieren.
- Die Nutzer geben häufig sehr persönliche Daten preis.
- Die Dienstleister verkaufen Daten aus dem Nutzungsverhalten.
- Die kostenfreien Apps finanzieren sich oftmals durch Werbung.



## 10 Tipps für mehr Sicherheit im Internet und zum Schutz Ihrer digitalen Identität

- Achten Sie auf die Datenschutzerklärungen und Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Anbieter (AGB), bevor Sie sich für einen Dienst im Internet registrieren – gleichgültig ob E-Mail oder soziales Netzwerk.
- Wenn Sie mehrere Dienste nutzen, können Sie einer Verknüpfung Ihrer Profile zu einem aufschlussreichen Gesamtprofil entgegenwirken, indem Sie unterschiedliche Nutzernamen und E-Mail-Adressen verwenden.
- Verwenden Sie unbedingt für jeden Dienst ein eigenes Passwort. Speichern Sie auf Ihren Geräten keine Passwörter.
- Geben Sie bei der Anmeldung bei einem Dienst nur so viel von sich preis, wie jeweils unbedingt notwendig ist. Und: Ist das, was der Dienst für notwendig hält, tatsächlich unbedingt notwendig? Ihr Geburtsdatum zum Beispiel sollten Sie nach Möglichkeit verschweigen.
- Erzählen Sie online nichts über sich, was Sie nicht auch Fremden in der U-Bahn erzählen würden. Seien Sie besonders bei beruflichen Dingen schweigsam. Schon aus der Angabe Ihres Berufes kann auf Ihre Kreditwürdigkeit geschlossen werden.
- Fallen Sie nicht auf Phishing-Mails und Nepper-Angebote herein. Klicken Sie nicht auf Links zu "lustigen" oder "skandalösen" Videos. Dahinter verbergen sich möglicherweise präparierte Webseiten oder Malware. Dasselbe gilt für kurze Internetadressen, die Sie von Fremden zugeschickt bekommen.
- Nehmen Sie nicht an undurchsichtigen Gewinnspielen teil. Antworten Sie nicht auf dubiose Mails, wie Mahnungen oder „offizielle“ Post von der Bank oder Behörden.
- Halten Sie die Betriebssystem- und alle Softwarekomponenten Ihres Gerätes aktuell. Regelmäßige Updates sind ein Muss!
- Denken Sie daran, dass Ihr mobiles Gerät verloren, gestohlen oder defekt werden kann. Fertigen Sie Sicherungskopien Ihrer wichtigen Daten und Bilder und speichern Sie diese auf externe Datenträger.
- Aktivieren oder nutzen Sie ein Virenschutzprogramm.

Weitere Informationen erhalten Sie bei

- Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) e.V., Internet: [www.bagso.de](http://www.bagso.de)
- Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik – BSI für Bürger, Internet: [www.bsi-fuer-buerger.de](http://www.bsi-fuer-buerger.de)
- Ihren örtlichen PC-Cafés
- Kursangeboten der Volkshochschulen der Stadt und des Landkreises Gießen



Foto: AGSO e.V.

## 8. Sterbebegleitung

Wenn das Leben zu Ende geht, wünscht sich jeder ein Sterben ohne Schmerzen und Leiden in einer liebevollen Umgebung. Palliativdienste und Palliativstationen, Hospizdienste und Hospize haben es sich zur Aufgabe gemacht, unheilbar Kranke in ihrer letzten Lebensphase im Sinn der Palliative Care zu versorgen. Es gibt ambulante und stationär tätige Palliativ- und Hospizdienste.

### 8.1 SAPV (Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung des UKGM)

Ziel ist die symptomorientierte, ganzheitliche Therapie von schwerkranken Patienten mit lebensbegrenzenden Erkrankungen. D. h. das Palliativteam sorgt vorrangig für Schmerzfreiheit und erhöht dadurch die Lebensqualität während die klassische Medizin auf Heilung ausgerichtet ist. Kurz heißt das: Lebensqualität statt Lebensquantität. Das Team betreut die Patienten zu Hause, im Pflegeheim oder im Hospiz. Das Versorgungsgebiet umfasst den gesamten Landkreis Gießen.

Palliative Care Team Gießen

Klinikstraße 33, 35392 Gießen

Tel: 0641 / 985-417 77

Mail: [palliative-care-team@uniklinikum-giessen.de](mailto:palliative-care-team@uniklinikum-giessen.de)

Internet: [www.palliativpro.de/ambulantes-palliativ-team-sapv-giessen](http://www.palliativpro.de/ambulantes-palliativ-team-sapv-giessen)

### 8.2 Palliativstation des UKGM

Die Palliativstation ist in einem separaten Gebäude auf dem Gelände der Uniklinik, dem Hanns-Gotthard-Lasch-Haus, untergebracht. Hier werden Patienten behandelt und betreut, die an fortgeschrittenen und nicht heilbaren Erkrankungen leiden. Im Vordergrund steht die Verbesserung der Lebensqualität. Ziel ist es, die krankheitsbedingten Beschwerden zu lindern und falls noch möglich den Gesundheitszustand so zu stabilisieren, dass eine Entlassung nach Hause möglich ist.

Palliativstation „Prof. Hanns-Gotthard-Lasch-Haus“ im UKGM

Langhansstraße 4, 35392 Gießen

Tel: 0641 / 985-417 54

Mail: [info@palliativpro.de](mailto:info@palliativpro.de)

Internet: [www.palliativpro.de](http://www.palliativpro.de)

### 8.3 Ambulante Hospizdienste

Hospizvereine begleiten schwerstkranke und sterbende Menschen sowie ihre Angehörigen zu Hause, in Pflegeheimen, auf der Palliativstation des UKGM sowie im Hospiz Haus Samaria. Die geschulten Ehrenamtlichen stehen den Hinterbliebenen auch in der Trauer zur Seite.

Hospiz-Verein Gießen e.V.

Paul-Zipp-Straße 183, 35398 Gießen

Tel: 0641 / 30 12 812

Mail: [info@hospiz-verein-giessen.de](mailto:info@hospiz-verein-giessen.de)

Internet: [www.hospiz-verein-giessen.de](http://www.hospiz-verein-giessen.de)

Caritas-Ambulanter-Hospizdienst und Trauerbegleitung  
Bernhard-Itzel-Straße 33, 35392 Gießen  
Tel: 0641 / 68 69 25-157 oder -156  
Mail: amb.hospizdienst@caritas-giessen.de  
Internet: www.cariatas-giessen.de

## 8.4 Stationäre Hospizeinrichtungen

Unheilbar kranken Menschen auf der letzten Wegstrecke eine Herberge zu bieten, in der schwerkranke und sterbende Menschen und ihre Zugehörigen professionell betreut und begleitet werden, ist das Anliegen der stationären Hospizeinrichtungen.

Das Hospiz ist ein Ort, an dem Geborgenheit und ein schmerzarmes Leben bis zuletzt möglich wird.

### Agaplesion

Haus Samaria Hospiz  
Paul-Zipp-Straße 181, 35398 Gießen  
Tel: 0641 / 96 06 39 30  
Mail: info@haus-samaria-giessen.de  
Internet: www.haus-samaria-giessen.de

Weitere stationäre Hospizeinrichtungen in Mittelhessen

### Haus Emmaus

Charlotte-Bemberg-Straße 14, 35578 Wetzlar  
Tel: 06441 / 20 92 60  
Mail: info@hospiz-mittelhessen.de  
Internet: www.hospiz-mittelhessen.de

### St. Elisabeth-Hospiz

Cappeler Straße 90a, 35039 Marburg  
Tel: 06421 / 9 42 58 40  
Mail: info@hospiz-marburg.de  
Internet: www.hospiz-marburg.de



## 9. Sozialleistungen

Für Menschen mit sozialen und / oder wirtschaftlichen Problemen gibt es vielfältige Hilfen. Dies trifft vor allem Personen und Haushalte, die ihren Bedarf nicht aus eigener Kraft decken können und auf finanzielle Hilfen angewiesen sind.

Zu den finanziellen Leistungen gehören die Leistungen des Sozialgesetzbuches XII, die Sozialhilfe sowie die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, wenn eigene Mittel nicht ausreichen und keine Ansprüche aus vorrangigen Versicherungs- und Versorgungssystemen bestehen.

Auch Leistungen nach dem Wohngeldgesetz sind möglich. Wohnraum ist teuer und für Haushalte, die mit den Ausgaben für ihre Wohnung wirtschaftlich überfordert sind, gibt es das Wohngeld. Diesen Zuschuss können Mieter aber auch Eigentümer von selbstgenutztem Wohnraum erhalten.

Zur Beantragung all dieser Leistungen ist der Fachdienst Soziales und Senioren (Sozialamt) des Landkreises Gießen zuständig.

Fachdienst Soziales und Senioren, Riversplatz 1-9, Gebäude G, 35394 Gießen  
Telefon: 0641-9300-0 (Zentrale)  
E-Mail: sozialamt@lkgi.de

Im Folgenden finden Sie kurze Informationen darüber, wer diese finanziellen Hilfen in Anspruch nehmen kann und was diese Leistungen im Einzelnen umfassen. Weitergehende Informationen enthält die kostenlose Broschüre „Sozialhilfe und Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung“ des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales E-Mail: publikationen@bundesregierung.de, Internet <http://www.bmas.de>

### 9.1 Wohngeld

Mit Wohngeld werden Bürgerinnen und Bürger mit einem geringen Einkommen bei ihren Wohnkosten unterstützt.

Wohngeld gibt es

- als Mietzuschuss für angemieteten Wohnraum
- als Lastenzuschuss für selbst genutztes Wohneigentum

Ob Wohngeld in Anspruch genommen werden kann und in welcher Höhe, hängt von drei Faktoren ab:

- der Anzahl der Mitglieder, die zu berücksichtigen sind
- der Höhe des Gesamteinkommens
- der Höhe der zuschussfähigen Miete (Mietzuschuss) oder Belastung (Lastenzuschuss)

Wohngeld wird nur auf Antrag gewährt. Antragsvordrucke sind bei der Stadt – bzw. den Gemeindeverwaltung zu erhalten oder als PDF- Dokument zum Ausdrucken auf der Internetseite des Landkreises Gießen herunterzuladen, [www.lkgi.de/gesundheits-und-soziales/soziales/wohngeld](http://www.lkgi.de/gesundheits-und-soziales/soziales/wohngeld). Der vollständig ausgefüllte und unterschriebene Antrag ist bei der Stadt bzw. Gemeindeverwaltung abzugeben. Von dort werden die Unterlagen an die Wohngeldbehörde des Landkreises Gießen weiter geleitet.

Ausführliche Informationen über die geltenden Wohngeldregelungen bietet das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit.

Empfänger von sogenannten Transferleistungen wie etwa Arbeitslosengeld II oder Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung erhalten kein Wohngeld. In den jeweiligen Leistungen sind bereits Anteile für die Wohnkosten enthalten.

Die Wohngeldbehörde des Landkreises Gießen ist für alle Städte und Gemeinden des Landkreises Gießen und auch für die Universitätsstadt Gießen zuständig.

Wohngeldbehörde bei der Kreisverwaltung Gießen:  
Telefon: 0641 9390-3550, E-Mail: wohngeld@lkgi.de

## 9.2 Hilfen zur Sicherung des Lebensunterhaltes (HLU)

Wenn Einkünfte und Vermögen nicht ausreichen, um den Lebensunterhalt sicherzustellen und auch sonst die Notlage aus eigener Kraft nicht überwunden werden kann, besteht die Möglichkeit nach dem Sozialgesetzbuch – Zwölftes Buch – (SGB XII) Hilfe zum Lebensunterhalt (HLU) zu erhalten. Anspruch haben Personen zwischen 15 Jahren und dem Erreichen des Renteneintrittsalters, sofern sie nicht erwerbsfähig sind, das heißt aus gesundheitlichen Gründen nicht mindestens drei Stunden am Tag arbeiten können.

(Arbeitsfähige Personen erhalten Leistungen zum Lebensunterhalt in Form von Arbeitslosengeld II vom Jobcenter. Im Haushalt lebende bedürftige Angehörige der Bedarfsgemeinschaft erhalten in diesem Fall Sozialgeld nach dem SGB II vom Jobcenter)

Wer vorrangige Ansprüche etwa auf Rente, Wohngeld, Krankengeld hat, muss diese zunächst ausschöpfen, da die Hilfe zum Lebensunterhalt eine nachrangige Leistung darstellt. Neben den Einkommensspielen auch die Vermögensverhältnisse eine Rolle. So dürfen bei dem Bezug von Hilfe zum Lebensunterhalt bestimmte Vermögensfreigrenzen nicht überschritten werden.

Die Hilfe zum Lebensunterhalt wird vorrangig als Geldleistung gewährt. Zunächst wird der Bedarf bestimmt, der sich aus dem maßgebenden Regelsatz, sowie den angemessenen Kosten für Unterkunft und Heizung zusammensetzt. Darüber hinaus kann für bestimmte Personengruppen ein Mehrbedarf berücksichtigt werden. Auf den ermittelten Bedarf werden dann Einkommen und Vermögen angerechnet.

Damit der Anspruch geprüft werden kann, benötigt die Behörde den Nachweis über die persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse. Welche Unterlagen im Einzelfall erforderlich sind, sollte jeweils mit den zuständigen Mitarbeiter/innen des Fachdienstes Soziales und Senioren geklärt werden.

Fachdienst Soziales und Senioren: Telefon: 0641 9390-0 (Telefonzentrale)  
E-Mail: sozialamt@lkgi.de



### 9.3 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Zahl der älteren Menschen, die Ihren Lebensunterhalt nicht mehr von ihrer Rente bestreiten können, wächst. Durch längere Erwerbslosigkeit, geringen Verdienst etc. konnten sie auch nicht anderweitig vorsorgen, z. B. Vermögen schaffen.

Unter bestimmten Voraussetzungen besteht ein Anspruch auf Grundsicherung nach dem Sozialgesetzbuch – Zwölftes Buch – (SGB XII). Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei dauerhafter Erwerbsminderung kann erhalten:

- wer die Altersgrenze für die Regelaltersrente erreicht hat. (Für Personen, die nach dem 31. Dezember 1946 geboren sind, wurde die Altersgrenze pro Jahr um einen Monat und maximal auf das 67. Lebensjahr angehoben)
- oder das 18. Lebensjahr vollendet hat und aus gesundheitlichen Gründen dauerhaft voll erwerbsgemindert ist
- und wenn Einkünfte und Vermögen nicht ausreichen, um den Lebensunterhalt sicherzustellen

Vorrangige Ansprüche etwa auf Rente, Wohngeld, Krankengeld müssen zunächst ausgeschöpft werden, da die Grundsicherung eine nachrangige Leistung darstellt. Neben dem Einkommen spielen auch die Vermögensverhältnisse eine Rolle. So dürfen bei dem Bezug von Grundsicherung im Alter und bei dauerhafter Erwerbsminderung bestimmte Vermögensfreigrenzen nicht überschritten werden. Das Einkommen von Kindern bzw. Eltern der Leistungsberechtigten bleibt unberührt, wenn es weniger als 100.000,- Euro im Jahr beträgt.

Die Grundsicherung wird vorrangig als Geldleistung gewährt. Zunächst wird der Bedarf bestimmt, der sich aus dem maßgebenden Regelsatz sowie den angemessenen Kosten für Unterkunft und Heizung zusammensetzt. Darüber hinaus kann für bestimmte Personengruppen ein Mehrbedarf berücksichtigt werden. Auf den ermittelten Bedarf werden dann Einkommen und Vermögen angerechnet.

Die Grundsicherung umfasst:

- den Lebensbedarf, der nach Regelbedarfsstufen bemessen wird
- die angemessenen tatsächlichen Aufwendungen für Unterkunft und Heizung (bei nicht getrennt lebenden Ehegatten/Lebenspartnern und eheähnlichen Partnerschaften jeweils anteilig)
- ggf. anfallende Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge
- bei Besitz eines Schwerbehindertenausweises mit Merkzeichen „G“ oder „aG“ einen Mehrbedarf
- einen Mehrbedarf bei krankheitsbedingter kostenaufwändiger Ernährung.
- Mehrbedarfe bei Schwangerschaft und für Alleinerziehende

Damit der Anspruch geprüft werden kann, benötigt die Behörde den Nachweis über die persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse. Welche Unterlagen im Einzelfall erforderlich sind, sollte jeweils mit den zuständigen Mitarbeiter/innen des Fachdienstes Soziales und Senioren geklärt werden.

Fachdienst Soziales und Senioren: Telefon: 0641 9390-0 (Telefonzentrale)  
E-Mail: sozialamt@lkgj.de

## 10. Veranstaltungen /Freizeitangebote

In fast allen Städten und Gemeinden finden für Seniorinnen und Senioren regelmäßig Veranstaltungen statt. Sie sind freizeitorientiert oder stehen für bestimmte thematische Schwerpunkte. Die Verantwortlichen aus den nachfolgenden Gruppierungen, Organisationen oder Vereinen können hierzu vor Ort Auskünfte geben.

Für die Stadt Gießen und einige andere Städte und Gemeinden im Kreis gibt es spezielle Seniorenwegweiser, der neben vielen anderen Informationen auch Angebote für den Bereich Freizeit und Ehrenamt beinhaltet. Bitte fragen Sie bei Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung nach.



Foto: Ehrenamt Gießen e.V.

Seniorenchor der Stadt Gießen auf der Seniorenmesse in Gießen 2018

## 10.1 Seniorenbeiräte

In den meisten Städten und Gemeinden des Landkreises gibt es Seniorenbeiräte. Die Mitglieder sind gewählt oder werden von Vereinen, Verbänden, Ortsbeiräten usw. benannt. Seniorenbeiräte vertreten die Interessen der älteren Bürgerinnen und Bürger gegenüber den städtischen/gemeindlichen Gremien. Sie organisieren Vorträge und Freizeitangebote. Die Sitzungen der Seniorenbeiräte sind öffentlich. Ob es in Ihrer Stadt oder Gemeinde einen Seniorenbeirat gibt und wer Ansprechpartnerin/Ansprechpartner ist erfahren Sie bei der jeweiligen Stadt-/Gemeindeverwaltung.

Im Seniorenbeirat des Landkreises sind Vertreterinnen und Vertreter aus allen gemeindlichen/städtischen Seniorenbeiräten vertreten (siehe 11.3)

Geschäftsführung und Kontakt: Landkreis Gießen, Fachdienst Soziales und Senioren, Altenhilfeplanung, Ruth Hoffmann, Telefon: 0641 9390-9703, E-Mail: ruth.hoffmann@lkgi.de

## 10.2 Seniorenclubs / Seniorentreffs

Neben Freizeitaktivitäten, wie basteln, singen, tanzen oder einfach nur miteinander reden, werden auch Vorträge zu unterschiedlichen Themen angeboten. Das gesellige Zusammensein tut gut und wirkt der Einsamkeit im Alter entgegen.

In den Stadt- und Gemeindeverwaltungen, den Kirchengemeinden und wo vorhanden in den Seniorenbüros können aktuelle Treffen und Themen erfragt werden. Auch die Seniorenbeiräte können meist Auskunft geben.



Foto: Seniorenbüro Grünberg, Handarbeitstreff im SOFA

### 10.3 Seniorenwerkstätten und offene Handarbeitsgruppen

Auf Initiative u. a. von Seniorenbeiräten entstanden in den vergangenen Jahren in vielen Städten und Gemeinden des Landkreises Seniorenwerkstätten und offene Handarbeitsgruppen. Meist sind die Werkstatträume mit Maschinen zur Holz- und einfachen Metallbearbeitung ausgestattet. Für die Handarbeitsgruppen stehen meist Nähmaschinen, Spinnräder usw. zur Verfügung.



Foto: H.-U. Theiss, Seniorenwerkstatt Lanqqöns

Die Senioren\*innen verwirklichen eigene Projekte oder arbeiten an gemeinsamen Aufgaben, häufig auch zum Wohle der Bevölkerung, in dem sie bspw. Bänke bauen und aufstellen. Einige vermitteln ihre Kenntnisse an Kinder, Flüchtlinge, jüngere Frauen usw. Es werden gemeinsam Fahrräder repariert, Kleider und Accessoires genäht oder Nistkästen gebaut und in der Gemarkung angebracht. Ob es in Ihrer Stadt / Gemeinde eine Seniorenwerkstatt gibt, erfahren Sie bei Ihrer Stadt- / Gemeindeverwaltung oder beim örtlichen Seniorenbeirat.



Foto: Siglinde Wagner

Die Seniorenwerkstatt Buseck übergibt der Gemeinde eine Truhe mit Kissen.



## 10.4 Seniorenbüros

Seniorenbüros, bzw. Anlaufstellen für Seniorinnen und Senioren gibt es in Bieberthal, Grünberg, Langgöns und Linden.

Der Geragoge der Gemeinde Biebertal berät und unterstützt ältere Menschen aus der Gemeinde und ihre Angehörigen in allen Fragen rund ums Älterwerden. Er vermittelt und koordiniert Hilfen.

Kontakt: Ludger Hellmann, Telefon: 06409 3045,  
E-Mail: lhellmann@biebertal.de

Die Arbeit des Seniorenbüros in Grünberg findet in Kooperation des Diakonischen Werkes mit der Stadt Grünberg statt. Das Seniorenbüro fördert und koordiniert freiwilliges Engagement der „Generation 55plus“, unterstützt und vernetzt bestehende Seniorengruppen, entwickelt generationsübergreifende Projekte, vermittelt Qualifizierung, Begleitung und Weiterbildung von freiwillig Engagierten.

In der Begegnungsstätte SOFA (Sozialer Ort Für Alle) kann Neues erprobt werden, Lebenserfahrung, Kenntnisse und Fähigkeiten können ausgetauscht werden. Das SOFA befindet sich in der Alsfelder Straße 13, in 35305 Grünberg



Foto: Seniorenbüro Grünberg

Das Projekt "Selbst.Ständig! leben in Langgöns" wird von der AWO Ambulante Dienste Butzbach und Langgöns durchgeführt und koordiniert. Es richtet sich an Senioren/innen und deren Angehörige, aber auch an aktive Bürger/innen der Gemeinde, die sich ehrenamtlich oder anderweitig in der Seniorenarbeit engagieren möchten. Hier wird in erster Linie das Ziel verfolgt, allen Seniorinnen und Senioren der Gemeinde Langgöns ein selbstbestimmtes und teilhabendes Leben in der Gemeinschaft zu ermöglichen. Regelmäßig werden in der Gemeindeverwaltung Beratungen angeboten.

Kontakt: AWO Pflegeplus GmbH  
Gemeindeverwaltung Langgöns, St.-Ulrich- Ring 13, 35428 Langgöns,  
Tel 0 6403 9020 – 42  
E-Mail [elke.boeckler@awo-hs.org](mailto:elke.boeckler@awo-hs.org)  
Internet: [www.selbst.staendig-langgoens.de](http://www.selbst.staendig-langgoens.de)



Die Generationenbrücke Linden ist ein Projekt der Diakoniestation Linden in Kooperation mit der Stadt Linden. Ihr Ziel ist es das Zusammenleben der Generationen zu verbessern und soziale Isolation zu mindern. Die Angebote der Generationenbrücke sind generationenübergreifend und somit für Jung und Alt auch gemeinsam zu besuchen und zu nutzen.

Kontakt: Generationenbrücke Linden  
Elisabeth-Schwarzhaupt-Straße 5, 35440 Linden  
Tel.: 06403-9690364  
Mail: [info@generationenbruecke-linden.de](mailto:info@generationenbruecke-linden.de)

## 10.5 Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

In vielen Städten und Gemeinden des Landkreises gibt es Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz. Das kann ein sogenanntes Demenzcafé sein, in dem Betroffene für ein paar Stunden betreut werden. Es können aber auch Helferinnen und Helfer sein, die in die Wohnung kommen (siehe auch 1.7 und 4.5). Beides bietet den Angehörigen die Möglichkeit, Zeit für sich zur Verfügung zu haben. Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer werden für ihre Tätigkeit umfangreich ausgebildet und ständig von Fachkräften begleitet.

Welche Angebote es in Ihrer Stadt / Gemeinde gibt erfahren Sie bei der BeKo (siehe 1.2) unter [www.beko-giessen.de/angebotssuche](http://www.beko-giessen.de/angebotssuche). oder per Telefon 0641 9790090

## 11. Weitere zentrale Kontaktdaten

### 11.1 Ehrenamtliches Engagement

In einigen Städten und Gemeinden des Landkreises sind Ehrenamtslotsen aktiv. Sie führen engagierte Menschen und Betätigungsfelder zusammen. Bitte wenden Sie sich an ihre Stadt- oder Gemeindeverwaltung, um zu erfahren, welche Angebote es in Ihrer Kommune gibt.

Das Freiwilligenzentrum für Stadt und Landkreis Gießen, das vom Kreis finanziell unterstützt wird, hat es sich zur Aufgabe gemacht



- ehrenamtlich tätige Menschen zu beraten, zu begleiten und zu qualifizieren
- Netzwerke zu bilden
- Projekte zu entwickeln und zu begleiten
- Vereine zu beraten und fit zu machen

Freiwilligenzentrum für Stadt und Landkreis Gießen,  
Ludwigstraße 6, 35390 Gießen, Telefon: 0641 306 2258,  
E-Mail: [freiwilligenzentrum@giessen.de](mailto:freiwilligenzentrum@giessen.de), [www.freiwillig-sozial-aktiv-giessen.de](http://www.freiwillig-sozial-aktiv-giessen.de)

## 11.2 Lebenslanges Lernen

Die Kreisvolkshochschule (KVHS) hat ihren Sitz in Lich, bietet aber auch Kurse flächendeckend im Kreisgebiet an.

Die Kurse aus den Bereichen Gesellschaft, Politik, Kultur, Kreativität und Gesundheit, Sprachen und Beruf finden zu unterschiedlichen Tageszeiten statt, sodass auch für ältere Menschen immer eine passende Zeit dabei sein dürfte.

Volkshochschule Landkreis Gießen,  
Kreuzweg 33, 35423 Lich,  
Telefon: 0641 9390-5700,  
E-Mail: kvhs.giessen@lkgi.de,  
www.vhs-kreis-giessen.de



Auch ein Blick in das Programm der Volkshochschule der Stadt Gießen lohnt sich.

Volkshochschule der Stadt Gießen,  
Fröbelstraße 34, 35394 Gießen,  
Telefon: 0641 306-1467, -1469, -1472,  
E-Mail: vhs@giessen.de, www.vhs.giessen.de



## 11.3 Verbraucherzentrale Hessen-Beratungsstelle Gießen

Die Verbraucherzentrale bietet sowohl telefonische (nicht in allen Beratungsstellen) als auch individuelle Beratung nach Terminvereinbarung an. Sie berät zu allen Fragen aus den Bereichen Ernährung und Lebensmittel, Patientenrechte, Finanz-, Telekommunikations-, Gesundheits- und sonstigen Dienstleistungen.

Eine persönliche Beratung für Senioren lohnt sich z. B., wenn es darum geht, eine Versicherung abzuschließen oder auch, wenn man versehentlich eine Unterschrift geleistet hat, ohne zu wissen, dass man damit evtl. ein Abonnement abgeschlossen hat.

Aktuelle Ratgeber der Verbraucherzentralen, auch zu den Themen Pflege und Finanzen allgemein, Ernährung und Gesundheit finden sich im Ratgebershop unter [www.verbraucher.de/shop](http://www.verbraucher.de/shop)

Die meisten Ratgeber sowie die aktuellen Hefte der Stiftung Warentest stehen auch in der Beratungsstelle Gießen zu Verfügung.

Beratungsstelle Gießen, Südanlage 4 (neben der Kongresshalle),  
35390 Gießen, Telefon: 0641 76234 (keine telefonische Beratung),  
E-Mail: [giessen@verbraucher.de](mailto:giessen@verbraucher.de)  
Öffnungszeiten  
Di, Mi, Fr 10.00 - 13.00 Uhr  
Di, Mi 14.00 - 17.00 Uhr

## 11.4 Seniorenbeirat des Landkreises Gießen

Der Kreissenorenbeirat berät seit 2012 als Interessenvertretung der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger im Landkreis Gießen die Kreisgremien fachlich in grundsätzlichen Fragen der Seniorenarbeit und gibt Empfehlungen.

Im Seniorenbeirat des Landkreises sind Vertreterinnen und Vertreter aus allen gemeindlichen/städtischen Seniorenbeiräten (siehe 10.2) vertreten. Daneben gehören ihm Mitglieder der im Kreistag vertretenen Fraktionen, der Sozialdezernent sowie Vertreter der Wohlfahrtsverbände an. Weitere Mitglieder nehmen in beratender Funktion teil.

### Vorsitz:

- Hans-Ulrich Theiss (Seniorenbeirat Langgöns)

### Stellvertretende Vorsitzende:

- Inge Bietz (Seniorenbeirat der Stadt Gießen)
- Ulrich John (Seniorenbeirat Rabenau)

### Geschäftsführung:

- Ruth Hoffmann  
Kontakt  
Fachdienst Soziales und Senioren, Riversplatz 1-9, 35394 Gießen,  
Telefon: 0641 9390-9703, E-Mail: [ruth.hoffmann@lkgi.de](mailto:ruth.hoffmann@lkgi.de)





