



Landkreis Cuxhaven

## SENIORENWEGWEISER

Älter werden im Cuxland

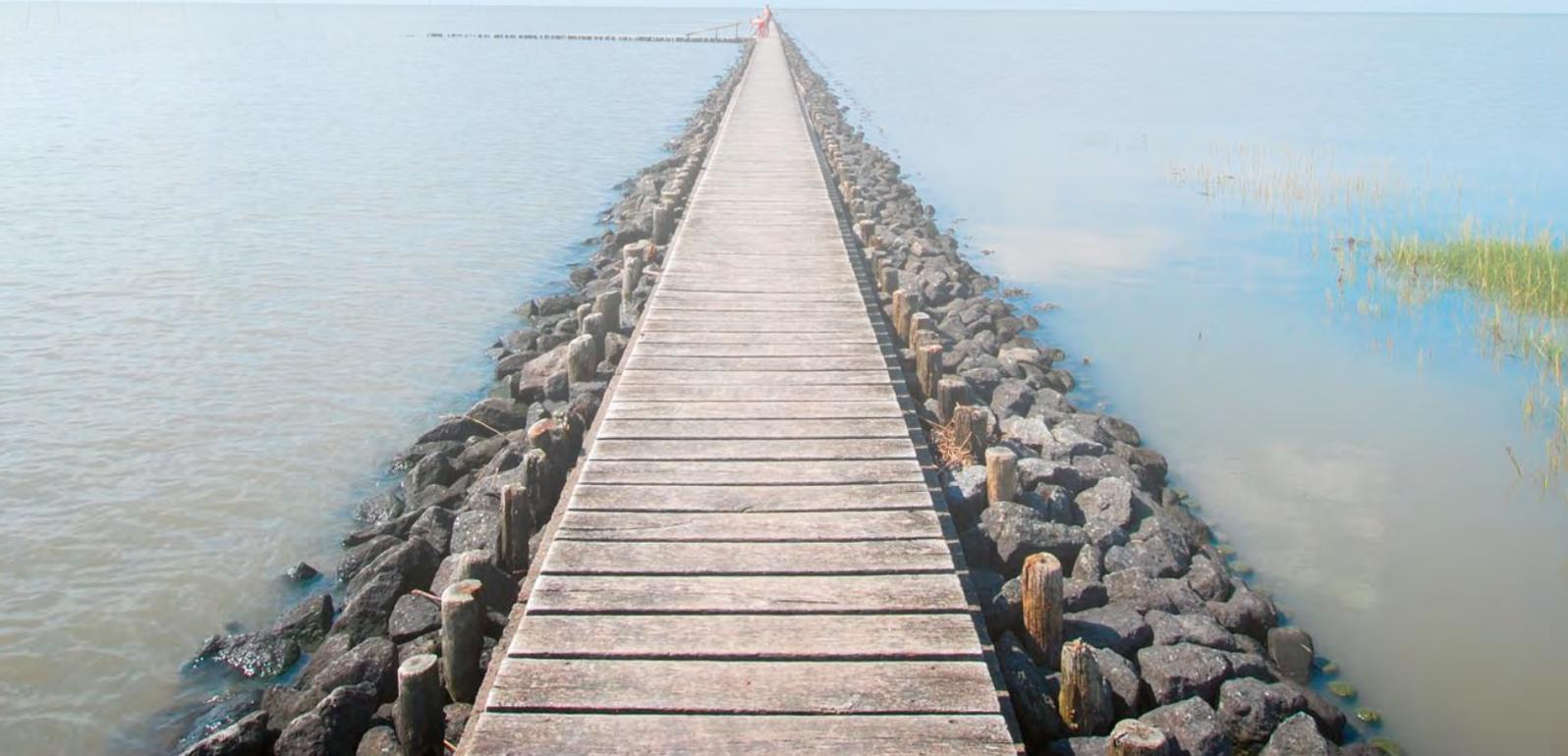


[www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de)

## **Wichtige Rufnummern auf einen Blick**

<b>Feuerwehr/Rettungsdienst/Notarzt</b>	<b>112</b>
<b>Polizei/Notruf</b>	<b>110</b>
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	<b>116 117</b>
<b>Augenärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	<b>0 41 41 - 98 17 87</b>
<b>Apotheken-Notdienst</b>	<b>0800 - 002 28 33</b>
<b>Telefonseelsorge (bundesweit, kostenlos, 24 Stunden täglich)</b>	<b>0800 - 1 11 01 11</b>

- ▶ **Wer meldet?**
- ▶ **Was ist passiert?**
- ▶ **Wo ist es passiert?**
- ▶ **Wie viele Personen sind beteiligt?**
- ▶ **Warten auf Rückfragen!**



Grußwort des Landrates und Oberbürgermeisters .....	3
Grußwort der Vorsitzenden des Seniorenbeirates und des Vorsitzenden des Beirates für Inklusion .....	4

## 1. Wir über uns

Der Seniorenbeirat stellt sich vor .....	5
Der Beirat für Inklusion stellt sich vor .....	6
Der Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven stellt sich vor .....	6

## 2. Auskunft und Beratung

### 2.1 Wohlfahrtsverbände

Arbeiterwohlfahrt .....	7
Caritasverband.....	7
Paritätischer Cuxhaven .....	7
Deutsches Rotes Kreuz.....	7
Diakonisches Werk Cuxhaven-Hadeln	
Geschäftsstelle Cuxhaven.....	7
Diakonisches Werk Cuxhaven-Hadeln	
Dienststelle Cadenberge .....	7
Diakonisches Werk des Kirchenkreises WEM ...	8

### 2.2 Sozialverbände

Der Sozialverband Deutschland	
Kreisverband Cuxhaven.....	8
Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen e.V.	8
Kreisverbandsgeschäftsstelle Cuxhaven .....	8

### 2.3 Beratungsstellen zu unterschiedlichen

#### Problemstellungen

Rentenversicherung .....	8
Verbraucherberatung .....	8
Schuldnerberatung .....	9
Telefonseelsorge.....	9
Hilfen für Schwerbehinderte.....	9
Euro-WC-Schlüssel .....	10

### 2.4 Frauenspezifisches

Gleichstellungsbeauftragte .....	10
Frauenberatung des Paritätischen Cuxhaven...	10
Frauenhaus des Paritätischen Cuxhaven.....	11
Beratungs- und Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt des Paritätischen Cuxhaven..	11

### 2.5 Sicherheit

Seniorinnen und Senioren als (mögliche) Verbrechensopfer .....	11
Polizeidienststellen .....	11
Verkehrssicherheitsberatung.....	12
Hilfen für Kriegsopfer und Opfer von Gewalttaten .....	12

### 2.6 Mobilität

Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV).....	12
Anrufsammeltaxi (AST).....	13
Fahrgemeinschaften.....	13
Cuxland Infoline.....	13
Die Bahn .....	13

### 2.7 Finanzielle Hilfen

Hilfen zur Gesundheit.....	14
Eingliederungshilfe für behinderte Menschen .....	14
Hilfen in anderen Lebenslagen.....	14
Grundsicherung .....	14
Landesblindengeld .....	15
Blindenhilfe .....	15
Ermäßigung von Telefongebühren.....	16
Rundfunkbeitragspflicht Ermäßigung / Befreiung.....	16

## 3. Betreuungsrecht und Vorsorge

3.1 Gesetzliche Betreuung .....	17
3.2 Vorsorgevollmacht u. Betreuungsverfügung ..	17

## 4. Gesundheit

4.1 Krankenhäuser.....	19
4.2 Fachspezifische Beratungsstellen.....	19
4.3 Selbsthilfe .....	20
4.4 Palliativ- und Hospizarbeit .....	21

## 5. Pflege

5.1 Beratung zur Pflege .....	23
5.2 Finanzielle Hilfen .....	24
5.3 Ambulante Pflegedienste.....	27
5.4 Tagespflegeeinrichtungen.....	28
5.5 Vollstationäre Einrichtungen .....	29
5.6 Anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag .....	30

## 6. Unterstützung zu Hause

6.1 Mahlzeitendienste- Essen auf Rädern.....	33
6.2 Hausnotrufsysteme .....	33
6.3 Mobile Dienste.....	33

## 7. Wohnen

7.1 Wohnen mit Service (Betreutes Wohnen).....	34
7.2 Seniorengerechte Wohnraumanpassung .....	34
7.3 Wohnhäuser und Wohngruppen für ältere Menschen mit Behinderungen .....	35
7.4 Schaffung von Mietwohnungen für ältere Menschen ab 60 Jahre, Menschen mit Behinderung sowie hilfe- und pflegebedürftige Menschen .....	35
7.5 Maßnahmen zur Reduzierung von Barrieren im Wohnungsbestand durch zinsgünstige Finanzierungsmittel – unabhängig vom Alter und von Einkommensgrenzen.....	35
7.6 Wohnberechtigungsschein .....	35
7.7 Wohngeld .....	36
7.8 Wohnberatung .....	36

## 8. Aktiv im Alter

8.1 Bewegung .....	37
8.2 Lesen .....	37
8.3 Weiterbildung .....	38

## 9. Städte und Gemeinden

9.1 Stadt Cuxhaven .....	41
9.2 Stadt Geestland .....	44
9.3 Gemeinde Beverstedt.....	46
9.4 Gemeinde Hagen im Bremischen .....	47
9.5 Gemeinde Loxstedt .....	48
9.6 Gemeinde Schiffdorf .....	50
9.7 Gemeinde Wurster Nordseeküste .....	51
9.8 Samtgemeinde Börde Lamstedt.....	53
9.9 Samtgemeinde Hemmoor .....	54
9.10 Samtgemeinde Land Hadeln .....	55

<b>Impressum</b> .....	57
------------------------	----



Landrat Kai-Uwe Bielefeld



foto-dänemann.com

Oberbürgermeister  
Dr. Ulrich Getsch

### Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

der Anteil der älteren Menschen an der Gesamtbevölkerung steigt stetig an. Erfreulich ist dabei besonders jedoch, dass gerade diese Menschen mehr denn je aktiv und eigenverantwortlich ihr Leben gestalten. Vielen von ihnen ist es wichtig sich aktiv für unser Gemeinwesen einzusetzen, sodass wir alle von dem Engagement, der Erfahrung und dem Wissen dieser Generation profitieren.

Doch neben dem „Aktiv im Alter“ rücken für Seniorinnen und Senioren sowie für Menschen mit Behinderungen auch Themen wie „Beratung und Hilfe“, „Betreuung und Pflege“ oder „Vorsorge“ in den Fokus.

An diese unterschiedlichen Zielgruppen wendet sich der „Seniorenwegweiser“. Die Broschüre soll Ihnen und Ihren Angehörigen eine Hilfe im Alltag bieten und die Suche nach Angeboten und Informationen erleichtern. Sie erhalten einen umfassenden Überblick über vorhandene Angebote und finden Kontaktdaten von Institutionen, bei denen Sie weitere, detaillierte Informationen zu den Themen rund um das Alter erhalten können.

Zugleich zeigt der Seniorenwegweiser Möglichkeiten für die „neuen jungen Alten“ auf, denen stärker als je zuvor die ehrenamtliche Mitgestaltung unseres Gemeinwesens im Landkreis Cuxhaven am Herzen liegt.

Gerne weisen wir auf die spezifischen Beratungsstellen hin, die Ihnen helfen aus der Fülle der Angebote das für Sie passende zu finden.

Unser Dank gilt den Vereinen und Verbänden sowie den Institutionen, die sich in das Netz von Angeboten und Dienstleistungen für ältere Menschen einbringen und sich täglich engagieren.

Besonders danken wir all denjenigen, die durch ihr ehrenamtliches Engagement das gesellschaftliche Zusammenleben bereichern und dafür sorgen, dass sich die älteren Menschen in unserem Landkreis wohl fühlen.

Wir freuen uns, Ihnen diesen Seniorenwegweiser präsentieren zu können und hoffen, dass er vielen Menschen eine wertvolle Hilfe im Alltag sein wird.

Ihr

Kai-Uwe Bielefeld  
Landrat

Ihr

Dr. Ulrich Getsch  
Oberbürgermeister

Landkreis Cuxhaven



Erika Diehl



Gerd Drewes

## Liebe Leser/innen des Seniorenwegweisers,

wir begrüßen Sie herzlich in dieser neuen Ausgabe mit vielen nützlichen und interessanten Themen, Angeboten und Informationen.

Wir, die Mitglieder des Seniorenbeirates des Landkreis Cuxhaven, haben es u.a. zu unserer Aufgabe gemacht sich für die Mitwirkung älterer Menschen am Leben in der Gemeinschaft einzusetzen und der Gefahr der Isolierung im Alter entgegenzuwirken.

In unseren Sitzungen sowie Tagungen versuchen wir die Probleme der Senioren zu erfassen und sie an die politischen Einrichtungen und Verwaltungen weiterzuleiten. Wir werben durch Aktionen und Veranstaltungen um Verständnis für die Belange der Senioren/innen.

Wir beschäftigen uns intensiv mit der Mobilität, Anrufsammeltaxen (AST), Verkehrsproblemen mit Bus und Bahn sowie die Verkehrssicherheit auf Straßen und Wegen. Unsere Themen sind auch die Seniorenheime und Wohngemeinschaften. Der Wunsch der meisten Menschen ist es, so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung wohnen zu können. Jedoch mit zunehmenden Alter verändert sich nicht nur unser Körper, sondern auch unsere Lebensgewohnheiten und auch die Ansprüche an unser Umfeld verändern sich. Hier bieten wir Ihnen auf Anfrage im Senioren- und Pflegestützpunkt kostenfreie Wohnberatungen an.

Bei all diesen Themen mit den dazugehörigen Problemen, die das Alter mit sich bringen kann, arbeiten wir auch mit dem Beirat für Inklusion zusammen. Denn im Mittelpunkt des Inklusionsgedanken steht das Menschenrecht auf uneingeschränkte Teilhabe an allen Aspekten des gesellschaftlichen Lebens. In der Broschüre finden Sie hilfreiche Tipps für ältere Menschen mit und ohne Behinderung. Der Seniorenwegweiser soll Ihnen dabei helfen einer Isolierung entgegenzuwirken. Auch in Ihrem Umfeld gibt es viele Einrichtungen mit unterschiedlichen Angeboten zur Teilnahme. Sicherlich ist auch für Sie etwas dabei – scheuen Sie sich nicht Kontakte zu knüpfen.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre und vielfältige Anregungen.

Erika Diehl  
Vorsitzende des Seniorenbeirates  
im Landkreis Cuxhaven

Gerd Drewes  
Vorsitzender des Beirates für Inklusion  
im Landkreis Cuxhaven

## Der Seniorenbeirat stellt sich vor

Der Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven ist eine neutrale und unabhängige Interessenvertretung aller Seniorinnen und Senioren im Landkreis Cuxhaven. Seniorenbeiräte bilden sich, angefangen auf der städtischen oder gemeindlichen Ebene über den Seniorenbeirat des Landkreises bis hin zum Landes-seniorenbeirat und der Bundesvertretung.

Vorrangiges Ziel der Arbeit der Seniorenbeiräte ist der Erhalt, die Förderung und Unterstützung eines selbst bestimmten Lebens im Alter. Dabei wird das Miteinander der Generationen nicht aus den Augen verloren und in die Arbeit einbezogen.

Die Seniorenbeiräte vertreten die Belange der Seniorinnen und Senioren gegenüber der Verwaltung, der Politik und allen anderen zuständigen Stellen und Trägern, die sich auf dem Gebiet der Altenhilfe betätigen. Diese Vertretung findet auch über ein beratendes Mandat im Ausschuss für Soziales, Familie, Gesundheit und Gleichstellung des Kreistages statt, in dem die Stimme des Seniorenbeirates wohlwollend gehört wird. Darüber hinaus bringt sich der Beirat über Gespräche, Vorträge, Diskussionen, seine Sitzungen an verschiedenen Sitzungsorten und nicht zuletzt über die Presse in die Gesellschaft ein.

Der Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven hält in der Regel über das Jahr verteilt vier Sitzungen ab. Die Sitzungen sind grundsätzlich öffentlich und der Beirat freut sich ausdrücklich über Zuschauerinnen und Zuschauer in seiner Sitzung. Die Sitzungstermine werden über die örtliche Presse bekannt gegeben und sind auch auf der Homepage des Landkreises Cuxhaven einsehbar.

Sollten Sie Fragen oder Hinweise zu den Aufgabebereichen der Seniorenbeiräte haben oder sollten Sie an der Mitarbeit in einem Seniorenbeirat interessiert sein, können Sie sich an Ihren Seniorenbeirat wenden. Ob in Ihrer Stadt/Gemeinde ein Seniorenbeirat existiert, erfahren Sie bei der für Sie zuständigen Stadt- oder Gemeindeverwaltung.

### Kontakt:

Erika Diehl (Vorsitzende)  
 Silberseestraße 58  
 27619 Schiffdorf-Wehdel  
 Telefon: 04749 - 82 96  
 E-Mail: erika-diehl@freenet.de



Von links nach rechts – hintere Reihe: Inge Bühner, Günter Strohauser, Hans Verlaan, Erika Diehl, Bernhard Riemke, Anna Maria Höchtl, Inge Meinke – vordere Reihe: Wilfried Helke (in Vertretung), Peter Fichtner, Lutz Pickartz, Friedel Dohrmann, Renate Gätje, Elke Oellerich, Annette Faße (Kreistagsabgeordnete). Es fehlen: Wilfried Dieckmann, Rolf Dienst, Käte Heins, Arnold Plesse.

## Der Beirat für Inklusion stellt sich vor

Der Beirat für Inklusion des Landkreises Cuxhaven (ehem. Beirat für Menschen mit Behinderungen) hat die Aufgabe sich für die Inklusion aller Menschen im Landkreis Cuxhaven einzusetzen, deren Rechte zu wahren und damit der Gefahr von Isolierung entgegenzuwirken.

Dazu zählen insbesondere:

- Vertretung der Ziele der Inklusion gegenüber der Verwaltung, dem Kreistag und seinen Ausschüssen
- Kontaktpflege mit allen relevanten Einrichtungen, Diensten und Organisationen
- Unterrichtung der Öffentlichkeit in Fragen von Inklusion und Teilhabe
- Vermittlung von Beratung
- Unterstützung der Hilfe zur Selbsthilfe

Der Beirat arbeitet überparteilich und ist an Weisungen nicht gebunden. Zur Unterstützung in der Erledigung seiner Aufgaben wird ihm ein Sitz mit beratender Stimme im Ausschuss für Soziales, Familie, Gesundheit und Gleichstellung des Landkreises Cuxhaven eingeräumt. Diese Aufgabe übernimmt derzeitig der Vorsitzende, Herr Gerd Drewes.

Der Beirat für Inklusion (aktuelle Amtszeit 2017-2021) besteht zurzeit aus 15 ordentlichen Mitgliedern, 6 Vertreter/-innen und 2 beratenden Mitgliedern.

Der Beirat hält in der Regel über das Jahr verteilt vier Sitzungen ab. Die Sitzungen sind grundsätzlich öffentlich und der Beirat freut sich ausdrücklich über Zuschauerinnen und Zuschauer in seiner Sitzung. Die Sitzungstermine werden i.d.R. über die örtliche Presse bekannt gegeben und sind auch auf der Homepage des Landkreises Cuxhaven einsehbar.

### **Kontakt:**

Gerd Drewes (Vorsitzender)  
Schützenstraße 20, 21745 Hemmoor  
Telefon: 04771 - 34 96  
E-Mail: hemmoor@gerddrewes.de

Landkreis Cuxhaven  
Sozialplanungsreferat  
Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Jennifer Burkert  
Telefon: 04721 - 66 23 96  
E-Mail: j.burkert@landkreis-cuxhaven.de

## Der Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven stellt sich vor

Der Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven ist eine neutrale und unabhängige Informations- und Beratungsstelle für ältere Menschen. Die Mitarbeiterinnen unterstützen Seniorinnen und Senioren, gesetzlich versicherte Pflegebedürftige und Angehörige bei allen Fragen rund um das Thema Pflege, Älterwerden, Wohnen und ehrenamtliches Engagement. Die vertrauliche und kostenlose Beratung ist darauf ausgerichtet, dass Betroffene so lange wie möglich in ihrem Zuhause gepflegt und versorgt werden können. Beraten wird zu den Finanzierungsmöglichkeiten, Antragstellungen, Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige und zu ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen.

Darüber hinaus fördert der Senioren- und Pflegestützpunkt die Potenziale des Alters, indem er das ehrenamtliche Engagement von und für Senioren unterstützt. Dies geschieht durch regelmäßige Qualifizierungen ehrenamtlicher Seniorenbegleiterinnen und -begleiter sowie Wohnberaterinnen und -berater.

Die Beratungen erfolgen telefonisch, im Büro des Senioren- und Pflegestützpunktes oder bei Bedarf auch als Hausbesuch.

### **Kontakt:**

Landkreis Cuxhaven  
Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen  
Vincent-Lübeck-Straße 2  
27474 Cuxhaven  
www.landkreis-cuxhaven.de

Gabriele Knabe  
Telefon: 04721 - 66 22 61  
E-Mail: g.knabe@landkreis-cuxhaven.de

Beate Vetter  
Telefon 04721 - 66 22 59  
E-Mail: b.vetter@landkreis-cuxhaven.de

Älteren und beeinträchtigten Menschen und deren Angehörige steht zu den unterschiedlichsten Fragen des täglichen Lebens ein umfangreiches Informationsangebot zur Verfügung. Die nachstehenden Beratungsstellen bieten Auskunft und Hilfe für verschiedene Lebenslagen.

### 2.1 Wohlfahrtsverbände

#### Arbeiterwohlfahrt

Westerwischweg 89, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 39 50 330  
E-Mail: kreisverband@awo-cuxland.de  
www.awo-kreisverband-cuxhaven.de

- Mobiler Sozialer Hilfsdienst (MSHD)
- Niedrigschwellige Betreuung
- Mutter-Vater-Kind Kurberatung und -vermittlung
- Seniorenberatung

#### Caritasverband

Kirchenpauerstraße 15, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 62 982  
E-Mail: info@caritas-cuxhaven.de  
www.caritas-cuxhaven.de

- allgemeine soziale Beratung
- Migrationsberatung
- Flüchtlings- und Integrationsberatung
- Anerkennungs- und Qualifizierungsberatung
- Sprachvermittler-Projekt
- Begegnungen und Austausch im internationalen Frauencafé Cuxhaven und der Interreligiösen Dialoggruppe
- Begleitung des Integrationspatenprojekts

#### Der Paritätische

Kirchenpauerstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 57 93-0  
E-Mail: cuxhaven@paritaetischer.de  
www.paricux.de

- Allgemeine Sozialberatung
- Essen auf Rädern
- Mobiler Putzdienst
- Lieferservice
- Betreuungs- und Entlastungsdienste
- Hilfen bei Demenz
- Selbsthilfegruppen
- Frauenberatung
- Frauenhaus
- Frauennotruf
- Beratungs- und Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt (BISS) des Paritätischen

#### Deutsches Rotes Kreuz

##### DRK Kreisverband Wesermünde

Zum Feldkamp 9, 27629 Schiffdorf  
Telefon: 04706 - 189-0  
E-Mail: info@drk-kv-wesermuende.de  
www.drk-wem.de

##### DRK Kreisverband Cuxhaven

Meyerstraße 49, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 42 24-0  
E-Mail: info@drk-cuxhaven-hadeln.de  
www.drk-cuxhaven-hadeln.de

##### DRK Kreisverband Land Hadeln

Am Großen Specken 14, 21762 Otterndorf  
Telefon: 04751 - 99 09-0  
E-Mail: info@drk-cuxhaven-hadeln.de  
www.drk-cuxhaven-hadeln.de

#### Diakonisches Werk Cuxhaven-Hadeln

##### Dienststelle Cuxhaven

Marienstraße 50, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 56 04-0  
E-Mail: verwaltung@dw-cux.de  
www.kirche-landhadeln.de

- Allgemeine Sozialberatung
- Psychosoziale Beratung
- Lebens- und Paarberatung
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Soziale Schuldner- und Insolvenzberatung
- Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
- Frühstück für Senioren
- Wärmestube
- Bücherstube
- Litauenhilfe
- Café „Fluchtpunkt“
- Weihnachtliches Vorlesen im Schloss

##### Dienststelle Cadenberge

Claus-Meyn-Straße 2, 21781 Cadenberge  
Telefon: 04777 - 81 99  
E-Mail: dw.land-hadeln@evlka.de  
www.kirche-landhadeln.de

- Allgemeine Sozialberatung
- Psychosoziale Beratung
- Lebens- und Paarberatung
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Soziale Schuldner- und Insolvenzberatung
- Kleiderkammer

### Diakonisches Werk des Kirchenkreises Wesermünde

Geschäfts- und Beratungsstelle  
Mattenburger Straße 30,  
27624 Geestland  
Telefon: 04745 - 78 34 - 200  
E-Mail: post@dw-wem.de  
www.kirche-wesermuende.de

- Allgemeine Sozialberatung
- Psychosoziale Beratung
- Soziale Schuldnerberatung
- Ehe-, Paar- und Lebensberatung
- Ambulanter Hospizdienst
- Trauercafé

### 2.2 Sozialverbände

Die Sozialverbände beraten ihre Mitglieder und vertreten deren Interessen bei individuellen Problemen unter anderem zu den Themen Rente, Gesundheit, Pflege, Behinderung, Armut, Generationen und Familie. Ihr in diesem Zusammenhang erworbenes Wissen bringen sie auch in die Bundes- und Landesparlamente ein. Durch ihr breit gefächertes Netz an Beratungsstellen bieten sie Hilfe und Unterstützung vor Ort an.

Ortsverbände siehe unter „Städte und Gemeinden“

#### Der Sozialverband Deutschland

##### Kreisverband Cuxhaven

Zentrumstraße 1, 21745 Hemmoor  
Telefon: 04771 - 25 47  
E-Mail: Gerd.Drewes@sovd-cuxhaven.de

#### Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen e.V.

##### Kreisverbandsgeschäftsstelle Cuxhaven

Segelckestraße 45-47, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 63 66  
E-Mail: gs-cuxhaven@vdk.de

### 2.3 Beratungsstellen zu unterschiedlichen Problemstellungen

#### Rentenversicherung

Um von Anfang an, also mit Beginn des Rentenanspruchs, das Rentenleben genießen zu können, ist es wichtig, sich rechtzeitig um die Beantragung der Rente zu kümmern, denn Leistungen der gesetzlichen Rentenversicherung werden grundsätzlich nur auf Antrag gewährt. Die Anträge werden von verschiedenen Stellen entgegengenommen, die auch die hierfür erforderlichen Vordrucke bereithalten und Hilfe dazu anbieten. Von einer rechtzeitigen Antragstellung hängt der Beginn einer Rente ab. Deshalb kann es zweckmäßig sein, den Antrag zunächst formlos – z. B.

telefonisch oder per E-Mail – zu stellen, um so eine etwaige Frist einzuhalten und den frühestmöglichen Rentenbeginn zu erreichen.

Eine Rentenzahlung erfolgt bisher ab dem 65. Lebensjahr (Regelaltersgrenze). Seit 2012 wird die Altersgrenze in kleinen Schritten auf das 67. Lebensjahr angehoben. Daneben gibt es aber verschiedene Möglichkeiten eine vorzeitige Altersrente zu beziehen.

Um sich hierüber beraten zu lassen oder einen Rentenantrag zu stellen, können Sie beim Versicherungsamt des Landkreises Cuxhaven einen Termin vereinbaren. Dabei erfahren Sie auch, welche Unterlagen Sie mitbringen müssen. Ein Merkblatt hierzu finden Sie auch auf der Homepage des Landkreises unter [www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de), „Wir für Sie“, Formulare -Anträge unter dem Buchstaben V.

Außerdem bietet die Deutsche Rentenversicherung wöchentlich einen Sprechtag in den Räumlichkeiten des Kreishauses an. Termine hierzu vergibt ebenfalls das Versicherungsamt.

Zudem besteht die Möglichkeit sich bei der Auskunft- und Beratungsstelle der Deutschen Rentenversicherung in Bremerhaven beraten zu lassen oder Anträge zu stellen.

Weitere Informationen hierzu gibt es auch im Internet auf den Seiten der Deutschen Rentenversicherung unter [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de).

An alle genannten Stellen können Sie sich auch wenden, wenn Sie Fragen rund um die Hinterbliebenenrente haben oder einen solchen Antrag stellen wollen.

#### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
Versicherungsamt  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 20 54  
E-Mail: d.roemer@landkreis-cuxhaven.de  
E-Mail: ul.gaertner@landkreis-cuxhaven.de

Auskunfts- und Beratungsstelle der  
Deutschen Rentenversicherung  
Bürgermeister-Martin-Donandt-Platz 13,  
27568 Bremerhaven  
Telefon: 0471 - 94 753-0

#### Verbraucherberatung

Ob Ärger mit Handwerkern und Kaufverträgen, Fragen zu Versicherungen und Finanzen oder unseriösen Haustürgeschäften – die Verbraucherzentrale Niedersachsen berät individuell und anbieterunabhängig zu vielen Fragen, die für private Verbraucher wichtig sind. Niedersachsenweit werden die Leistungen jährlich von rund 1,2 Mio. Verbrauchern in Anspruch genommen.

In der Beratungsstelle Stade können sich Verbraucher zu folgenden Themenbereichen beraten lassen: Verbraucherrecht, Telefon und Internet, Fach- und Rechtsberatung zu Kauf-, Dienstleistungs- und Hand-

werkerverträgen sowie Telefonanbieterwechsel, Mobilfunkrechnungen, Internetfallen und Energielieferverträgen, Finanzen und Versicherungen: Allgemeiner Versicherungs-Check sowie Beratung zu Lebens-, Sach-, Risiko-, und Berufsunfähigkeitsversicherungen, zu Kapital- und Geldanlagen sowie privater Altersvorsorge, Bauen, Wohnen und Energie: Beratung zu Energieeinsparung, Basis-, Gebäude-, Brennwert-, Detail-, Heiz-, und Solarwärme-Check sowie Baurechtsberatung und Immobilienfinanzierung.

### **Kontakt:**

Verbraucherzentrale Niedersachsen  
Pferdemarkt 3, 21682 Stade  
Telefon: 0511 – 91 19 60  
Telefon: 04141 – 44 944  
[www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/Stade](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/Stade)

### **Schuldnerberatung**

Bei unvorhersehbaren persönlichen Ereignissen (z.B. schwere Erkrankung, Tod des Partners), aber auch bei allmählich eintretender Verschuldung durch ggf. unwirtschaftliches Konsumverhalten, Suchterkrankung etc., kann es bei Familien und Alleinstehenden zu finanziellen Schwierigkeiten kommen, weil das frei verfügbare Einkommen drastisch absinkt. Die Auswirkungen dieser schlechten finanziellen Situation führen häufig zu Konfliktsituationen. Die Schuldnerberatung bietet Hilfe bei akuten Problemen an und leitet die sich daraus ergebenden Schritte ein. Im Einzelnen gehören hierzu die Tatsachenfeststellung und Auswertung, Erstellen einer Haushaltsrechnung, Erfassung sämtlicher Schuldverpflichtungen, Verhandlungen mit den Gläubigern in Hinblick auf Ratenzahlungsvereinbarungen, Ratenminderungen, Stundung, Vergleich usw..

### **Diakonisches Werk des Ev.-luth. Kirchenkreises Cuxhaven-Hadeln**

#### **Beratungsstelle Cuxhaven**

Marienstraße 50, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 56 04 10

### **Diakonisches Werk des Ev.-luth. Kirchenkreises Cuxhaven-Hadeln**

#### **Beratungsstelle Cadenberge**

Klaus-Meyn-Straße 2, 21781 Cadenberge  
Telefon: 04777 - 81 99

### **Betreuungsverein Bremerhaven e.V.**

#### **Beratungsstelle Cuxhaven**

Kirchenpauerstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 57 93 55

### **Diakonisches Werk des Kirchenkreises Wesermünde**

Geschäfts- und Beratungsstelle  
Mattenburger Straße 30, 27624 Geestland  
Telefon: 04745 - 78 34-200

### **Telefonseelsorge**

Die TelefonSeelsorge Elbe-Weser ist eine Einrichtung des Sprengels Stade der Ev. Luth. Landeskirche Hannover. Der Hauptdienstort befindet sich in Bad Bederkesa. Zusätzlich gibt es eine Niederlassung in Stade. Die Telefonseelsorge ist für jeden da, zu jeder Zeit. Das Telefonat ist kostenfrei. Es gibt keinen Einzelbindungsnachweis. Niemand wird nach seinem Namen gefragt. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der TelefonSeelsorge sind sorgfältig ausgewählt und ausgebildet. Zu ihrem Schutz bleiben auch sie anonym.

TelefonSeelsorge Elbe-Weser  
Postfach 1121  
27620 Geestland  
Telefon: 04745 - 60 29  
E- Mail: [ts.elbe-weser@evlka.de](mailto:ts.elbe-weser@evlka.de)

Die TelefonSeelsorge Elbe-Weser ist Tag und Nacht erreichbar, auch an Wochenenden und Feiertagen.

Telefon: 0800 - 111 0 111

Die Chat Seelsorge ist im Internet unter: [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de) zu finden.

### **Hilfen für Schwerbehinderte**

Personen, die aufgrund körperlicher, psychischer oder geistiger Leiden beeinträchtigt sind, können beim zuständigen Versorgungsamt die Feststellung ihrer Behinderung und im Falle der Schwerbehinderung (Grad der Behinderung von mindestens 50) die Ausstellung eines entsprechenden Ausweises beantragen, in dem der Grad der Behinderung vermerkt wird.

Des Weiteren wird ggf. auch das Vorliegen der gesundheitlichen Voraussetzungen für sogenannte Nachteilsausgleiche festgestellt und im Ausweis vermerkt (z.B. blind, hilflos, erheblich oder außergewöhnlich gehbehindert, ständige Begleitung notwendig, um an öffentlichen Veranstaltungen teilzunehmen).

Feststellung der Behinderung und Ausweisausstellung sind vermögens- und einkommensunabhängig. Die Antragsformulare sind beim Nds. Landesamt für Soziales, Jugend und Familie, Außenstelle Verden, Marienstraße 8, 27283 Verden, im Kreishaus und in den Rathäusern erhältlich.

### **Nds. Landesamt für Soziales, Jugend und Familie**

Außenstelle Verden  
Telefon: 04231 - 140  
[www.soziales.niedersachsen.de](http://www.soziales.niedersachsen.de)

### **Landkreis Cuxhaven**

Amt Soziale Leistungen  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 23 06  
[www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de)



### **Der Sozialverband Deutschland Kreisverband Cuxhaven**

Zentrumstraße 1, 21745 Hemmoor

Telefon: 04771 - 25 47

E-Mail: Gerd.Drewes@sovd-cuxhaven.de

### **Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen e.V. Kreisverbandsgeschäftsstelle Cuxhaven**

Segelckestraße 45-47, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 66 63 66

E-Mail: gs-cuxhaven@vdk.de

### **Euro-WC-Schlüssel**

Der WC-Schlüssel öffnet beinahe alle Autobahn-, Raststätten- und Bahnhofstoiletten sowie öffentliche Toiletten in Fußgängerzonen, Museen oder Behörden vieler Städte im In- und europäischen Ausland.

Ausgehändigt wird der Schlüssel ausschließlich an Menschen, die auf behindertengerechte Toiletten angewiesen sind. Das sind z.B. außergewöhnlich Gehbehinderte, Rollstuhlfahrer, Stomaträger, Blinde, Schwerbehinderte, die hilfsbedürftig sind und gegebenenfalls eine Hilfsperson brauchen oder an Multipler Sklerose, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa erkrankte Menschen und Menschen mit chronischer Blasen- /Darmerkrankung.

Der deutsche Schwerbehindertenausweis gilt als Berechtigung, wenn das Merkzeichen aG, B, H, oder BL oder das Merkzeichen G und 70% aufwärts, 80, 90 oder 100% enthalten ist. Wenn eine Behinderung nicht anders nachgewiesen werden kann, wird auch ein ärztlicher Nachweis als ausreichend angesehen.

Der Euro-WC-Schlüssel ist kostenpflichtig und zu beziehen über den:

### **Selbsthilfeverein „Club Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt und Umgebung e.V.“ (CBF)**

Pallaswiedenstraße 123a, 64293 Darmstadt

Telefon: 06151 - 81 22 10

www.cbf-da.de

### **Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. (BSK).**

Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim

Telefon: 06294 - 42 81-70

E-Mail: bestellung@bsk-ev.org

## 2.4 Frauenspezifisches

### **Gleichstellungsbeauftragte**

Das Älterwerden vollzieht sich nicht geschlechtsneutral. Frauen und Männer altern unterschiedlich. Die Lebenssituation von Frauen und Männern ist gera-

de im Alter sehr differenziert. Die Lebenserwartung von Frauen ist etwa sieben Jahre höher als die der Männer. Während Witwen häufig ohne einen neuen Lebensgefährten bleiben, gehen Witwer vielfach eine weitere Lebensgemeinschaft ein. Selbst erworbene Rentenansprüche von Frauen sind – oft bedingt durch Familien- und Hausarbeit, Pflegezeiten von Angehörigen und Teilzeitarbeit – deutlich geringer. Die Gleichstellungsbeauftragten verstehen sich auch als Sprachrohr für Frauen im Alter und bieten Unterstützung an. Wenn Sie Informationen oder Beratung benötigen bei der Durchsetzung Ihrer Rechte oder die Situation von Frauen verbessern möchten, wenden Sie sich an Ihre örtliche Gleichstellungsbeauftragte oder an die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Cuxhaven. Diese bringt sich ein zu frauenrelevanten Themen, fördert frauenspezifische Maßnahmen und informiert über das vielfältige Angebot gesellschaftlichen und sozialen Engagements in dieser Region sowie über das Beratungsnetz und Hilfsangebote von Gruppen, Organisationen und Institutionen.

Gleichstellungsbeauftragte sind Ansprechpartnerinnen für Frauen jeden Alters. Ihre Aufgabe ist es, zur Verwirklichung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern beizutragen und Benachteiligungen abzubauen.

Über die nachfolgenden Adressen der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises und der Stadt Cuxhaven erhalten Sie auch die Anschrift der Gleichstellungsbeauftragten Ihrer Wohnortgemeinde.

### **Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Cuxhaven**

Angelika Becker

Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 66 22 82

E-Mail: a.becker@landkreis-cuxhaven.de

### **Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Cuxhaven**

Heike Bach

Rathausplatz 1, 27472 Cuxhaven

Telefon: 0 47 21 – 70 06 65

E-Mail: heike.bach@cuxhaven.de

### **Frauenberatung des Paritätischen Cuxhaven**

Das Beratungsangebot richtet sich an Frauen in Problem- und Notsituationen. Sie erhalten vertrauliche und kostenlose Beratung in Krisensituationen.

Ansprechpartnerin:

Anne Henze

Kirchenpauerstraße 1, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 57 93 92

E-Mail: anne.henze@paritaetischer.de

### Frauenhaus des Paritätischen Cuxhaven

Frauen, die von häuslicher Gewalt bedroht und/oder betroffen sind, finden mit ihren Kindern Zuflucht im Frauenhaus. Die Aufnahme ist Tag und Nacht sowie an Feiertagen und am Wochenende zu jeder Zeit möglich.

Kontaktaufnahme über den  
Frauennotruf: 04721 - 57 93 93

### Beratungs- und Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt des Paritätischen Cuxhaven

Die Beratungs- und Interventionsstelle (BISS) gegen häusliche Gewalt im Landkreis Cuxhaven richtet sich mit ihrem Angebot an von häuslicher Gewalt Betroffene.

Unser Angebot:

- Schnelle Hilfe und Unterstützung in einer akuten Krisensituation
- Information über das Gewaltschutzgesetz und über die Inanspruchnahme weiterer zivilrechtlicher Schutzmaßnahmen
- Entwicklung eines ersten, individuellen Sicherheitsplanes

Ansprechpartnerin:

Ulrike Reiter

Telefon: 04745 - 78 25 920

E-Mail: [bederkesa.biss@paritaetischer.de](mailto:bederkesa.biss@paritaetischer.de)

## 2.5 Sicherheit

### Seniorinnen und Senioren als (mögliche) Verbrechensopfer

Auch und manchmal gerade Seniorinnen und Senioren werden Opfer von Dieben und Betrügern. An dieser Stelle kann nur auf einige wenige, jedoch häufig wiederkehrende Gefahren aufmerksam gemacht werden. Häufig wird unter Vorspiegelung falscher Tatsachen versucht, sich Zutritt zu Ihrer Wohnung zu verschaffen. Sie sind daher kein schlechter Mensch, wenn Sie dieses Begehren abweisen bzw. die evtl. gewünschte Hilfe vor der Wohnungs- oder Haustür anbieten. Behördenvertreter oder sonstige Beauftragte von z.B. Elektrizitäts-, Gas- oder Wasserwerken, Krankenkassen etc. können sich ausweisen. Diesen Ausweis sollten Sie sich zeigen lassen und aufmerksam prüfen. Ggf. erkundigen Sie sich telefonisch bei der entsendenden Behördenstelle. Soweit möglich, holen Sie eine Person Ihres Vertrauens hinzu. Von sogenannten Haustürgeschäften können Sie als Kundin / Kunde Ihre Erklärung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen und ohne irgendwelche weiteren Verpflichtungen schriftlich widerrufen. Grundsätzlich wird Ihnen jedoch jeder seriöse Anbieter die vertraglichen Unterlagen vorerst zur Prüfung einige Tage überlassen. Sollten Sie einige Tage verreisen, vertrauen Sie

dieses evtl. einem guten Nachbarn an, damit dieser während Ihrer Abwesenheit auf evtl. verdächtige Vorkommnisse reagieren kann. Dieses gilt auch unter umgekehrtem Vorzeichen, wenn Sie ungewöhnliche, laute Geräusche in der Nachbarschaft wahrnehmen, sollte lieber einmal mehr nachgefragt oder – gesehen werden, ob alles in Ordnung ist. Zur sicherheitstechnischen und verhaltensorientierten Beratung der Kriminalitätsprävention wenden Sie sich an die

Polizeiinspektion Cuxhaven

– Beauftragter für Kriminalprävention –

Werner-Kammann-Straße 8, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 573-305

E-Mail: [praevention@pi-cux.polizei.niedersachsen.de](mailto:praevention@pi-cux.polizei.niedersachsen.de)

Dort können Sie auch entsprechende Broschüren erhalten.

### Polizeidienststellen

Der Polizeiinspektion Cuxhaven mit Sitz in Cuxhaven sind die Polizeikommissariate in Geestland, Hemmoor und Schiffdorf sowie deren Polizeistationen zugeordnet.

### Polizeiinspektion Cuxhaven

Werner-Kammann-Straße 8, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 573-0

Nachgeordnete Polizeistationen:

Polizeistation Altenwalde

Polizeistation Ihlienworth

Polizeistation Nordholz

Polizeistation Otterndorf

### Polizeikommissariat Hemmoor

Zentrumstraße 2, 21745 Hemmoor

Telefon: 04771 - 607-0

Nachgeordnete Polizeistationen:

Polizeistation Cadenberge

Polizeistation Lamstedt

### Polizeikommissariat Schiffdorf

Bohlenstraße 54, 27619 Schiffdorf

Telefon: 04706 - 948-0

Nachgeordnete Polizeistationen:

Polizeistation Beverstedt

Polizeistation Hagen

Polizeistation Loxstedt

### Polizeikommissariat Geestland

Sieverner Straße 1, 27607 Geestland

Telefon: 04743 - 928-0

Nachgeordnete Polizeistationen:

Polizeistation Bad Bederkesa

Polizeistation Dorum

Polizeistation Langen

### Verkehrssicherheitsberatung

Präventive Verkehrssicherheitsberatung erhalten Sie durch den Verkehrssicherheitsberater der Polizei.

Kontaktadresse:

Polizeiinspektion Cuxhaven

-Verkehrssicherheitsberater-

Werner-Kammann-Straße 8, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 573-259

E-Mail: [praevention@pi-cux.polizei.niedersachsen.de](mailto:praevention@pi-cux.polizei.niedersachsen.de)

### Hilfen für Kriegsoffer und Opfer von Gewalttaten

Opfer der beiden Weltkriege, deren Hinterbliebene und Opfer von Gewalttaten können bei gesundheitlichen Schäden einen Antrag auf Versorgung nach dem Bundesversorgungsgesetz stellen. Diese Leistung kann beim Nds. Landesamt für Soziales, Jugend und Familie, Außenstelle Oldenburg, Moslestraße 1, 26122 Oldenburg, beantragt werden.

### Nds. Landesamt für Soziales, Jugend und Familie

Außenstelle Oldenburg,

Telefon: 0441 - 22 29 0

[www.soziales.niedersachsen.de](http://www.soziales.niedersachsen.de)

Ist die Versorgung nach dem Bundesversorgungsgesetz nicht ausreichend, so können Leistungen der Kriegsofferfürsorge beansprucht werden. Diese Leistungen sollen helfen, die Folgen der Schädigungen zu überwinden. Sie werden zusätzlich zu der Grundversorgung nach dem Bundesversorgungsgesetz gewährt und sind zum Teil einkommens- und vermögensabhängig.

### Landkreis Cuxhaven

Amt Soziale Leistungen

Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 66 23 06

[www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de)

### WEISSER RING e.V.

Opfern von Kriminalität und Gewalt hilft der gemeinnützige Verein WEISSER RING schnell, unbürokratisch und direkt. Das Angebot kostenloser Unterstützung umfasst u.a. menschlichen Beistand und persönliche Betreuung nach der Tat, Hilfestellung im Umgang mit den Behördengängen, Begleitung zu Gerichtsterminen, Rechtsschutz zur Wahrung von Zeugenschutzrechten und zur Durchsetzung sozialrechtlicher Ansprüche, z.B. nach dem Opferentschädigungsgesetz, Erholungsaufenthalte für Opfer und ihre Familien sowie finanzielle Zuwendungen in tatbedingten Notlagen.

### WEISSER RING e.V.

**Außenstelle Stadt- und Landkreis Cuxhaven**

Frau Martin-y-Trojano

Telefon: 04721 - 44 48 93

### WEISSER RING e.V.

**Bundesgeschäftsstelle**

Weberstraße 16, 55130 Mainz

Telefon: 06131 - 83 03-0

E-Mail: [info@weisser-ring.de](mailto:info@weisser-ring.de)

[www.weisser-ring.de](http://www.weisser-ring.de)

Bundesweites Infotelefon und Opfernotruf:

01803 - 34 34 34

## 2.6 Mobilität

### Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV)

Aufgabenträger für den straßengebundenen öffentlichen Personennahverkehr ist der Landkreis Cuxhaven. Für das Stadtgebiet ist die Stadt Cuxhaven zuständig und eigene Aufgabenträgerin für den ÖPNV. Im Rahmen der Aufgabe ÖPNV hat der Landkreis Cuxhaven in seinem Gebiet eine ausreichende Versorgung mit Verkehrsleistungen sicherzustellen. Zusammen mit sieben weiteren Landkreisen wurde die Verkehrsgesellschaft Nord-Ost-Niedersachsen mbH, kurz VNO, als Planungs- und Managementgesellschaft, gegründet. In Zusammenarbeit mit anderen Verkehrsgesellschaften und -Verbänden, in erster Linie mit der Verkehrsgemeinschaft Nordost-Niedersachsen (VNN), wird gemeinschaftlich ein Verkehrsangebot entwickelt und das bereits vorhandene Angebot ständig optimiert.

Der Landkreis Cuxhaven gibt regelmäßig zusammen mit der VNN, der VNO und dem VBN (Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen) einen Fahrplan für das Landkreisgebiet und das Stadtgebiet Cuxhaven heraus. Dieser **Kreisfahrplan** und auch der Stadtfahrplan Cuxhaven bieten einen Überblick über das gesamte Bus- und Bahnangebot im Landkreis Cuxhaven und geben darüber hinaus viele weitere Informationen. Der Kreisfahrplan und der Stadtfahrplan sind in allen Bussen und Rathäusern sowie an zahlreichen weiteren Stellen erhältlich. Unter [www.vnn.de](http://www.vnn.de) stehen im Bereich Cuxhaven unter „Fahrpläne“ alle Linien auch zum Download zur Verfügung.

Für weitere Informationen stehen zur Verfügung:

### Verkehrsgesellschaft Nord-Ost-Niedersachsen mbH (VNO)

Inselstr. 1, 21682 Stade

Telefon: 04141 - 95 33-0

Internet: [www.vno-stade.de](http://www.vno-stade.de)

### Verkehrsgemeinschaft Nordost-Niedersachsen (VNN)

Harburger Str. 96, 21680 Stade

Telefon: 04141 - 525-252

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

### Landkreis Cuxhaven

Amt Bauaufsicht und Regionalplanung  
Stabsstelle ÖPNV  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66-24 43

### Stadt Cuxhaven

Fachbereich Straße und Verkehr  
Rathausstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 700 771

### Cuxland InfoLine

**01805-526 289 -die zentrale Nummer für den ÖPNV im Cuxland- oder auch kostengünstig unter 04748 - 94 90 29**

Der Landkreis Cuxhaven hat seit dem 01.06.2005 eine zentrale telefonische Fahrplan- und ÖPNV-Auskunftsnummer für das Kreisgebiet eingerichtet.

Unter der Nummer 01805 - 52 62 89 oder auch der Nummer 04748 - 94 90 29 erhält der Anrufer nicht nur Auskunft über die Busverbindungen im Landkreis Cuxhaven, sondern darüber hinaus werden alle die Mobilität betreffenden Fragen beantwortet oder weitere Ansprechpartner benannt. Außerdem wird auf Wunsch Informationsmaterial an Interessierte verschickt.

### Anrufsammeltaxi (AST)

AST-Systeme – eine bedarfsorientierte Verkehrsform – ergänzen insbesondere zu Zeiten und in Räumen schwacher Verkehrsnachfrage den öffentlichen Linienverkehr und stellen die Grundversorgung sicher. Das AST fährt nach einem festen Fahrplan, jedoch nur, wenn sich vorher – in der Regel 30 Minuten vor der im Fahrplan angegebenen AST-Abfahrtszeit – Fahrgäste telefonisch angemeldet haben. Die AST-Abfahrtsstellen sind im Fahrplan genau festgelegt; bei den Rückfahrten in die Wohnorte werden die Fahrgäste sogar bis vor die Haustür gebracht. Im Landkreis Cuxhaven haben alle Gemeinden AST-Systeme eingerichtet. Nur die Bereiche Nordholz der Gemeinde Wurster Nordseeküste und Bederkesa der Stadt Geestland verfügen derzeit noch nicht über ein AST-System, entsprechende Planungen zur Einrichtung von AST-Systemen sind aber aufgenommen worden. Nähere Informationen zu den AST's sind dem Kreisfahrplan oder Stadtfahrplan Cuxhaven zu entnehmen, bzw. können bei der jeweiligen Gemeindeverwaltung oder der Cuxland Infoline eingeholt werden.

Die AST-Verkehre der **Stadt Cuxhaven** sind im Stadtfahrplan enthalten. Die AST-Abfahrtsstellen sind im Fahrplan genau festgelegt; bei den Rückfahrten in die Wohnorte werden die Fahrgäste sogar bis vor die Haustür gebracht. Im Stadtgebiet Cuxhaven werden Personen mit einem „aG – Ausweis“ vom AST an der Haustür abgeholt, für alle anderen Fahrgäste beginnt

die AST-Fahrt an einer AST-Haltestelle. Weitere Informationen zum AST-Verkehr in der Stadt Cuxhaven gibt es im Internet unter [www.ast-cuxhaven.de](http://www.ast-cuxhaven.de).

### Fahrgemeinschaften

Viele Seniorinnen und Senioren können oder wollen aus vielerlei Gründen nicht mehr mit dem Fahrrad, den öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit dem eigenen Kraftfahrzeug fahren, sei es um Einkäufe zu erledigen, Veranstaltungen zu besuchen oder verwandtschaftliche oder freundschaftliche Kontakte zu pflegen. Seniorinnen oder Senioren, die motorisiert sind, sollten einmal überlegen, ob es nicht möglich wäre, den zuvor genannten, weniger mobilen Mitmenschen eine Mitfahrgelegenheit anzubieten. So kann ein gutes Stück Solidarität geübt werden und unter Umständen entstehen neue Kontakte und Bekanntschaften. Auch wäre eine Entlastung Ihrer „Reisekasse“ möglich.

Bereits seit dem 01.05.2007 ist für den Landkreis Cuxhaven unter der Internet-Adresse <http://cuxhaven.pendlerportal.de> ein Pendlerportal eingerichtet. Das Pendlerportal ist eine Internetplattform, auf der **kostenlos Mitfahrgelegenheiten angeboten und gesucht werden können**. Des Weiteren ist in das System eine Schnittstelle zur elektronischen Fahrplanauskunft für Bus und Bahn integriert, so dass der Nutzer in jedem Fall seinen persönlichen Pendlerplan erstellt bekommt.

### Die Bahn

#### Reiseplanung und Beratung

#### Generation 60plus

Service-Nummer **0180 - 6 99 66 33\***

rund die Uhr erreichbar

\*20 ct -Anruf aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct -Anruf

Hier erhalten Sie Auskünfte über Fahrpreise, Fahrpläne und weitere Serviceleistungen der Deutschen Bahn. Bei Betreuungsbedarf nach der Begrüßung das Stichwort „Betreuung“ nennen.

#### Mobilitätsservice-Zentrale 0180 - 6 512 512\*

#### für die Planung barrierefreier Reisen

täglich von 6:00 bis 22:00 Uhr erreichbar

\*20 ct -Anruf aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct -Anruf

[www.bahn.de/barrierefrei](http://www.bahn.de/barrierefrei)

Für die Planung barrierefreier Reisen erhalten mobilitätseingeschränkte Menschen (z.B. gehobende, gehörlose und schwerhörige, blinde und sehbehinderte Menschen, Menschen mit Lernschwierigkeiten, Menschen mit Greifbeeinträchtigung oder kleinkörperliche Menschen) in der Mobilitätsservice-Zentrale

Auskünfte zu geeigneten Zügen, der Barrierefreiheit von Bahnhöfen oder den Mindestumsteigezeiten. Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Mobilitätservice-Zentrale organisieren die notwendige Hilfe beim Ein-, Um- oder Aussteigen – Vorlaufzeit 1 Tag.

**Fahrplan- und Baustellen-Auskunft 0800 - 1 50 70 90**  
kostenlos

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

### 2.7 Finanzielle Hilfen

#### Hilfen zur Gesundheit

Für nicht krankenversicherte Personen können Leistungen u. a. als vorbeugende Gesundheitshilfe oder als Hilfe bei Krankheit erbracht werden. Die Leistungen entsprechen den Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung.

Auskunft:

Landkreis Cuxhaven  
Amt Soziale Leistungen  
Telefon: 04721 - 66 23 04

#### Eingliederungshilfe für behinderte Menschen

Menschen, die nicht nur vorübergehend wesentlich behindert oder von Behinderung bedroht sind, haben Anspruch auf Eingliederungshilfe zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft, zur Rehabilitation und zur Teilhabe am Arbeitsleben.

Je nach Art der Behinderung können Hilfsmittel, ambulante, teil- oder vollstationäre Leistungen in Betracht kommen.

Auskunft:

Landkreis Cuxhaven  
Amt Soziale Leistungen  
Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 22 80 und 66 22 86

#### Hilfen in anderen Lebenslagen

Als weitere Hilfen können unter Berücksichtigung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse Leistungen zur Weiterführung des Haushalts, der Blindenhilfe oder Hilfen in sonstigen Lebenslagen sowie Hilfen für eine erforderliche Bestattung in Betracht kommen.

Mögliche Kosten für eine Bestattung können nur anerkannt werden soweit den hierzu Verpflichteten nicht zugemutet werden kann die Kosten zu tragen.

Auskunft:

Landkreis Cuxhaven  
Amt Soziale Leistungen  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 23 04

#### Grundsicherung

Sozialhilfe in Form von **Grundsicherungsleistungen** können Personen mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland erhalten, die das

- 65. Lebensjahr vollendet haben oder
- 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage aus medizinischen Gründen **dauerhaft voll erwerbsgemindert** sind (zum Beispiel Beschäftigte im Arbeitsbereich einer Werkstatt für behinderte Menschen) und bei denen es unwahrscheinlich ist, dass die volle Erwerbsminderung behoben werden kann.

Der Bezug einer Rente wegen Alters oder voller Erwerbsminderung ist nicht Voraussetzung.

Anspruch auf Leistungen haben Personen,

- die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen bzw.
- aus dem Einkommen und Vermögen des nicht getrennt lebenden Ehegatten oder des eheähnlichen Partners – soweit es deren Eigenbedarf übersteigt – bestreiten können.

Nicht angerechnet werden Geldbeträge, soweit bei Alleinstehenden 5.000 EUR nicht überschritten werden; für Ehepaare oder eine eheähnliche Gemeinschaft liegt der Vermögensfreibetrag bei 10.000 EUR.

Unterhaltansprüche der Leistungsberechtigten gegenüber ihren Kindern und Eltern sind nicht zu berücksichtigen, es sei denn, deren jährliches Gesamteinkommen im Sinne des § 16 des Vierten Buches beträgt jeweils mehr als 100.000 Euro (Jahreseinkommensgrenze).

Keinen Anspruch auf Leistungen haben Personen,

- die Arbeitslosengeld I oder Arbeitslosengeld II beziehen,
- wenn das Einkommen von unterhaltspflichtigen Eltern oder Kindern jährlich einen Betrag von 100.000 EUR übersteigt,
- die ihre Bedürftigkeit innerhalb der vergangenen zehn Jahre vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführt haben (zum Beispiel durch Verschenken von Vermögen),
- die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten.

Der Bedarf umfasst

- den für den Antragsberechtigten maßgebenden **Regelsatz**,
- die **angemessenen** tatsächlichen Aufwendungen für Unterkunft und Heizung,
- ggf. anfallende **Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge**,
- bei Besitz eines Schwerbehindertenausweises oder eines Feststellungsbescheides mit dem Merkzeichen „G“ (auch mit Merkzeichen „aG“) einen Mehrbedarf von 17 Prozent des maßgebenden Regelsatzes,
- ggf. einen Mehrbedarf für kostenaufwändige Ernährung.

### Antragstellung und Kontakt:

Grundsicherungsleistungen sind abhängig von der individuellen Situation und Lebenslage der einzelnen Person. Für eine Antragstellung nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

Landkreis Cuxhaven  
 Amt Soziale Leistungen  
 Vincent-Lübeck-Str. 2, 27474 Cuxhaven  
 Telefon: 04721 - 66 21 84 oder 66 26 11

Ein Antrag kann auch in der Außenstelle des Landkreises abgegeben werden:  
 Rheinstraße 74, 27570 Bremerhaven  
 Telefon: 04721 - 66 27 41

### Landesblindengeld

Im Lande Niedersachsen erhalten seit dem 01.01.2007 wieder alle blinde Menschen Landesblindengeld.

Die Blindheit ist gem. §1 Abs. 3 LBIGG durch einen Feststellungsbescheid nach §69 Abs. 1 Satz 1 des Neunten Buchs des Sozialgesetzbuches (Schwerbehinderten-Ausweis mit dem Merkzeichen „BL“) nachzuweisen.

Das Blindengeld beträgt

- 375,00 € je Monat (ohne Altersstaffelung)

Hält sich der blinde Mensch in einer stationären Einrichtung auf, so verringert sich das Blindengeld auf 187,50 € je Monat; das gilt für alle Altersgruppen und ist unabhängig vom Vorliegen eines Pflegegrades.

Auf das Landesblindengeld werden Leistungen (auch Sachleistungen) nach dem Pflegeversicherungsgesetz – Sozialgesetzbuch Elftes Buch (SGB XI) – für häusliche Pflege teilweise angerechnet. Die Anrechnung erfolgt in folgender Höhe:

- In den Fällen des Pflegegrades 2 mit 135,00 €
- In den Fällen der Pflegegrade 3,4 und 5 mit 165,00 €

Landesblindengeld wird auf Antrag gewährt. Die Zahlung beginnt mit dem Monat, in dem die Voraussetzungen erfüllt sind, frühestens jedoch mit dem Monat, in dem der Antrag gestellt ist.

Auskunft:

Landkreis Cuxhaven  
 Amt Soziale Leistungen  
 Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
 Telefon: 04721 - 66 22 97

### Blindenhilfe

Blinden Menschen, bzw. diesen gleich gestellten Personen, wird zum Ausgleich der durch die Blindheit bedingten Mehraufwendungen Blindenhilfe gem. § 72 Sozialgesetzbuch XII (SGB XII) gewährt, soweit sie keine gleichartigen Leistungen nach anderen Rechtsvorschriften erhalten. Diese Leistungen sind abhängig vom Einkommen und Vermögen.

### Die für die Berechnung der Blindenhilfe geltende Einkommensgrenze setzt sich zusammen aus:

- dem 2-fachen Eckregelsatz (z. Zt. 818,00 €) sowie
- den angemessenen Unterkunftskosten und
- einem Familienzuschlag i. H. v. 70% des Eckregelsatzes (286,00 €) für den nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartner und für jede Person, die von der nachfragenden Person, ihrem nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartner überwiegend unterhalten worden ist oder für sie nach der Entscheidung über die Erbringung der Sozialhilfe unterhaltspflichtig werden.

Bei **minderjährigen und unverheirateten Blinden** gelten folgende Einkommensgrenzen:

- für den Nachfragenden der 2-fache Eckregelsatz (z. Zt. 818,00 €) sowie
- die angemessenen Unterkunftskosten und
- ein Familienzuschlag i. H. v. 70% des Eckregelsatzes (286,00 €) für einen Elternteil, wenn die Eltern zusammenleben, sowie für die nachfragende Person und für jede Person, die von den Eltern oder der nachfragenden Person überwiegend unterhalten werden oder für sie nach der Entscheidung über die Erbringung der Sozialhilfe unterhaltspflichtig werden.

Das **übersteigende Einkommen ist mit 40%** auf die Blindenhilfe anzurechnen.

**Vermögen von bis zu 2.600,00 € sowie eines Betrages von 256,00 € für jede von der nachfragenden Person zu unterhaltende Person bleibt unberücksichtigt.**

Auf die Blindenhilfe werden außerdem die Leistungen (auch Sachleistungen) nach dem Pflegeversicherungsgesetz – Sozialgesetzbuch Elftes Buch (SGB XI) - für häusliche Pflege teilweise angerechnet.

Diese sind

beim Pflegegrad 2 = 316,00 €  
 mit 50% = 158,00 €

beim Pflegegrad 3,4 und 5 = 545,00 €  
 mit 40% = 218,00 €

auf die monatliche Blindenhilfe gemäß § 72 Abs. 1 SGB XII **in Höhe von 681,70 €** für Personen nach Vollendung des 18. Lebensjahres bzw. **341,44 €** für Blinde, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, ab dem 1. Tag anzurechnen.

## 2. Auskunft und Beratung

Lebt der /die Blinde in einer Anstalt, einem Heim oder eine gleichartige Einrichtung, so ist die Blindenhilfe um 50 vom Hundert des Regelsatzes (340,85 € bzw. 170,72€) zu kürzen.

Als Nachweis über das Vorliegen der Blindheit bzw. einer gleichgearteten Sehschwäche dienen hierzu die Feststellungen der **Versorgungsämter** nach dem Sozialgesetzbuch Neuntes Buch (SGB IX) zum Merkzeichen „BL“ oder eine **augenärztliche** Bescheinigung.

Auskunft:

Landkreis Cuxhaven  
Amt Soziale Leistungen  
Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 22 97

### Ermäßigung von Telefongebühren

Menschen mit keinem oder geringem Einkommen oder einer Behinderung und andere Personengruppen können eine Ermäßigung der Telefongebühr, den Sozialtarif der Deutschen Telekom, beantragen. Bei den Sozialtarifen handelt es sich um eine freiwillige soziale Vergünstigung der Deutschen Telekom.

Voraussetzungen

- Festnetz-Anschluss bei der Deutschen Telekom
- Befreiung von bzw. Ermäßigung der Rundfunkbeitragspflicht oder
- BAFöG-Bezug oder
- Schwerbehinderung (blind, gehörlos oder sprachbehindert und Grad der Behinderung mindestens 90 Prozent)

Für Komplettpakete mit Telefon-Flatrate-Tarifen werden keine sozialen Vergünstigungen angeboten.

Wer mit Angehörigen, die die o.a. Voraussetzungen erfüllen in einer Haushaltsgemeinschaft lebt, kann die sozialen Vergünstigungen auch beantragen.

**Deutsche Telekom AG 0800 - 33 01 000**

kostenlose Beratung, rund um die Uhr, 7 Tage die Woche  
[www.telekom.de](http://www.telekom.de)

### Rundfunkbeitragspflicht Ermäßigung / Befreiung

Grundsätzlich sind alle volljährigen Personen beitragspflichtig. Im privaten Bereich ist für jede Wohnung von deren Inhaber oder Mieter ein Rundfunkbeitrag zu entrichten.

Personen, die wenig Geld haben und bestimmte staatliche Sozialleistungen wie Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Grundsicherung, Blindenhilfe oder BAFöG erhalten, können sich auf schriftlichen Antrag von der Rundfunkbeitragspflicht befreien lassen. Entsprechende Dokumente sind vorzulegen.

Empfänger von Arbeitslosengeld I, Wohngeld oder Übergangsgeld haben keinen Anspruch auf eine Befreiung.

Einen Antrag auf **Befreiung** von der Rundfunkbeitragspflicht können aus sozialen Gründen folgende Personen beantragen:

- die bestimmte Sozialleistungen erhalten (z.B. Arbeitslosengeld II -Sozialgeld, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Hilfe zum Lebensunterhalt oder Hilfe zur Pflege in der Sozialhilfe, Hilfe zur Pflege in der Kriegsopferfürsorge und im Lastenausgleich),
- die Ausbildungsförderung erhalten und nicht bei den Eltern wohnen,
- die nach dem Bundesversorgungsgesetz sonderfürsorgeberechtigt sind,
- die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten,
- taubblind und Empfänger von Blindenhilfe nach § 72 SGB XII sind.

Sonderregelungen bestehen für besondere Härtefälle.

Eine Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht kann bis zu drei Jahren rückwirkend gewährt werden.

Folgende Personen können einen Antrag auf **Ermäßigung** stellen:

- Menschen mit einem andauernden Grad der Behinderung von mindestens 80 % und denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde
- Blinde Menschen mit Merkzeichen „RF“
- Dauerhaft sehbehinderte Menschen mit einem Grad der Behinderung von mindestens 60 %, denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde
- Gehörlose sowie hörgeschädigte Menschen, denen eine ausreichende Verständigung über das Gehör auch mit Hörhilfen nicht möglich ist und denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde

### Barrierefreie Kommunikation mit dem Beitragsservice

Der Beitragsservice bietet für die barrierefreie Kommunikation folgende Optionen an:

- Versand der Anschreiben des Beitragsservice als Word-, RTF-, PDF-, MP3- oder WAV-Datei per E-Mail oder auf CD,
- Versand der Anschreiben im Großdruckformat,
- Versand und Empfang von Anschreiben in Brailleschrift (Kurz- und Langschrift),
- direkter telefonischer Kontakt mit dem Beitragsservice zu den jeweils geltenden Servicezeiten.

ARD ZDF Deutschlandradio  
Beitragsservice  
50656 Köln

Servicetelefon: 01806 - 999 555 10  
[www.rundfunkbeitrag.de](http://www.rundfunkbeitrag.de)

## 3.1 Gesetzliche Betreuung

Die Betreuungsstelle des Landkreises Cuxhaven ist Ansprechpartnerin in Angelegenheiten des Betreuungsrechts.

Wer denkt schon in guten Zeiten daran, dass sich alles von heute auf morgen ändern könnte? Ein Unfall oder eine schwere Krankheit können jeden von uns in die Lage bringen, nicht mehr selbstständig handeln und keine sinnvollen Entscheidungen mehr treffen zu können. Eine rechtliche Betreuung wird notwendig, wenn Erwachsene aufgrund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung wichtige Entscheidungen und Geschäfte nicht mehr alleine tätigen können.

Und nicht jeder ist in der Lage, auch im Alter noch alles selbstständig regeln zu können. Zu berücksichtigen ist, dass die rechtliche Betreuung das Bestimmungsrecht der Betreuten so wenig wie möglich einschränken soll. Das Ziel des Betreuungsrechts ist vor allem, den betreuten Menschen ein selbstbestimmtes Leben unter Achtung seiner Grundrechte zu ermöglichen. Die Vorstellungen und Wünsche der Betroffenen stehen bei allen Entscheidungen im Mittelpunkt, soweit es dem Wohl des Betreuten entspricht. Für die rechtlichen Angelegenheiten und nur für die, die sie ganz oder teilweise nicht mehr eigenverantwortlich regeln können, bekommen die Betroffenen einen Betreuer als gesetzlichen Vertreter. Bestellt wird der Betreuer durch das Amtsgericht (Betreuungsgericht) auf Antrag des Betroffenen oder durch die Anregung Dritter (z.B. Verwandte, Freunde, Nachbarn).

### Die Betreuungsstelle hat folgende Aufgaben:

- Beratung über Antrag auf Einrichtung einer Betreuung
- Prüfung der Erforderlichkeit einer gesetzlichen Betreuung, ggfs. durch Hausbesuche und Gespräche,
- Unterstützung des Amtsgerichtes
- Beratung und Unterstützung der Betreuer und Betreuten
- Sicherstellung eines ausreichenden Angebotes zur Einführung und Fortbildung der Betreuer
- Information über Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und Patientenverfügungen
- Öffentliche Beglaubigung von Unterschriften unter Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen gegen Zahlung einer Verwaltungsgebühr von 10,- €
- Gewinnung geeigneter ehrenamtlicher Betreuer -Innen für eine Betreuungsübernahme
- Benennung geeigneter Betreuer -Innen gegenüber dem Betreuungsgericht

### Darüber hinaus ist die Betreuungsstelle Ansprechpartner:

- in allen Betreuungsfragen für Betreute, gesetzliche Betreuer -Innen sowie andere beteiligte Personen
- bezüglich Maßnahmen zur Vermeidung einer Betreuung, z.B. Vorsorgevollmachten, Vermittlung anderer sozialer Hilfen usw.

Wenn eine **Person** sich durch Unfall, Alter oder Erkrankung **nicht** mehr **selbst rechtlich vertreten kann**, gibt es nur **zwei Alternativen**:

Die **eine Möglichkeit** ist die Bestellung einer **rechtlichen Betreuerin oder eines rechtlichen Betreuers**. In den meisten Fällen übernimmt ein geeignetes Familienmitglied diese Verantwortung oder eine sozial engagierte familienfremde Person als ehrenamtlicher Betreuer/ehrenamtliche Betreuerin. Beide werden durch das Gericht bestellt. In komplexen Angelegenheiten wird ein Berufsbetreuer/eine Berufsbetreuerin bestellt. Dies ist durch die gesellschaftlichen Veränderungen in den letzten Jahren immer häufiger notwendig.

Die **andere Möglichkeit** der rechtlichen Vertretung ist das rechtzeitige Erstellen einer **Vorsorgevollmacht**, in der man einen vertrauten Menschen benennen kann, der dann später die rechtliche Vertretung übernimmt. Dadurch ist die Einrichtung einer Betreuung durch das Betreuungsgericht nicht mehr notwendig.

### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
Betreuungsstelle  
Brahmsstraße 28, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 59 18 311

## 3.2. Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Die Mitarbeiter/Innen der Betreuungsbehörde beglaubigen Unterschriften oder Handzeichen unter Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen gemäß § 4 und § 6 des Betreuungsbehördengesetzes.

Mit der Beglaubigungsmöglichkeit durch die Betreuungsstelle soll die Rechtswirkung von vorsorgenden Verfügungen gestärkt werden. Die Aufgaben der Notare bleiben davon unberührt.

Wir beglaubigen Unterschriften oder Handzeichen auf den von Ihnen vorgelegten Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen.

Wir informieren Sie gerne über **Vorsorgevollmachten** und **Betreuungsverfügungen**.

### 3. Betreuungsrecht und Vorsorge

Hilfe bei der **Formulierung und inhaltliche Abfassung** der vorsorgenden Dokumente ist **nicht unsere Aufgabe**.

**Zur Beglaubigung Ihres Dokumentes bringen Sie bitte mit:**

- Ihr Originaldokument (nicht unterschrieben)
- Ihren gültigen Personalausweis oder Reisepass
- 10,- € Bargeld (Verwaltungsgebühr)

Termine bitte nach vorheriger Absprache.

**Kontakt:**

Landkreises Cuxhaven  
Betreuungsstelle  
Brahmsstraße 28, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 – 59 18 311

3



## 4.1 Krankenhäuser in der Umgebung

### Helios Klinik Cuxhaven

Altenwalder Chaussee 10, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 780  
www.helios-kliniken.de

### Helios Seehospital Sahlenburg

Nordheimstr. 201, 27476 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 604-0  
www.helios-kliniken.de

### Capio Krankenhaus Land Hadeln

Große Ortstr. 85, 21762 Otterndorf  
Telefon: 04751 - 908-0  
www.capio-krankenhaus-land-hadeln.de

### Ameos Klinikum Seepark Geestland

Langener Str. 66, 27607 Geestland  
Telefon: 04743 - 893-0  
www.ameos.eu

### Ameos Klinikum St. Joseph-Hospital Bremerhaven

Wiener Str. 1, 27568 Bremerhaven  
Telefon: 0471 - 48 05-0  
www.ameos.eu

### Kliniken Bremerhaven- Reinkenheide gGmbH

Postbrookstr. 103, 27574 Bremerhaven  
Telefon: 0471 - 299-0  
www.kliniken-bremerhaven.de

### Ameos Klinikum Am Bürgerpark

Am Bürgerpark 29, 27574 Bremerhaven  
Telefon: 0471 - 182-0  
www.ameos.eu

### Elbe Kliniken Stade-Buxtehude GmbH

Bremervörder Str. 111, 21682 Stade  
Telefon: 04141 - 97-0  
www.elbekliniken.de

### Oste Med Klinik Bremervörde

Gnarrenburger Str. 117, 27432 Bremervörde  
Telefon: 04761 - 980-0  
www.ostemed.de

### Sozialdienst und Pflegeüberleitung in den Krankenhäusern

Der Sozialdienst/ Pflegeüberleitung des Krankenhauses bietet den Patienten und ihren Angehörigen psychosoziale und sozialrechtliche Beratung während des stationären Aufenthaltes an: durch Gesprächsangebote, durch Hilfe bei Antragsverfahren, der Klärung von Ansprüchen sowie durch die Vermittlung und Organisation nachstehender Hilfen.

Falls über die stationäre Behandlung hinaus ein pflegerischer Hilfebedarf besteht, erhalten Patienten und ihre Angehörigen Beratung zu den Möglichkeiten einer ambulanten, teilstationären oder stationären Versorgung. Ziel ist es einen reibungslosen Übergang aus dem Krankenhaus in die häusliche Betreuung zu organisieren. Falls Sie eine Beratung wünschen, nehmen Sie bitte frühzeitig Kontakt zum Sozialdienst oder zur Pflegeüberleitungsstelle auf.

### Krankentransport

Bereich Stadt Cuxhaven      Telefon: 04721 - 19 222  
Bereich Landkreis Cuxhaven      Telefon: 0471 - 19 222

## 4.2 Fachspezifische Beratungsstellen

### Sozialpsychiatrischer Dienst des Gesundheitsamtes im Landkreis Cuxhaven

Der Sozialpsychiatrische Dienst des Landkreises Cuxhaven bietet für psychisch erkrankte erwachsene Menschen, deren Angehörige und das soziale Umfeld kostenlose Beratung, Begleitung und Kriseninterventionen durch Sprechstunden in der Beratungsstelle und Hausbesuche an.

Die Aufgaben des Sozialpsychiatrischen Dienstes werden durch das Niedersächsische Gesetz über Hilfen und Schutzmaßnahmen für psychisch Kranke (NPsychKG) geregelt.

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

### Beratungsstellen:

Sozialpsychiatrischer Dienst  
Brahmsstraße 28, 27474 Cuxhaven  
Nebenstelle Bremerhaven:  
Rheinstraße 74, 27570 Bremerhaven  
Telefon: 04721 – 59 18 300

### Fachberatung für ältere Menschen mit psychischen Problemen

#### Gerontopsychiatrische Beratungsstelle des Landkreises Cuxhaven

Als **spezifisches Angebot für ältere Menschen mit psychischen Problemen** und deren Bezugspersonen hat der Landkreis Cuxhaven eine teamübergreifende Beratungsstelle eingerichtet, in der der Sozialpsychiatrische Dienst, der Senioren- und Pflegestützpunkt sowie die Betreuungsstelle vernetzend zusammenarbeiten. So können die Kompetenzen der einzelnen Professionen effizienter genutzt werden. Den Ratsuchenden werden dadurch umfassende Beratung und Prozessbegleitung durch ein multiprofessionelles Team angeboten.

### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
Sozialpsychiatrischer Dienst  
Brahmsstraße 28, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 59 18 300

Landkreis Cuxhaven  
Betreuungsstelle  
Brahmsstraße 28, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 59 18 311

Landkreis Cuxhaven  
Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen  
Vincent-Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 22 61 oder 04721 - 66 22 59

### Beratungsstelle VBS

#### Alkohol, Medikamente, Drogen und Spielsucht

Sucht ist in erster Linie eine Krankheit und bedarf ebenso einer Behandlung wie jede andere Erkrankung auch. Fast jede Stadt verfügt über Beratungsstellen für Menschen mit Suchtproblemen. Dort arbeiten ausgebildete und erfahrene Beraterinnen und Berater, Psychologen, Sozialarbeiter, Ärzte. Angebote richten sich unter anderem an Menschen mit Alkohol- und Drogenproblemen sowie Medikamentenabhängige und Spielsüchtige. Direkt Betroffene, Angehörige und vor allem auch Eltern können sich an diese Stellen wenden.

Die Beratungsstellen arbeiten kostenlos. Bei der Beratung werden die vertraulichen Informationen nicht an die Polizei weitergeleitet. Auf Wunsch sind alle Gespräche anonym. Genau wie Ärzte sind Suchtberater zum Schweigen verpflichtet - auch wenn es um illegale Drogen geht.

Bei vielen Problemen der Gesundheitsvorsorge und der Bewältigung von krankheitsbedingten, krankheitsauslösenden und belastenden Lebenssituationen kann man als Betroffener oder als Angehöriger von einer Selbsthilfegruppe profitieren. Die Beratungsstellen vermitteln die Betroffenen an die jeweilige Selbsthilfegruppe weiter.

Das Gesundheitsamt hat die Aufgabe der Suchtberatung dem VBS e. V., dem Verein zur Bekämpfung von Suchtgefahren als Fachstelle für Sucht, Suchtprävention und psychosoziale Beratung übertragen.

Weitere Ansprechpartner sind u.a. die Gemeinde, Samtgemeinde und Stadt sowie die Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen.

### Kontakt:

Beratungsstelle VBS  
Grodener Chaussee 21, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 37 067  
E-Mail: info@vbs-cuxhaven.de

## 4.3 Selbsthilfe

### Die Alzheimer-Gesellschaft Cuxland e. V.

Etwa eine Millionen Menschen leiden in Deutschland an einer Demenz. Die Alzheimer-Krankheit ist hierbei die häufigste Form der Demenz. Besonders in höherem Lebensalter tritt eine Demenz auf, es sind vereinzelt aber auch Menschen unter 60 Jahren betroffen. Da es Betroffenen schwer fällt Erinnerungen abzurufen, neue Erfahrungen zu speichern und sich zu orientieren, können sie schon bald vollständig auf Hilfe angewiesen sein. Bei zwei Drittel der Betroffenen besteht die Notwendigkeit einer rund um die Uhr Betreuung und Pflege durch Angehörige. Im Oktober 2003 wurde in Otterndorf die Alzheimer-Gesellschaft Cuxland e.V. gegründet. Sie bietet Beratungsmöglichkeiten für Betroffene, pflegende Angehörige, freiwillig und hauptamtlich Tätige.

Die Alzheimer-Gesellschaft Cuxland e.V. bietet regelmäßig offene Treffen an, bei dem neben dem Austausch von Problemen und Erfahrungen auch Vorträge geboten werden, die helfen, den Alltag zu bewältigen. Jeder Interessierte ist herzlich willkommen.

### Kontakt:

Freie Soziale Dienste zwischen Elbe und Weser e.V.  
Bahnhofstraße 15, 21762 Otterndorf  
Telefon: 04751 - 30 14

### Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe heißt, im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden und Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen. In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die unter der gleichen Krankheit, Behinderung, psychischen oder sozialen Konfliktsituation leiden. Die Mitglieder dieser Gruppen treffen sich, um ihre Erfahrungen auszutauschen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen. In Stadt und Landkreis Cuxhaven gibt es etwa 80 Selbsthilfegruppen.

Die KIBIS (Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich) ist eine Beratungsstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe. Sie...

- informiert kostenlos und vertraulich
- vermittelt Kontakte zu Selbsthilfegruppen
- unterstützt bei der Gründung neuer Gruppen
- informiert und unterstützt bestehende Selbsthilfegruppen
- fördert den Erfahrungsaustausch der Gruppen untereinander
- koordiniert gemeinsame Aktionen wie Fortbildungen, Messe-Beteiligungen, Veranstaltungen
- präsentiert die Selbsthilfegruppen auf der Internetseite des Paritätischen
- erstellt und versendet einen Selbsthilfeflyer (als Download auf der Internetseite des Paritätischen)

- bietet eine neutrale Telefonnummer für Gruppen, die anonym bleiben wollen
- nennt Kontaktanschriften von überregionalen Selbsthilfeverbänden,
- stellt Räumlichkeiten und technische Hilfsmittel zur Verfügung.

**Kontakt:**

KIBIS im Paritätischen  
Sabine Tscharrntke  
Kirchenpauerstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 57 93-32  
E-Mail: Cuxhaven.kibis@paritätischer.de  
www.paricux.de

## 4.4 Palliativ- und Hospizarbeit

### Palliativstützpunkt Cuxhaven

Um Patienten, die an einer nicht heilbaren, fortschreitenden Erkrankung leiden, in all ihren Belangen zu unterstützen, ist ein funktionierendes Netzwerk an spezialisierten Leistungserbringern erforderlich. Der Palliativstützpunkt Cuxhaven greift die bestehenden Angebote der Region an spezialisierten Leistungserbringern auf – im ambulanten und im stationären Bereich – wie auch die bestehenden Strukturen der ambulanten Hospizarbeit und der Seelsorge, um in Zusammenarbeit mit den behandelnden Haus- und Fachärzten und dem Krankenhaus Cuxhaven ein gut funktionierendes Palliativnetzwerk in der Stadt und im Landkreis Cuxhaven aufzubauen. Der Palliativstützpunkt ist an das Krankenhaus Cuxhaven angegliedert.

Die Weltgesundheitsorganisation erstellte 1990 eine Definition für ein Ganzheitliches Betreuungskonzept zur Begleitung von Menschen in der letzten Lebensphase. Unter Palliative Care versteht man demnach die aktive und umfassende Behandlung, Pflege und Begleitung von Patienten von dem Zeitpunkt an, da ihre Krankheit nicht mehr auf kurative Behandlung anspricht. Denn ab diesem Zeitpunkt kommt der Schmerzbehandlung und der Beherrschung weiterer Begleitsymptome sowie der Linderung psychischer, sozialer und spiritueller Probleme eine überragende Bedeutung zu. Der Einsatz der Palliativmedizin beginnt jedoch bereits lange vor der terminalen Lebensphase. Sie dient in allen Bereichen der medizinischen und pflegerischen Behandlung der Verbesserung der Lebensqualität des schwerkranken Patienten.

Vorrangiges Ziel der Palliativmedizin und der Palliativpflege ist die Verwirklichung der bestmöglichen Lebensqualität für den Patienten und seine Angehörigen. Sie will ein möglichst selbstbestimmtes Leben bis zum Tod ermöglichen und gleichzeitig den Ange-

hörigen in schwierigen Situationen zur Seite stehen (Definition in Anlehnung an die Ziele der Deutschen Gesellschaft der Palliativmedizin).

**Kontakt:**

Palliativstützpunkt Cuxhaven  
Altenwalder Chaussee 10, 27474 Cuxhaven  
Bettina Lohr  
Telefon: 04721 - 78 32 18  
E-Mail: bettina.lohr@skh-cux.de  
www.palliativ-cux.de

### Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)

SAPV ist eine intensive Form der palliativen Versorgung im häuslichen Umfeld. Sie soll es Schwerstkranken ermöglichen, bis zum Lebensende in der vertrauten Umgebung, etwa zu Hause, bei der Familie, in einer stationären Pflegeeinrichtung oder in einem Hospiz, betreut zu werden. Eines der wichtigsten Ziele ist die Linderung von quälenden Symptomen. Zudem sind psychosoziale Unterstützung sowie Angebote der spirituellen Begleitung Teil der SAPV.

Das Palliativteam ist 24 Stunden am Tag, an 365 Tagen im Jahr zu erreichen. Somit ergänzt die SAPV das bestehende Versorgungsangebot, wenn eine allgemeine ambulante Palliativversorgung durch den Hausarzt nicht mehr ausreicht. Durch diese Netzwerkstruktur kann der Patient bis zum Lebensende von seinem Hausarzt betreut werden.

Der Anspruch auf SAPV ist gesetzlich geregelt: „Versicherte mit einer nicht heilbaren, fortschreitenden und weit fortgeschrittenen Erkrankung bei einer zugleich begrenzten Lebenserwartung, die eine besonders aufwändige Versorgung benötigen, haben Anspruch auf spezialisierte ambulante Palliativversorgung“ (SGB V, § 37b Abs. 1). SAPV ist somit eine Kassenleistung, die im Regelfall von den Krankenkassen erstattet wird. Maßgeblich ist ein so genanntes „komplexes Symptomgeschehen“ (zum Beispiel Schmerzen). Dies gilt auch für Patienten in stationären Pflegeeinrichtungen und in Hospizen.

### Palliativteam Landkreis Cuxhaven GbR

Wagnerstraße 22, 27474 Cuxhaven  
Kordinatorin und Erstkontakt:  
Bettina Lohr  
Telefon: 0174 - 97 44 651  
E-Mail: bettinalohr60@googlemail.com

### Palliativverein Bremerhaven e.V.

Wiener Straße 1, 27568 Bremerhaven  
Kordinatorin und Erstkontakt:  
Ute Horn  
Claudia Klossok  
Telefon: 0471 - 48 05-182  
E-Mail: pallativverein@docnetzwerk.de

### Ambulante Hospizdienste

Die Hospizarbeit hat eine lange Tradition. Die Begleitung und Unterstützung sterbender Menschen hat ihren Ursprung bereits in den Anfängen des Christentums. Dort, wo Lebenswege schwierig wurden, errichteten Christen Stationen, in denen Menschen sich ausruhen oder leben konnten – bis zuletzt. Die Grundidee war, den Betroffenen Fürsorge, Schutz und Beistand zu gewähren.

### Hospizarbeit bedeutet für uns:

Unterstützung für schwerstkranke und sterbende Menschen sowie deren Angehörige. Wir möchten mit ihnen ein Stück des Lebenswegs gehen, als verlässliche und freundschaftliche Weggefährten.

### Was ist uns wichtig?

Wir

- begleiten Menschen, die ihre letzte Lebenszeit in ihrer vertrauten Umgebung verbringen wollen.
- wollen dazu beitragen, dass diese Lebensphase als lebenswert erfahren wird, darum möchten wir Ihnen in dieser schwierigen Zeit zur Seite stehen.
- achten Ihre ganz persönlichen Vorstellungen und Bedürfnisse.
- unterstützen Angehörige und Freunde.
- arbeiten eng mit sozialen und medizinischen Einrichtungen zusammen, z. B. Ärzten, Seelsorgern, Krankenhäusern, Pflegediensten usw.
- möchten, dass Sterbende und deren Angehörige ein größtmögliches Maß an Geborgenheit erfahren.
- bieten einen Raum an, in dem Fragen nach dem Sinn von Leben, Sterben, Tod und dem Danach einen Platz haben.

Die aktiven Mitglieder der Hospizgruppen im Landkreis arbeiten ehrenamtlich und kostenlos.

### Hospizgruppe Cuxhaven

Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst im Ev.-luth. Kirchenkreis Cuxhaven-Hadeln  
Kasernenstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Diakon Jörg Peters, Telefon: 04721 - 51 09 255  
Mobil: 0170 - 96 05 573 (24-h-Bereitschaft)  
E-Mail: [info@hospizgruppe-cuxhaven.de](mailto:info@hospizgruppe-cuxhaven.de)  
[www.hospizgruppe-cuxhaven.de](http://www.hospizgruppe-cuxhaven.de)  
[www.facebook.com/hospizgruppe.cux](https://www.facebook.com/hospizgruppe.cux)

### Hospizgruppe Land Hadeln e.V.

Ambulanter Hospizdienst  
Marktstraße 36, 21762 Otterndorf  
Birgit Meyer, Telefon: 04751 - 90 01 90  
E-Mail: [info@hospizgruppe-land-hadeln.de](mailto:info@hospizgruppe-land-hadeln.de)  
[www.hospizgruppe-land-hadeln.de](http://www.hospizgruppe-land-hadeln.de)

### Ambulanter Hospizdienst des ev.-luth. Kirchenkreises Wesermünde

Diakonisches Werk Wesermünde  
Speckenstraße 5, 27632 Dorum

Sabine Lettmann

Telefon: 04742 - 92 65 - 0

E-Mail: [hospizdienst.Wesermuende@evlka.de](mailto:hospizdienst.Wesermuende@evlka.de)

[www.kirche-wesermuende.de](http://www.kirche-wesermuende.de)

### Hospizverein Loxstedt e.V.

Bahnhofstraße 23, 27612 Loxstedt

Sabine Ahrens

Telefon: 04744 - 46 99 131

E-Mail: [info@hospizverein-loxstedt.de](mailto:info@hospizverein-loxstedt.de)

[www.hospizverein-loxstedt.de](http://www.hospizverein-loxstedt.de)

### Hospizmodell Bremerhaven e.V. „Hombre“

Bülkenstraße 31, 27580 Bremerhaven

Telefon: 0471 - 80 62 955

E-Mail: [info@hospiz-bremerhaven.de](mailto:info@hospiz-bremerhaven.de)

[www.hospiz-bremerhaven.de](http://www.hospiz-bremerhaven.de)

### Stationäre Hospize

#### Hospiz zwischen Elbe und Weser

Das Hospiz zwischen Elbe und Weser bietet zehn schwerkranken Menschen aus der gesamten Region ein letztes Zuhause. Hier können sie bis zuletzt nach den eigenen Wünschen und Vorstellungen selbstbestimmt leben und erfahren zugleich Wertschätzung und Fürsorge. Als Gäste im Hospiz werden Menschen unabhängig von ihrer Weltanschauung, ihrer religiösen Überzeugung und ihrer sozialen und finanziellen Lage aufgenommen, erforderlich sind allein eine entsprechende ärztliche Verordnung und die Bewilligung der Krankenkasse.

Ein professionelles Team gewährleistet jederzeit beste Pflege und medizinische Versorgung. Die palliativen Behandlungsmethoden helfen Schmerzen und andere belastende Begleitsymptome soweit wie möglich zu kontrollieren und zu lindern. Gäste und Angehörige werden durch Fachpersonal und auch ehrenamtliche Helfer begleitet und beraten. Im Bremervörder Hospiz als Fachbetrieb der Diakonie versteht sich ein seelsorgerliches Angebot von selbst.

Jedem Gast steht ein geräumiges Einzelzimmer mit Dusche, WC, Pflegebett und Fernseher zur Verfügung. Bilder, eigene Möbel, persönliche Gegenstände können gern mitgebracht werden. Angehörige und Freunde sind jederzeit willkommen und können mittels Zustellbett auch direkt im Zimmer übernachten.

Die Kosten für den Aufenthalt im Hospiz werden nur zum Teil von den Krankenkassen übernommen. Trotzdem erhebt das Hospiz von seinen Gästen kein Eigenanteil. Es ist in seiner Finanzierung auf Spenden angewiesen.

#### Kontakt:

Hospiz zwischen Elbe und Weser

Leiterin Sabine Eckstein

Engoer Wäldchen 2, 27432 Bremervörde

Telefon: 04761 - 92 611-0

E-Mail: [s.eckstein@hospiz-elbe-weser.de](mailto:s.eckstein@hospiz-elbe-weser.de)

[www.hospiz-elbe-weser.de](http://www.hospiz-elbe-weser.de)

## 5.1 Beratung zur Pflege

Das Thema Pflege und Pflegebedürftigkeit erreicht viele Menschen unvorbereitet. Oftmals ist das eine große Herausforderung für den pflegebedürftigen Menschen und die Angehörigen. Zu den unterschiedlichsten Fragestellungen bieten nachfolgende Beratungsstellen individuelle Beratungen an.

Scheuen Sie sich nicht Hilfe in Anspruch zu nehmen.

### Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven

Der Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven ist eine neutrale und unabhängige Informations- und Beratungsstelle für gesetzlich versicherte Pflegebedürftige und ihre An- und Zugehörigen. Zu allen Fragen rund um das Thema Pflege erhalten Ratsuchende eine vertrauliche und kostenlose Beratung, die auf ihre persönlichen Wünsche und Bedürfnisse ausgerichtet ist. Beraten wird zu den Finanzierungsmöglichkeiten, Antragstellungen, Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige und zu den vielfältigen Versorgungsmöglichkeiten.

Die Beratungen erfolgen telefonisch, im Büro des Senioren- und Pflegestützpunktes oder bei Bedarf auch als Hausbesuch.

#### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
www.landkreis-cuxhaven.de

Gabriele Knabe  
Telefon: 04721 - 66 22 61  
E-Mail: g.knabe@landkreis-cuxhaven.de

Beate Vetter  
Telefon: 04721 - 66 22 59  
E-Mail: b.vetter@landkreis-cuxhaven.de

### Pflegeberatung durch die Pflegekasse

Leistungen der Pflegeversicherung erhalten Sie bei den Pflegekassen. Sie erreichen Ihre Pflegekasse unter der gleichen Adresse und Telefonnummer wie Ihre Krankenkasse.

Der individuelle Anspruch auf Pflegeberatung ist gesetzlich verankert. Die Beratung erfolgt in der Regel durch besonders geschulte Pflegeberaterinnen und Pflegeberater. Sie werden zu allen im Zusammenhang mit der Pflegebedürftigkeit stehenden Fragen in für Sie verständlicher Weise unterrichtet, beraten und über Ihre Ansprüche aufgeklärt.

### COMPASS Private Pflegeberatung GmbH

Die COMPASS Private Pflegeberatung GmbH, ein Tochterunternehmen des Verbandes der Privaten Krankenversicherung, bietet – kostenfrei und unab-

hängig – Pflegeberatung auf zwei Wegen für privat Pflegeversicherte:

Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden offen und ist unter der gebührenfreien Servicenummer 0800 101 88 00 bundesweit zu erreichen. Auf Wunsch vermitteln die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pflegeberatung vor Ort. Die aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.

#### Kontakt:

COMPASS Private Pflegeberatung GmbH  
Gustav-Heinemann-Ufer 74c, 50968 Köln  
Servicenummer: 0800 101 88 00 (bundesweit gebührenfrei)  
E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de

### Heimaufsicht

Die Heimaufsicht hat die Aufgabe sowohl die Würde als auch die Interessen und Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner in Heimen vor Beeinträchtigungen zu schützen und die Selbständigkeit, die Selbstbestimmung und die Selbstverantwortung zu wahren und zu fördern.

Eine wirksame Überwachung der Heime im Rahmen der Heimgesetze wird durch mindestens einmal im Jahr stattfindende Überprüfungen sichergestellt. Es können auch direkte Besuchswünsche von Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, der Leitung oder dem Träger eines Heimes von der Heimaufsicht erbeten werden, um Fachfragen auf dem Gebiet der Pflege, der Sozialarbeit, der Verwaltung und der Mitwirkung von Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern mit der Heimaufsicht zu erörtern. Sind in einem Heim Mängel festgestellt worden, berät die Heimaufsicht den Heimträger über die Möglichkeit zur Abstellung oder erlässt Anordnungen gegenüber dem Heimträger, die zur Beseitigung der Mängel erforderlich sind.

Die Heimaufsicht ist dem Amt Soziale Leistungen des Landkreises Cuxhaven zugeordnet und für die Heime im Gebiet der Stadt Cuxhaven und für die Heime im übrigen Kreisgebiet zuständig.

#### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven

Heike Logemann  
Telefon: 04721 - 66 23 93  
E-Mail: h.logemann@landkreis-cuxhaven.de

Eckhard Junge  
Telefon: 04721 - 66 23 01  
E-Mail: e.junge@landkreis-cuxhaven.de

## 5.2 Finanzielle Hilfen

### Die soziale Pflegeversicherung

Wer pflegebedürftig ist, muss die Kosten und Risiken nicht allein tragen. Dafür sorgt unter anderem die soziale Pflegeversicherung. Wann und wie viele Leistungen ein Pflegebedürftiger aus der Versicherung bekommt, hängt vom Grad der Hilfebedürftigkeit ab. Je nach Umfang des Hilfebedarfs gibt es verschiedene Pflegegrade. Die Pflegeversicherung gibt dabei den Pflegebedürftigen die Möglichkeit selbst zu entscheiden wie und von wem sie gepflegt werden möchten. Sie haben die Wahl, ob Sie Hilfe von professionellen Fachkräften in Anspruch nehmen oder eine Geldleistung beziehen möchten, die sie den pflegenden Angehörigen als finanzielle Anerkennung geben können. Oberstes Ziel ist es, den pflegebedürftigen Menschen umfassend und bedarfsgerecht zu versorgen. Allerdings deckt die soziale Pflegeversicherung häufig nicht alle Kosten der Pflege ab. Sie wird deshalb auch als „Teilleistungsversicherung“ bezeichnet. Im Elften Buch des Sozialgesetzbuches finden Sie alle wichtigen Regelungen zur Pflegeversicherung.

### Leistungen der Pflegeversicherung beantragen

Leistungen aus der Pflegeversicherung gibt es nur auf Antrag ab dem Monat der Antragstellung und auch nur sofern mindestens der Pflegegrad 1 festgestellt wurde. Wichtig ist, rechtzeitig einen Antrag bei der zuständigen Pflegekasse oder dem privaten Versicherungsunternehmen zu stellen.

### 5 Pflegegrade

Ob jemand pflegebedürftig ist, bestimmt sich ausschließlich nach dem Grad der Selbstständigkeit. Das bedeutet beispielsweise: Was kann der Betroffene noch alleine und wo benötigt er personelle Unterstützung? Ausgehend von der Selbstständigkeit einer Person wird das Stadium der Einschränkung in fünf Grade eingeteilt, von geringer Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (Pflegegrad 1) bis zur schwersten Beeinträchtigung, die mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung einhergeht (Pflegegrad 5). Um den Grad der Selbstständigkeit einer Person zu messen, werden Aktivitäten in sechs pflegerelevanten Bereichen untersucht. Das neue Begutachtungsverfahren berücksichtigt auch den besonderen Hilfe- und Betreuungsbedarf von Menschen mit kognitiven oder psychischen Einschränkungen. Es werden Punkte vergeben, die darstellen inwieweit die Selbstständigkeit einer Person eingeschränkt ist. Anhand der Ergebnisse der Prüfung wird der Pflegebedürftige in einen der fünf Pflegegrade eingeordnet.

### Leistungsbeträge in den einzelnen Pflegegraden

Leistungen der Pflegeversicherung erhält, wer für mindestens sechs Monate wegen Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten pflegerische Unterstützung benötigt und mindestens dem Pflegegrad 1 zugeordnet wurde. In welchem Umfang die Leistung erbracht wird, richtet sich nach dem festgestellten Pflegegrad.

In der Tabelle finden Sie die Höchstbeträge für alle Pflegeleistungen der ambulanten und stationären Pflege. Sofern nicht anders angegeben, werden die Leistungen der Pflegeversicherung monatlich gezahlt.

Leistungen	Pflegegrad 1	Pflegegrad 2	Pflegegrad 3	Pflegegrad 4	Pflegegrad 5
Pflegegeld	–	316 EUR	545 EUR	728 EUR	901 EUR
Pflegesachleistungshäusliche Pflege	–	689 EUR	1.298 EUR	1.612 EUR	1.995 EUR
Teilstationäre Pflege	–	689 EUR	1.298 EUR	1.612 EUR	1.995 EUR
Vollstationäre-Pflegeleistungen	125 EUR Zuschuss	770 EUR	1.262 EUR	1.775 EUR	2.005 EUR
Vollstationäre Behindertenpflege	–	266 EUR	266 EUR	266 EUR	266 EUR
Entlastungsbetrag	125 EUR	125 EUR	125 EUR	125 EUR	125 EUR
Kurzzeitpflege-pro Kalenderjahr	–	1.612 EUR	1.612 EUR	1.612 EUR	1.612 EUR
Verhinderungspflege-pro Kalenderjahr	–	1.612 EUR	1.612 EUR	1.612 EUR	1.612 EUR
zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel	40 EUR	40 EUR	40 EUR	40 EUR	40 EUR
Wohnumfeldverbesserung pro Maßnahme	4.000 EUR	4.000 EUR	4.000 EUR	4.000 EUR	4.000 EUR
Wohngruppenzuschlag	214 EUR	214 EUR	214 EUR	214 EUR	214 EUR

### Verhinderungspflege

Bei vorübergehender Verhinderung der Pflegeperson durch z. B. Urlaub oder Krankheit übernimmt die Pflegekasse bei Pflegebedürftigen ab Pflegegrad 2 die Kosten einer Ersatzpflege (z.B. Pflegedienst, Nachbarin) für längstens 6 Wochen bis zur Höhe von 1.612,00 € je Kalenderjahr. Nicht in Anspruch genommene Mittel der Kurzzeitpflege können die Leistungen der Verhinderungspflege um weitere 806,00 € erhöhen.

### Kurzzeitpflege

Pflegebedürftige ab Pflegegrad 2, die voraussichtlich nur für einen begrenzten Zeitraum auf vollstationäre Pflege angewiesen sind (z.B. nach Krankenhausaufenthalt oder zur Bewältigung von Krisensituationen, in denen die häusliche Pflege nicht sichergestellt ist), können in einer stationären Einrichtung Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen.

Der Anspruch besteht für 8 Wochen bis zur Höhe von 1.612,00 € im Kalenderjahr. Nicht in Anspruch genommene Mittel der Verhinderungspflege können die Leistungen der Kurzzeitpflege auf bis zu weitere 1.612,00 € erhöhen.

### Entlastungsbetrag

Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 € monatlich. Der Betrag ist zweckgebunden einzusetzen für qualitätsgesicherte Leistungen zur Entlastung pflegender Angehöriger und sowie zur Förderung der Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit der Pflegebedürftigen bei der Gestaltung ihres Alltags. Er dient der Erstattung von Aufwendungen, die den Pflegebedürftigen entstehen im Zusammenhang mit der Inanspruchnahme von

1. Leistungen der Tages- oder Nachtpflege,
2. Leistungen der Kurzzeitpflege,
3. Leistungen der ambulanten Pflegedienste im Sinne des § 36 (in den Pflegegraden 2 bis 5 jedoch nicht von Leistungen im Bereich der Selbstversorgung),
4. Leistungen der nach Landesrecht anerkannten Angebote zur Unterstützung im Alltag (Siehe: 5.6 Anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag).

### Teilstationäre Leistungen der Tages- und Nachtpflege

Zur Ergänzung der häuslichen Pflege können Pflegebedürftige ab Pflegegrad 2 die Angebote einer Tages- oder Nachtpflegeeinrichtung in Anspruch nehmen. Den Leistungsumfang entnehmen Sie bitte der vorgenannten Tabelle.

### Vollstationäre Pflege

Leben Pflegebedürftige in einer vollstationären Einrichtung, übernimmt die Pflegekasse pauschale Leistungsbeträge, deren Höhe Sie vorgenannter Tabelle entnehmen können.

### Hilfe zur Pflege

Pflegebedürftige Personen haben Anspruch auf Hilfe zur Pflege, soweit sie ihren notwendigen Hilfebedarf nicht aus eigenen Mitteln decken können.

Die Hilfe zur Pflege wird ambulant für die häusliche Pflege, aber auch teilstationär als sogenannte Tagespflege oder vollstationär in Seniorenheimen geleistet, sofern Pflegebedürftigkeit mindestens im Sinne des Pflegegrades 1 vorliegt.

Der Landkreis Cuxhaven weist auf weitere Informationen zum Thema „Hilfe zur Pflege“ hin, die im Internet auf der Seite des Landkreises Cuxhaven unter dem Bereich „Soziales“ veröffentlicht worden sind. Hier findet sich beispielsweise auch eine monatlich aktualisierte Liste aller im Landkreis und der Stadt Cuxhaven befindlichen Seniorenheime einschließlich ihrer anerkannten Vergütungssätze.

### Kontakt:

Landkreis Cuxhaven  
 Amt Soziale Leistungen  
 Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
 Telefon: 04721 - 66 23 18

### Unterhalt für Eltern im Pflegeheim

Wenn die erforderlichen Kosten der ambulanten oder stationären Betreuung und Pflege nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen sowie den Leistungen der Pflegekasse gedeckt werden können, besteht unter bestimmten Voraussetzungen ein Anspruch auf Gewährung von Sozialhilfe in Form von Hilfe zur Pflege. Für viele Kinder stellt sich dann die Frage, ob sie Unterhaltszahlungen für die Eltern leisten müssen.

Sozialhilfe wird immer nachrangig gegenüber anderen Leistungen, insbesondere gegenüber dem familienrechtlichen Unterhalt, geleistet. Die grundsätzliche Verpflichtung zur Leistung von Elternunterhalt ergibt sich aus den Vorschriften der §§ 1601 ff des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB). Hiernach sind Verwandte in gerader Linie einander zum Unterhalt verpflichtet. Unterhaltspflichtig sind die leiblichen erwachsenen Kinder, also die Söhne und Töchter, aber auch Adoptivkinder. Nicht unterhaltspflichtig sind z.B. Stiefkinder. Unterhaltsberechtigt ist nur, wer außerstande ist, sich selbst zu unterhalten. Unterhaltspflichtig ist nicht, wer bei Berücksichtigung seiner sonstigen Verpflichtungen außerstande ist, ohne Gefährdung seines eigenen angemessenen Unterhalts den Unterhalt zu gewähren.

Um feststellen zu können, ob und ggf. in welchem Umfang die Kinder unterhaltsrechtlich leistungsfähig sind, wird der Sozialhilfeträger alle Kinder über die Hilfestellung unterrichten und sie um Darlegung ihrer persönlichen und wirtschaftlichen Verhältnisse bitten. Auch der nicht getrennt lebende Ehegatte oder Lebenspartner hat Auskunft zu seinen Einkommens- und Vermögensverhältnissen zu geben.

Der Ehepartner darf zwar nicht zum Unterhalt für die Schwiegereltern herangezogen werden, um den Familienbedarf und den Anteil des Unterhaltspflichtigen am Familienbedarf zu ermitteln, sind jedoch Angaben zum Einkommen und Vermögen des Ehegatten erforderlich. Der Gesetzgeber hat insoweit die Pflicht zur Auskunft und Vorlage von Belegen in § 117 SGB XII gesetzlich geregelt.

Dem unterhaltspflichtigen Kind sollen grundsätzlich die Mittel verbleiben, die es zur angemessenen Deckung des seiner Lebensstellung entsprechenden allgemeinen Bedarfs benötigt. Sie umfasst seinen gesamten individuellen Lebensbedarf einschließlich einer angemessenen Altersversorgung.

Der angemessene Eigenbedarf des Unterhaltspflichtigen ergibt sich aus den unterhaltsrechtlichen Leitlinien der zuständigen Oberlandesgerichte. Nach den unterhaltsrechtlichen Leitlinien der Familiensenate des Oberlandesgerichts Celle richtet sich der Selbstbehalt gegenüber Eltern nach den Umständen des Einzelfalles, unter Berücksichtigung des angemessenen Unterhalts vorrangig Berechtigter. Er beträgt zumindest 1.800,00 €, wobei die Hälfte des diesen Mindestbetrag übersteigenden Einkommens zusätzlich anrechnungsfrei bleibt.

Bei Zusammenleben des Unterhaltspflichtigen mit einem Ehegatten ist gegenüber Unterhaltsansprüchen von Eltern von einem Familienselbstbehalt in Höhe von 3.240,00 € (Unterhaltspflichtiger 1.800,00 €, Ehegatte 1.440,00 €) auszugehen. Beim vorrangigen Unterhaltsbedarf minderjähriger oder volljähriger Kinder, die sich noch in der Schul- oder Berufsausbildung befinden, ergibt sich der Bedarf aus der Düsseldorfer Tabelle. Die Leistungsfähigkeit zur Zahlung von Elternunterhalt ist auch dann auf der Grundlage eines individuellen Familienbedarfs zu ermitteln, wenn der Unterhaltspflichtige über geringere Einkünfte als sein Ehegatte verfügt (BGH vom 05.02.2014 Az. XII ZB 25 - 13).

Was zum unterhaltsrechtlich relevanten Einkommen des Kindes rechnet und welche Beträge vom Einkommen abgesetzt werden können, ergibt sich aus den unterhaltsrechtlichen Leitlinien der Oberlandesgerichte und der Rechtsprechung der Zivilgerichte. Zum Einkommen gehört das durchschnittliche Nettoeinkommen der letzten 12 Monate einschließlich Sonderzahlungen des Arbeitgebers wie Urlaubs- und Weihnachtsgeld sowie alle sonstigen geldwerten Einkünfte. Auch der Wert des mietfreien Wohnens in einer eigengenutzten Immobilie, Steuererstattungen, Einkünfte aus Kapitalvermögen sowie Einkünfte aus Vermietung und Verpachtung werden als Einkommen angerechnet. Nach der Rechtsprechung des BGH ist der Wohnvorteil durch mietfreies Wohnen im eigenen Heim auch für den Bereich des Elternunterhalts als wirtschaftliche Nutzung des Vermögens unterhalts-

rechtlich wie Einkommen zu behandeln. Bei der Bemessung des Wohnvorteils ist auszugehen von der Nettomiete, d.h. nach Abzug der auf einen Mieter umlegbaren Betriebskosten. Hiervon können in Abzug gebracht werden der berücksichtigungsfähige Schuldendienst, erforderliche Instandhaltungskosten und solche Kosten, die nach § 2 BetrKV auf einen Mieter nicht umgelegt werden können. Ein Wohnvorteil liegt jedoch nur dann vor, wenn der Wohnwert den berücksichtigungsfähigen Schuldendienst, notwendige Instandhaltungskosten und die verbrauchsunabhängigen Kosten, mit denen ein Mieter üblicherweise nicht belastet wird, übersteigt.

Vom Einkommen abgesetzt werden können z.B. Aufwendungen zur Absicherung einer angemessenen Altersvorsorge. Zur Absicherung einer angemessenen Altersvorsorge kann der nichtselbständig Erwerbstätige eine zusätzliche Altersvorsorge von bis zu 5 % seines jeweiligen Gesamtbruttoeinkommens des Vorjahres betreiben. Selbständige können beim Elternunterhalt Aufwendungen für die eigene angemessene Altersvorsorge von bis zu 25 % des Gesamtbruttoeinkommens einkommensmindernd geltend machen. Berufsbedingte Aufwendungen, die sich von den privaten Lebenshaltungskosten nach objektiven Merkmalen eindeutig abgrenzen lassen, sind im Rahmen des Angemessenen vom Nettoeinkommen aus nichtselbständiger Arbeit abzuziehen. Auch Schulden können je nach den Umständen des Einzelfalles (Art, Grund und Zeitpunkt des Entstehens) das anrechenbare Einkommen vermindern. Diese Aufzählung ist nicht abschließend.

Das bereinigte Einkommen des Unterhaltspflichtigen wird dem angemessenen Selbstbehalt gegenübergestellt. Übersteigt das bereinigte Einkommen nicht den Selbstbehalt, ist der Unterhaltspflichtige allein aus dem Einkommen heraus nicht leistungsfähig. Es ist insoweit jedoch zu prüfen, ob unter Umständen ein Einsatz des Vermögens für den Elternunterhalt gefordert werden kann.

Der Bundesgerichtshof vertritt auch für den Bereich des Elternunterhalts die Rechtsauffassung, dass der Unterhaltsschuldner grundsätzlich auch seinen Vermögensstamm zur Unterhaltsbestreitung einzusetzen hat. Eine Verwertung kann nur dann nicht verlangt werden, wenn dies den Unterhaltsschuldner von fortlaufenden Einkünften abschneidet, die er zur Erfüllung weiterer Verbindlichkeiten oder zur Bestreitung seines eigenen Unterhalts benötigt. Eine Verwertung kommt auch dann nicht in Betracht, wenn dies mit wirtschaftlich nicht vertretbaren Nachteilen verbunden wäre.

Die Rechtsprechung des BGH zum Vermögenseinsatz ist jeweils einzelfallbezogen. Der angemessene Ei-

genbedarf kann nicht losgelöst von dem im Einzelfall vorhandenen Einkommen bestimmt werden und ist nach den Umständen des Einzelfalles zu bemessen. In welchem Umfang vorhandenes Vermögen im konkreten Einzelfall dem eigenen angemessenen Unterhalt, einschließlich der eigenen Altersvorsorge dient und deswegen dem Zugriff des Unterhaltsgläubiger entzogen ist, kann nur individuell beantwortet werden. Grundsätzlich ist anerkannt, dass ein Unterhaltspflichtiger neben der Eigensicherung des täglichen Lebensbedarfs auch Vorkehrungen zur Sicherung seines angemessenen Lebensbedarfs im Alter treffen darf. Wie hoch dieser angemessene Bedarf ist, kann nie abschließend und generell für alle Fälle bestimmt werden. Unstreitig ist, dass dem unterhaltspflichtigen Kind ein Altersvorsorgevermögen als Schonvermögen zusteht.

Zur Ermittlung einer möglichen Zahlungspflicht aus Vermögen wird das Gesamtvermögen des Unterhaltspflichtigen dem Vermögensschonbetrag gegenüber gestellt.

Mehrere leistungsfähige Kinder werden anteilig nach ihren Einkommens- und Vermögensverhältnissen in Anspruch genommen, das bedeutet, wer viel leisten kann, zahlt auch entsprechend mehr und wer weniger leisten kann, zahlt entsprechend weniger.

Nach der Berechnung der Leistungsfähigkeit teilt der Sozialhilfeträger dem Unterhaltspflichtigen die Höhe und Berechnung der Unterhaltsforderung mit. Hegt der Unterhaltspflichtige Zweifel gegen die Unterhaltsheranziehung oder bestehen Einwendungen gegen die Höhe der Unterhaltsforderung, sollte dies umgehend der zuständigen Stelle mitgeteilt werden.

### 5.3 Ambulante Pflegedienste

Ambulante Pflege findet im häuslichen Bereich (eigene Wohnung/Lebensumfeld) des zu Pflegenden statt. Sie kann Grundpflege, Hauswirtschaft oder auch Krankenpflege umfassen. Das Ziel der ambulanten Pflege ist es, die Versorgung eines Menschen in seiner häuslichen Umgebung sicher zu stellen und so das Verbleiben in den „eigenen vier Wänden“ zu ermöglichen.

#### Stadt Cuxhaven

##### Ambulante Hilfen Cuxhaven GmbH

Süderwisch 30a, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 50 09 90

##### Ambulanter Pflegedienst Altenbruch

Gammenteil 9, 27478 Cuxhaven, Tel. 04722 - 21 03

##### Cuxhavener Pflegedienst

Deichstraße 15, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 59 22 22

##### Das Pflegeteam 2000

Pamirstraße 16, 27478 Cuxhaven, Tel. 04723 - 50 50 00

#### Diakonie- Sozialstation Cuxhaven

Marienstraße 50, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 5 29 87

#### DRK-Sozialstation Cuxhaven

Meyerstraße 49, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 42 24 24

#### Johanniter-Pflegedienst Cuxhaven

Am Querkamp 10, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 59 19 50

#### MobiCur GmbH

Wagnerstr. 22, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 59 66 55

#### Weser- Pflegedienst Cuxhaven

Segelckestr. 30, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 50 85 50

#### Pflegedienst Leuchtfeuer

St. Annen-Weg 1, 27478 Cuxhaven, Tel. 04721 - 910 8988

#### Stadt Geestland

##### DRK-Sozialstation Langen

Leher Landstr. 2c, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 22 20

##### Pflegeteam Silvia Milz

Leher Landstr.105, 27607 Geestland, Tel. 04743-9499 900

##### Vitalis Pflege Service & Catering

Ziegeleistr. 21c, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 9 57 00

##### Zentrum für Ambulante Krankenpflege GmbH

Debstedter Str. 80, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 27 200

##### Ambulanter Pflegedienst Peter Hüllen

Am Markt 3, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 94 450

##### Beerster Pflegedienst

Mattenburger Straße 17-19, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 92 84 25

##### DRK-Sozialstationen Schiffdorf – Bad Bederkesa

Mattenburger Straße 2, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 92 83 47

#### Gemeinde Beverstedt

##### Pflegedienst Sonja Bargmann

Hauptstraße 10, 27616 Bokel, Tel. 04748 - 82 12 80

##### Pflegeteam Beverstedt

Feldhofstraße 7, 27616 Beverstedt, Tel. 04747 - 87 42 20

##### Sozialstation Beverstedt - Hagen

Schulstraße 1, 27616 Beverstedt, Tel. 04747 - 9 44 20

#### Gemeinde Hagen im Bremischen

##### Häusliche Krankenpflege Ursula Allan

Amtsamm 18, 27628 Hagen, Tel. 04746 - 72 125

##### Pflegedienst mit Herz

Marktstraße 14, 27628 Bramstedt, Tel. 04702 - 52 11 24

#### Samtgemeinde Hemmoor

##### Ambulante Pflege Rüdiger Hinck GmbH

Stader Str. 62, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 - 88 80 94 00

##### Ambulanter Pflegedienst

##### „Pflege von Herzen“ GmbH

Zentrumstr. 6a, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 - 88 907-92

##### DRK-Sozialstation Hemmoor - Börde Lamstedt

Oestingerg Weg 21, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 -64 650

#### Samtgemeinde Börde Lamstedt

##### Ambulante Krankenpflege Christa Schmidt

Große Straße 36, 21769 Lamstedt, Tel. 04773 - 81 80

### Gemeinde Wurster Nordseeküste

#### **DRK-Sozialstation Nordholz – Land Wursten**

Am Markt 1, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04741 - 24 40

#### **Häusliche Krankenpflege Sr. Rita Milter**

Krummhörn 9, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04742 - 15 05

#### **Pflegedienst Sabine Quell**

Elbestraße 1, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04741 - 60 39 445

#### **BEW Häusliche Pflege**

In der Hofe 16, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04705 - 18 200

### Gemeinde Loxstedt

#### **DRK-Sozialstationen Loxstedt**

Mushardstraße 16A, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 37 11

#### **Pflegeteam Silvia Milz**

Bahnhofstraße 41, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 41 55

#### **Paul & Batke Ambulante Krankenpflege**

Bahnhofstr. 40, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 82 13 555

### Gemeinde Schiffdorf

#### **Ambulante Krankenpflege Andrea Kück**

Im Dorfe 1, 27619 Schiffdorf-Wehdel,  
Tel. 04749 - 93 00 00

#### **Alvorada Pflege UG**

Leher Str. 47, 27619 Schiffdorf, Tel. 0471 - 30 69 89 24

### Samtgemeinde Land Hadeln

#### **Cuxhavener Pflegedienst Filiale Cadenberge**

Bahnhofstraße 38, 21781 Cadenberge,  
Tel. 04777 - 80 81 777

#### **DRK- Sozialstation Am Dobrock - Sietland**

Lindenweg 2, 21781 Cadenberge, Tel. 04777 - 80 09 190

#### **Profi Pflege Ellen Aurig**

Dingvörden 2, 21784 Geversdorf, Tel. 04752 - 72 32

#### **DRK-Sozialstation Samtgemeinde Hadeln**

Am Großen Specken 14, 21762 Otterndorf,  
Tel. 04751 - 99 09 91

#### **Freie Soziale Dienste Otterndorf e.V.**

Bahnhofstraße 15, 21762 Otterndorf, Tel. 04751 - 30 14

#### **Pflegeteam Sonnenschein**

Cuxhavener Straße 24, 21762 Otterndorf,  
Tel. 04751 - 90 93 999

#### **Pflege to Huus**

Bahnhofstr. 17, 21762 Otterndorf, Tel. 04751 - 90 09 00

## 5.4 Tagespflegeeinrichtungen

In der Tagespflegeeinrichtung werden pflegebedürftige Menschen tagsüber gepflegt und betreut, ansonsten aber leben sie in ihrer eigenen Wohnung. Für die Nutzung der Tagespflege wird vorausgesetzt, dass der Pflegebedürftige transportfähig und nicht bettlägerig ist. Die Versorgung am Morgen, am Abend, während der Nacht und am Wochenende muss sichergestellt

sein. Zu jeder Tagespflegeeinrichtung gehört ein Fahrdienst, der den Pflegebedürftigen morgens von zu Hause abholt und nachmittags wieder zurück bringt.

### Stadt Cuxhaven

#### **Tagespflegeeinrichtung „Haus Alte Liebe“**

Siedelhof 31, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 66 77 77 40

#### **Tagespflegestätte MobiCur**

Wagnerstr. 22, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 59 66 55

#### **DRK Tagespflege Cuxhaven**

Meyerstraße 47, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 42 24 77

#### **Weser-Tagespflege Cuxhaven**

Segelckestr. 28, 27472 Cuxhaven, Tel. 04721 - 50 85 530

#### **Tagespflege Landlust**

St. Annen-Weg 1, 27478 Cuxhaven, Tel. 04722 - 91 08 988

### Stadt Geestland

#### **Berster Tagespflege**

Bergstraße 12 A, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 78 37 01

#### **Tagespflege Langen**

Mittelfeldweg 1-3, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 32 28 033

#### **Weser-Tagespflege Langen**

Lavener Weg 19, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 31 39 40

### Gemeinde Beverstedt

#### **Tagespflege Beverstedt „Nord Hus“**

Feldhofstr. 3, 27616 Beverstedt, Tel. 04747 - 93 17 066

#### **Tagespflegeeinrichtung „To Huus Nr. 2“**

Hauptstraße 10, 27616 Bokel, Tel. 04748 - 82 12 80

### Samtgemeinde Land Hadeln

#### **Tagespflegeeinrichtung der Freien Sozialen Dienste zwischen Elbe und Weser e.V.**

Bahnhofstraße 15, 21759 Otterndorf, Tel. 04751 - 57 09

#### **Tagespflege Mitten in Wanna!**

Landesstr. 24, 21776 Wanna, Tel. 04757 - 22 25 767

### Samtgemeinde Hemmoor

#### **DRK Tagespflege Hemmoor**

Oestingergeweg 19, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 - 64 65 66

#### **Tagespflege Rüdiger Hinck**

Stader Straße 62, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 - 68 67 636

### Gemeinde Loxstedt

#### **Tagespflegeeinrichtung Birkenhof**

Kirchenstraße 3, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 90 530

#### **Loxstedter Tagespflege**

Mushardstr. 16A, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 92 11 01

### Gemeinde Schiffdorf

#### **Tagespflege Mitten im Leben!**

Leher Straße 47, 27619 Schiffdorf, Tel. 0471 - 95 20 96 69

#### **Tagespflegeeinrichtung im Seniorenzentrum Osterfeld**

Heinrich-Mahler-Straße 1 und 3, 27619 Schiffdorf,  
Tel. 04706 - 94 50

#### **Weser-Tagespflege Schiffdorf**

Schleusenstr. 1, 27619 Schiffdorf, Tel. 04706 - 93 11 00

**Gemeinde Wurster Nordseeküste****DRK-Tagespflege Dorum**

Ochsenhammsweg 1, 27639 Wurster Nordseeküste.,  
Tel. 04742 - 34 41 031

**5.5 Vollstationäre Pflegeeinrichtungen**

Ist eine häusliche Pflege nicht möglich, kann eine 24-Stunden-Versorgung in einem Pflegeheim erforderlich sein.

**Stadt Cuxhaven****Alten- und Pflegeheim Martin-Luther-Haus**

Franz-Rotter-Allee 30, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 73 60

**DRK Altenheim Am Schlossgarten gGmbH**

Altenwalder Chaussee 4A, 27474 Cuxhaven,  
Tel. 04721- 59 980

**Alten- und Pflegeheim „Das Stadthaus“**

Poststr. 44-48, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 20 10 41

**Altenheim „Haus Alte Liebe“**

Siedelhof 31, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 66 77 70

**Seniorenresidenz Amandus GmbH**

Wagnerstraße 24, 27474 Cuxhaven, Tel. 04721 - 69 970

**SeniorenZentrum Altenwalder Chaussee GmbH**

Altenwalder Chaussee 28, 27474 Cuxhaven,  
Tel. 04721 – 20 580

**Alten- und Pflegeheim „Hof Wiking“**

Berenscher Dorfstr. 14, 27476 Cuxhaven, Tel. 04723 - 32 88

**Pflegeeinrichtung in der Kurparkresidenz**

Kurparkallee 51, 27476 Cuxhaven, Tel. 04721 - 44 07 02

**Privates Alten- und Pflegeheim Annegret Schilling GmbH**

Schwalbenweg 8, 27476 Cuxhaven, Tel. 04721 - 20 350

**Seniorenpflegeheim Domin**

An der Johanneskirche 9A, 27476 Cuxhaven,  
Tel. 04721 – 29 799

**Senioren Pension Meier & Wätjen**

Am Heiddiek 4, 27476 Cuxhaven, Tel. 04721 - 29 584

**Senioren- und Pflegeheim Heidehof**

Drosselweg 26, 27476 Cuxhaven, Tel. 0 47 21 - 39 990

**Seniorenheim „An der Schonung“**

Karl-Peters-Str. 1, 27478 Cuxhaven, Tel. 04723 - 50 57 301

**Stadt Geestland****DRK-Seniorenwohnstätte Bederkesa am See**

Heuss-Straße 19, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 94 750

**Seniorenheim Haus an der Mühle**

Beerster Mühlenweg 17, 27624 Geestland,  
Tel. 04745 – 94 770

**Seniorenheim Ingrid Brickwedel**

Hafenstraße 3, 27624 Geestland, Tel. 04704 - 94 89 51

**Kastanienhof Elmlohe**

Gallbergstraße 1, 27624 Geestland, Tel. 04704 - 94 990

**Seniorenheim K. Spiering GmbH**

Lintiger Straße 50, 27624 Geestland, Tel. 04745 - 94 380

**Pflegeheim Amer**

Hinschweg 1, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 92 250

**Astor-Park Wohnanlage Langen**

Debstedter Straße 26-30, 27607 Geestland,  
Tel. 04743 - 88 85 55

**Seniorenhaus Lindenhof**

Ziegeleistraße 19A, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 88 00

**Senioren-Wohnpark Langen**

Auf dem Berge 2, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 88 10

**Margarethenhof**

Am Dulmer Acker 19, 27607 Geestland, Tel. 04743 - 50 38

**Gemeinde Beverstedt****Seniorenwohnsitz „Gut Wachholz“**

Wachholz 1, 27616 Beverstedt, Tel. 04747 - 10 01

**Wehldorfer Seniorenhaus**

Wehldorfer Straße 13, 27616 Beverstedt,  
Tel. 04747 - 87 460

**Samtgemeinde Börde Lamstedt****Seniorenzentrum Haus Bartholomäus**

Am Speckhof 10, 21769 Lamstedt, Tel. 04773 - 88 040

**Seniorenhaus Lamstedt**

Große Straße 20, 21769 Lamstedt, Tel. 04773 - 88 09 56

**Gemeinde Hagen im Bremischen****Seniorenwohnpark Hagen**

Parkstraße 3, 27628 Hagen, Tel. 04746 – 94 630

**Senioren-Schlösschen Hagen**

Amtsdammm 31, 27628 Hagen, Tel. 04746 – 94 920

**Seniorenhof Allan**

Bogenstraße 4, 27628 Uthlede, Tel. 04296 – 74 780

**Samtgemeinde Hemmoor****Alten- und Pflegeheim Günter Pagel**

Zentrumstraße 9, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 – 64 510

**Haus der Pflege Ziegelkamper Höhe**

Otto-Peschel-Straße 22, 21745 Hemmoor,  
Tel. 04771 - 88 80 90

**Huus am Stadtpark**

Zur Sandkuhle 6, 21745 Hemmoor, Tel. 04771 - 88 80 80

**Seniorenheim am Löhberg**

Lerchenweg 4-6, 21755 Hechthausen, Tel. 04774 - 99 11 30

**Ländliches Senioren- und Pflegeheim Osten-Altendorf**

Kranenweide 1, 21756 Osten-Altendorf,  
Tel. 04776 - 230

**Gemeinde Wurster Nordseeküste****DRK-Pflegeheim Dorum**

Käthe-Ringe-Straße 1, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04742 - 92 20 53

**Seniorenheim Haus Eden**

Wurster Landstraße 103, 27639 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04705 - 10 15

**Seniorenzentrum Nordholzer Tannen**

Oderstraße 20, 27637 Wurster Nordseeküste,  
Tel. 04741 - 97 50

### Gemeinde Loxstedt

#### Birkenhof Loxstedt

Kirchenstraße 3, 27612 Loxstedt, Tel. 04744 - 90 530

#### Pflegeheim Amer

Delfter Weg 6, 27612 Loxstedt, Tel. 04740 - 93 930

#### Senioreneinrichtung Mein Zuhause Stotel GmbH

Ammerweg 14, 27612 Loxstedt-Stotel, Tel. 04744 - 91 330

### Gemeinde Schiffdorf

#### Seniorenzentrum Osterfeld

Heinrich-Mahler-Straße 1 & 3, 27619 Schiffdorf,  
Tel. 04706 - 94 50

#### Seniorenheim Monsees

Rohrstraße 27-29, 27619 Schiffdorf, Tel. 04749 - 14 62

#### Pflegeheim Amer

Hainkamp 5, 27619 Schiffdorf, Tel. 04749 - 93 01 23

### Samtgemeinde Land Hadeln

#### Haus Am Dobrock

Lindenweg 2, 21781 Cadenberge, Tel. 04777 - 80 090

#### Senioren- und Pflegeheim Rummer- Löns

Deichstraße 10, 21787 Oberndorf, Tel. 04772- 86 080

#### Haus Am Süderwall

Parkstraße 6, 21762 Otterndorf, Tel. 04751 - 92 250

#### Huus Ihlienworth

Hauptstraße 2, 21775 Ihlienworth, Tel. 04755 - 33 340

## 5.6 Anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag

Die Unterstützungsangebote können sehr vielfältig sein und sollen auch die Angehörigen entlasten.

### Hier einige Beispiele:

- Beratung und Schulung von pflegenden Angehörigen
- Stundenweise Betreuung von Demenzkranken
- Pflegen von sozialen Kontakten
- Betreuung von Pflegebedürftigen in der eigenen Häuslichkeit
- Familien entlastende und unterstützende Dienstleistungen wie z. B. Besuch des Friedhofs, öffentliche Veranstaltungen, Ausflüge
- Entlastung der Familie bei Behördengängen, Arztbesuchen,
- Unterstützung im Haushalt und bei der hauswirtschaftlichen Versorgung (haushaltsnahe Dienstleistungen)
- Unterstützung bei der Einkaufsplanung und beim Einkaufen
- Individuelle Hilfe für Organisation und Bewältigung des Alltags
- Beaufsichtigung bei Sturzgefahr
- Beschäftigungstherapie mit Ergotherapeuten
- Förderung von Hobbies und Beschäftigungen
- Lesen von Büchern, Zeitungen usw.

Leistungen der beschriebenen Art werden sowohl von den anerkannten ambulanten Pflegediensten (Siehe: 5.3 Anerkannte Pflegedienste) als auch von Institutionen, die keine Pflegeleistungen erbringen, angeboten. Ein besonderes Angebot stellen die Betreuungs- und Entlastungsangebote dar, die geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter einsetzen, die nachfolgend kurz beschrieben werden.

### DRK-Sozialstation Cuxhaven-Hadeln

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen haben eine spezielle Schulung erhalten, um älteren Menschen, mit und ohne gesundheitliche Einschränkungen, den „Alltag“ zu verschönern. Ein Schwerpunkt der Schulung ist eine spezielle Kommunikationsform zu erlernen, um besser mit Demenzerkrankten umgehen zu können – die integrative Validation nach Nicole Richard. Die Schulung umfasst einen theoretischen Anteil mit 5x4 Stunden und einen Praxiseinsatz im Seniorenheim oder der Tagespflege. Zusätzlich erfolgt eine 8-stündige Erste-Hilfe-Schulung. Jährlich erfolgen Fortbildungen, Erste-Hilfe-Fortbildungen und ein Erfahrungsaustausch. Wir versuchen die Wünsche der älteren Menschen zu erfüllen, ob es nun ein Spaziergang ist oder ein gemütliches Zusammensitzen. Ob aktiv oder lieber etwas beschaulicher. Unsere Mitarbeiter gehen individuell auf jeden Menschen ein. Sollte es eine Situation geben, die nicht zu bewältigen ist, können die Koordinatorinnen zu jeder Zeit über die Rufbereitschaft der DRK- Sozialstation kontaktiert werden.

### Kontakt:

DRK- Sozialstation Cuxhaven-Hadeln

Meyerstraße 49, 27472 Cuxhaven

Telefon: 04721 - 42 24 27

Koordinatorinnen:

Traute Haselberger und Marianne Peus

sozialstation.cuxhaven@drk-cuxhaven-hadeln.de

www.drk-cuxhaven-hadeln.de

### Lebenshilfe Cuxhaven Assistenz

Unsere Assistenzdienste unterstützen stundenweise geistig behinderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer diagnostizierten Einschränkung der Alltagskompetenz dabei ihr Leben so selbstbestimmt wie möglich zu gestalten und auch die Angehörigen zu entlasten. Die Einzelbegleitungen richten sich nach den individuellen Bedürfnissen der Menschen mit Behinderungen (Pflegegrad 1-5) und ihren Familien/Angehörigen.

Wir bieten einen festen Assistenten, der regelmäßig und verlässlich zu Ihnen kommt. Vorab lernen Sie den Assistenten bei einem kostenlosen Termin unverbindlich kennen. Die Folgetermine sprechen Sie mit „Ihrem“ Einzelbetreuer ab. Die Assistenten sind geschult und treffen sich regelmäßig zum Austausch.

Folgende Angebote können Sie über Lebenshilfe Cuxhaven Assistenz nutzen:

- Bei der Tagesbetreuung begleitet der Assistent Sie in Ihrer Freizeit entsprechend Ihren Wünschen (und denen Ihrer Familie).
- Bei der Alltagsbegleitung unterstützen wir Sie bei der Erledigung alltäglicher Aufgaben in der häuslichen Umgebung, bei Ihrer Freizeitgestaltung und regen soziale Kontakte an.
- Tagesbetreuungen und Alltagsbegleitungen können zuhause im Elternhaus, in der eigenen Wohnung und auch außerhalb stattfinden.

**Kontakt:**

Lebenshilfe Cuxhaven Assistenz  
Wernerstraße 22, 27472 Cuxhaven  
Kirsten Wegner  
Telefon: 04721 - 50 85 214  
E-Mail: k.wegner@lebenshilfe-cuxhaven.de  
www.lebenshilfe-cuxhaven.de

**Betreuungs- und Entlastungsdienste des Paritätischen Cuxhaven**

Wir betreuen Pflegebedürftige aller Pflegegrade und Demenzerkrankte in ihrer häuslichen Umgebung der Stadt und im Landkreis Cuxhaven.

**Wir bieten an:**

- **Alltagsbegleitung**
  - individuelle Betreuung
  - Unterstützung bei der Freizeitgestaltung
  - Vorlesen, Zuhören
  - Begleitung beim Einkauf
- **Pflegebegleitung**
  - bedarfsgerechte Begleitung
  - Hilfe bei der Strukturierung des Alltags
  - Stärkung zur Selbsthilfe
- **Serviceangebote haushaltsnaher Dienstleistungen**
  - unterstützende Hilfe im Haushalt

**Kontakt:**

Paritätischer Cuxhaven  
Kirchenpauerstraße 1, 27472 Cuxhaven  
Anke Brandt-Adickes  
Telefon: 04721 - 57 93 19  
E-Mail: cuxhaven.hilfde@paritaetischer.de  
www.paricux.de

**AWO Kreisverband Cuxhaven e. V.**

Senioren und Menschen mit Beeinträchtigung sollen ihre eigenständige und unabhängige Lebensweise im häuslichen Umfeld weiterführen.

Mögliche Hilfen hierfür können u.a. sein:

- Hilfen im Haushalt
- Fahrdienste und Begleitung
- Besorgungs- und Besuchsdienste

Ein weiteres Angebot richtet sich an Angehörige und Pflegenden an Demenz erkrankter Menschen. Hierzu zählt u.a.:

- Beschäftigung und Bewegung
- Gedächtnistraining

Andere Dienste werden nach Wunsch und nach Vereinbarung übernommen.

**Kontakt:**

AWO Kreisverband Cuxhaven  
Westerwischweg 89, 27474 Cuxhaven  
Birgit Ott  
Telefon: 04721 - 39 50 330  
E-Mail: kreisverband@awo-cuxland.de  
www.awo-kreisverband-cuxhaven.de

**DRK- Kreisverband Wesermünde**

Ältere Menschen und Menschen mit Behinderung bekommen ein qualifiziertes Hilfeangebot, das sich an ihrer individuellen Bedürfnis- und Lebenswelt orientiert, die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft fördert und somit die Selbstbestimmung stärkt. Ebenso können pflegende Angehörige Angebote wahrnehmen, die sie in ihrem Alltag der Pflegetätigkeit entlasten und unterstützen, um Freiräume zu schaffen. Während wir Pflegebedürftige, unabhängig vom Alter und Grad der Behinderung, stundenweise zu Hause betreuen oder bei der Freizeitgestaltung begleiten, haben Angehörige Zeit eigene Termine wahrzunehmen oder Aktivitäten nachzugehen.

Mit unserer jungen FUD-Gruppe treffen wir uns einmal in der Woche in Langen für gemeinsame Aktivitäten, wie zum Beispiel kreatives Gestalten, gemeinsames Kochen und Backen oder wir gehen schwimmen und organisieren saisonale Ausflüge.

**Kontakt:**

Familienunterstützender Dienst –FUD-  
Leher Landstraße 77, 27607 Geestland  
Monika Franielczyk, Telefon: 04743 - 34 489 13  
Stefanie Trei, Telefon: 04743 - 34 48 914  
E-Mail: fud@drk-kv-wesermuende.de  
www.drk-kv.wesermuende.de

**Lebenshilfe e.V. Kreisverband Land Hadeln**

Alltagsbegleitung für Jung & Alt  
Wir schaffen für Menschen mit Beeinträchtigungen und insbesondere für deren Angehörige Freiräume für Zeiten der Entspannung und der Abwechslung. Altersunabhängig bieten wir stundenweise eine individuelle Begleitung im Alltag:

- Zuhause – Gesellschaft, Unterhaltung
- Freizeit – Spaziergänge, Ausflüge, Besuche
- Außerhäusliche Termine – wie Arzt, Einkauf, Friseur etc.
- Unterstützung bei kleinen häuslichen und handwerklichen Belangen

Die Begleitung umfasst zwei bis drei Stunden in der Woche und/oder am Wochenende. Im Sinne unseres Mottos „Gemeinsam erleben – sich gegenseitig beleben“ freuen wir uns, natürlich unter Berücksichtigung Ihrer Wünsche und Vorstellungen, eine persönliche und vertrauensvolle Begleitung zu finden.

**Kontakt:**

Lebenshilfe e.V. Kreisverband Land Hadeln  
Am Schulzentrum 8, 21745 Hemmoor,  
Tel. 04771 - 68 94 932,  
Assistenz Offene Hilfen  
Alltagsbegleitung - Senioren  
Bianka Saßenberg  
Telefon: 04771 - 68 94 932,  
E-Mail: b.sassenberg@lebenshilfe-hemmoor.de

**MehrGenerationenHaus (MGH) Hemmoor**

Das Mehrgenerationenhaus Hemmoor bietet im Rahmen der niederschweligen Leistungen u.a. folgende Leistungen:

- Hilfestellungen bei Anträgen und Formularen
- Hilfestellung für Personen mit eingeschränkter Alltagskompetenz
- Vermittlung von Haushalts- und Alltagshilfen (z.B. Begleitung zum Einkaufen...)

**Kontakt:**

MehrGenerationenHaus (MGH) Hemmoor  
Stader Straße 38, 21745 Hemmoor  
Elke Ranner  
Telefon: 04771 - 88 72 18

**Die helfende Hand (gewerblicher Träger)**

Betreuungsdienst, Hauswirtschaftliche Versorgung, Beförderung

**Kontakt:**

Die helfende Hand  
Abendrothstraße 29, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 69 04 040  
E-Mail: die-helfende-hand@email.de

**Seniorenheim K. Spiering GmbH (gewerblicher Träger)**

**Kontakt:**

Seniorenheim K. Spiering  
Lintiger Straße 50, 27624 Geestland  
Telefon: 04745 - 90 81 05  
E-Mail: heimleitung@seniorenheim-spiering.de



## 6.1 Mahlzeitendienste – Essen auf Rädern

Unter Essen auf Rädern versteht man die regelmäßige Lieferung fertig zubereiteter Mahlzeiten bis an die Wohnungstür oder sogar bis in die Wohnung des Kunden. Essen auf Rädern ist vor allem auf die Bedürfnisse älterer oder hilfsbedürftiger Menschen zugeschnitten, die ihre Mahlzeiten nicht mehr selbständig zubereiten können oder wollen. Die Lieferung erfolgt in Thermomehrwegbehältern, entweder in Alu- oder Kunststoffschalen oder auf Porzellangeschirr. Alternativ haben viele Anbieter Tiefkühlkost im Sortiment, die für mehrere Tage bestellt und zu Hause aufgewärmt wird.

Mahlzeitendienste werden von sozialen Einrichtungen, Wohlfahrtsverbänden, Pflegediensten und Privatunternehmen angeboten. Auch Partyservices und Großküchen, z.B. Alten- und Pflegeheime, bieten einen Mittagstisch oder Menüservice an. Die Übergänge von herkömmlichen Mahlzeitendiensten zu gastronomischen Angeboten sind fließend.

Adressen von Anbietern können erfragt werden bei den Wohlfahrtsverbänden, den Pflegediensten und beim Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven, Telefon: 04721 - 66 22 61 oder 66 22 59

## 6.2 Hausnotrufsysteme

Der Hausnotruf bietet alten oder kranken Menschen die Möglichkeit im Bedarfsfall schnell per Knopfdruck Hilfe zu rufen. Es besteht aus einem Sender, der am Körper getragen wird und einer Basisstation mit Lautsprecher und Mikrofon. Sofern ein Hausnotruf vorhanden ist, sollte der Sender in Form einer Kette oder Armbanduhr immer am Körper getragen werden. Auf Knopfdruck kann man dann sofort Hilfe rufen. Sollte sich die/der Hilferufende nicht melden, wird von Seiten des Anbieters versucht telefonischen Kontakt herzustellen. Bleibt dies erfolglos, werden weitere Hilfsmaßnahmen ergriffen, wie ein persönliches Aufsuchen des Hausnotruf-Mitarbeiters, die Benachrichtigung von Angehörigen oder der Ruf eines Rettungswagens.

Hausnotrufsysteme können (auch vorübergehend) in jeder Privatwohnung installiert werden. Da die Leistungen und Preise variieren, sollten die Informationen direkt bei den einzelnen Anbietern erfragt werden. Einige Anbieter bieten zusätzlich zum Notruf eine Taste an, mit der die/der Hausnotrufbesitzer/in jeden Tag signalisiert, dass es ihm gut geht. Sollte dieses Signal einmal ausbleiben, wird auf jeden Fall nach ihr/ihm geschaut.

Ansprechpartner für die Einrichtung von Hausnotrufsystemen sind das Deutsche Rote Kreuz, Die Johanniter und die ambulanten Pflegedienste.

## 6.3 Mobile Dienste

Neben den anerkannten ambulanten Pflegediensten unterstützen mobile Dienste bei der Bewältigung des Alltags: z.B. Einkaufshilfe, Reinigungsdienst, Fahrdienst zum Arzt oder zur Therapie, Fahrten zum Frisör, Begleitung zum Friedhof, Rasen mähen, Abwesenheit wegen Krankheit.

Adressen entnehmen Sie bitte dem örtlichen Branchenverzeichnis oder erkundigen Sie sich bei den jeweiligen Städten und Gemeinden.



## 7.1 Wohnen mit Service (Betreutes Wohnen)

Neben der materiellen Absicherung im Alter ist die Wohnsituation älterer Menschen für ihre Lebenslage von zentraler Bedeutung. Entscheidend für die individuelle Lebenszufriedenheit ist eine angemessene Wohnsituation, die Wohnung und Wohnumfeld umfasst. Hauptziel bei der Bereitstellung von Hilfen für ältere Menschen in ihrem jeweiligen Wohnbereich ist auch bei zunehmender Hilfebedürftigkeit der Erhalt einer selbstständigen Lebensführung.

Immer mehr ältere Menschen möchten ihr Leben sicher und geborgen in einer abgeschlossenen Wohnung selbstständig führen und gleichzeitig bei Bedarf Hilfeleistungen und Betreuung in Anspruch nehmen können. Der Begriff „Betreutes Wohnen“ ist gesetzlich nicht geschützt, so wie es allgemein verbindliche Standards nicht gibt. Bezeichnender ist daher evtl. die Bezeichnung „Wohnen mit Service“.

Bei der Auswahl einer bedarfsgerechten Einrichtung des „Betreuten Wohnens“ sollten Interessierte frühzeitig umfassende Informationen und Angebotsvergleiche einholen.

Um spätere mögliche Enttäuschungen und evtl. nach kurzer Zeit einem erneuten Umzug vorzubeugen, ist es ratsam, sich im Vorfeld über den individuellen Bedarf im Klaren zu werden und diesen zu formulieren bzw. zu notieren. Mit Hilfe einer solchen Auflistung der gewünschten Leistungen, welche von Anfang an mit eingekauft werden sollen und solchen, die möglicherweise später eingekauft werden müssen, fällt es leichter, die verschiedenen Angebote und dazugehörigen Verträge mit den eigenen Erwartungen und Preisvorstellungen zu vergleichen. Der Grundgedanke des „Wohnens mit Service“ ist, soviel Selbstständigkeit wie möglich zu erhalten und so viel Hilfe wie nötig zu bieten.

**Wohnen mit Service (Betreutes Wohnen) sollte folgendes umfassen:**

- eine zentral gelegene barrierefreie oder senioren-gerechte Wohnung
- ein Paket von Grundleistungen (Hausnotruf, individuelle Beratung, Vermittlung von Hilfen und Diensten, Hausmeisterdienste) für die monatlich eine sogenannte Betreuungspauschale zu entrichten ist
- zusätzliche Wahlleistungen (Einkäufe, Haushaltshilfe, Wohnungs- und Fensterreinigung, Mahlzei-tenservice, Transportdienste, Kleinstreparaturen, Versorgung im Krankheitsfall, Pflegedienst), die im Angebot enthalten sind, aber nur bei Bedarf in Anspruch genommen und bezahlt werden müssen.

Bevor Sie in eine Anlage zum Betreuten Wohnen einziehen, prüfen Sie jedoch auf jeden Fall, ob diese Wohnform für Sie die Richtige ist. Möglicherweise möchten Sie Ihre alte Wohnung gar nicht verlassen, wünschen sich aber die Sicherheit, im Notfall Hilfe rufen zu können. Hier wäre zu prüfen, ob durch eine Wohnungsanpassung Bad, Eingänge und Treppen so gestaltet werden können, dass Sie auch alleine in der Wohnung zurechtkommen. Mit einem Hausnotruf können Sie im Notfall jederzeit Hilfe rufen. Prüfen Sie auch, ob Sie nicht evtl. bereits im größeren Umfang auf Unterstützung angewiesen sind und das „Betreute Wohnen“ Ihnen die Hilfestellung bieten kann, die Sie wirklich benötigen. Das „Betreute Wohnen“ kann nicht immer einen (späteren) Heimaufenthalt entbehrlich machen.

Weiterführendes Informationsmaterial zum „Betreuten Wohnen“ erhalten Sie beim

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend** – Broschürenstelle  
Postfach 20 15 51, 53145 Bonn

**Deutsche Seniorenliga e.V.**  
Heilsbachstraße 32, 53123 Bonn

**Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA)**  
An der Paulskirche 3, 50931 Köln

**Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Cuxhaven**

Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 22 61 oder 66 22 59

**Über vorhandene Anbieter von „Wohnen mit Service“ erkundigen Sie sich bitte bei den jeweiligen Städten und Gemeinden.**

## 7.2 Seniorengerechte Wohnraumanpassung

Das Land Niedersachsen stellt Fördermittel für **eine „altengerechte Modernisierung von Wohneigentum“** zur Verfügung.

Hierzu zählen beispielsweise barrierereduzierende Maßnahmen, Anpassung der Raumgeometrie, von Bedienelementen und Sanitäröbekten. Hauseigentümer – **unabhängig vom Alter** – können für eine altengerechte Modernisierung unter Beachtung der vorgegebenen Einkommensgrenzen ein zunächst zinsloses/ zinsgünstiges Baudarlehen bis zu 85 % der durch die Maßnahme verursachten Kosten erhalten. Es müssen Kosten in Höhe von mindestens 10.000,00 Euro anfallen. Mit der Modernisierung darf vor Erteilung einer Förderzusage noch nicht begonnen worden sein.

Wenn altersgerechter Wohnraum für eine Mehrgenerationengemeinschaft geschaffen werden soll, können Haushalte mit 3 oder mehr Personen ein Darlehen bis zu 60 % der durch die Maßnahme verursachten Kosten von mindestens 10.000,00 bis maximal 75.000,00 Euro erhalten. Mit den Bauarbeiten darf vor Erteilung einer Förderzusage noch nicht begonnen worden sein.

Antragsvordrucke und weitere Informationen erhalten Sie beim  
Landkreis Cuxhaven  
Wohnraumförderstelle  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 24 45

### 7.3 Wohnhäuser und Wohngruppen für ältere Menschen mit Behinderungen

**Lebenshilfe e.V. Hemmoor**  
Am Schulzentrum 8A, 21745 Hemmoor  
Telefon: 04771 - 68 94 90  
[www.lebenshilfe-hemmoor.de](http://www.lebenshilfe-hemmoor.de)

**Werkhof und Wohnstätten Lebenshilfe Cuxhaven gGmbH**  
Neue Industriestraße 51, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 43 980  
[www.lebenshilfe-cuxhaven.de](http://www.lebenshilfe-cuxhaven.de)

**Vitalzentrum Dorum**  
Am Büttel 1A, 27639 Wurster Nordseeküste  
Telefon: 04742 - 25 45 110  
[www.awo-bremerhaven.de](http://www.awo-bremerhaven.de)

### 7.4 Schaffung von Mietwohnungen für ältere Menschen ab 60 Jahre, Menschen mit Behinderung sowie hilfe- und pflegebedürftige Menschen

Das Land Niedersachsen gewährt Darlehen in Kombination mit Tilgungsnachlässen für die Schaffung von Mietwohnungen für ältere Menschen ab 60 Jahre, Menschen mit Behinderung sowie hilfe- und pflegebedürftige Menschen. Ebenso unterstützt das Land Niedersachsen die Schaffung von Mietwohnraum für Wohngruppen und Wohngemeinschaften für den zuvor genannten Personenkreis.

Gefördert wird der Neubau, Aus- und Umbau sowie die Erweiterung von Wohnungen für Wohnungssuchende mit niedrigen bzw. mittleren Einkommen.

Bauvorhaben für „Betreutes Wohnen“ haben Vorrang. Förderfähig sind grundsätzlich nur Gebäude mit mehr als 2 Mietwohnungen. Antragsteller bei der zuständigen Wohnraumförderstelle ist der Investor.

Antragsvordrucke und weitere Informationen zu den Landesprogrammen erhalten Sie:

Landkreis Cuxhaven  
Wohnraumförderstelle  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 24 45

Investitions- und Förderbank Niedersachsen – NBank  
Telefon: 0511 - 30 031-313  
[www.nbank.de](http://www.nbank.de)

### 7.5 Maßnahmen zur Reduzierung von Barrieren im Wohnungsbestand durch zinsgünstige Finanzierungsmittel – unabhängig vom Alter und von Einkommensgrenzen

Des Weiteren unterstützt die KfW Bankengruppe Maßnahmen zur Reduzierung von Barrieren im Wohnungsbestand durch zinsgünstige Finanzierungsmittel – unabhängig vom Alter und von Einkommensgrenzen.

Im Programm „Altersgerecht Umbauen“ (Programmnummer 159) fördert die KfW alle Baumaßnahmen, die zu einer Barrierereduzierung führen und eine angenehme Wohnqualität gewährleisten oder den Kauf frisch umgebauter Wohngebäude. Das KfW-Darlehen umfasst 100 % der förderfähigen Kosten, bis zu 50.000 Euro pro Wohneinheit.

Diese Förderung kommt Eigentümern oder Vermietern zugute. Auch Mieter können mit Zustimmung des Vermieters umbauen und die Fördermittel erhalten.

Der Antrag muss vor Beginn der Umbaumaßnahmen oder dem Kauf bei Ihrer Hausbank gestellt werden.

Weitere Informationen zu den Programmen erhalten Sie bei der KfW Bankengruppe  
Telefon: 0800 53 99 002  
kostenfreie Servicenummer

### 7.6 Wohnberechtigungsschein

Mit öffentlichen Mitteln geförderte Alten- oder auch Seniorenwohnungen sind älteren Menschen, die das 60. Lebensjahr vollendet haben und deren Einkommen innerhalb bestimmter Einkommensgrenzen liegen, vorbehalten. Für den Bezug einer mit öffent-

lichen Mitteln geförderten Altenwohnung wird ein sogenannter „Wohnberechtigungsschein“ benötigt. Der Vermieter darf eine solche Wohnung erst nach Übergabe dieser Bescheinigung überlassen.

Antragsvordrucke und weitere Informationen erhalten Sie beim  
Landkreis Cuxhaven  
Wohnraumförderstelle  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 24 45

### 7.7 Wohngeld

Wohngeld kann als Mietzuschuss für den Mieter einer Wohnung oder eines zum Wohnen geeigneten Zimmers in einer Einrichtung oder als Lastenzuschuss für den Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung gewährt werden. Ob ein Wohngeldanspruch besteht, richtet sich vor allem nach der Höhe des Familieneinkommens und der Wohnsituation, sowie der Anzahl der zu berücksichtigenden Familienmitglieder. Wohngeld wird nur auf Antrag gewährt.

Weitere Informationen sind erhältlich bei:

**Wohngeldbehörde des Landkreises Cuxhaven**  
Amt Soziale Leistungen  
Vincent- Lübeck-Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66 25 97 bzw. 66 24 08

**Wohngeldbehörde der Stadt Cuxhaven**  
Fachbereich 9  
Rathausplatz 1, 27472 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 70 03 69

### 7.8 Wohnberatung

Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich selbstständig „in den eigenen vier Wänden“ leben. Häufig entstehen im eigenen Zuhause aber alters- oder krankheitsbedingt Barrieren. Die Umgestaltung der Wohnung wird notwendig, um weiterhin sicher und bequem im vertrauten Umfeld wohnen zu können.

Die Wohnberatung im Landkreis Cuxhaven wird von den Pflegeberaterinnen des Senioren- und Pflege-

stützpunktes Niedersachsen und von ehrenamtlich qualifizierten Wohnberatern und Wohnberaterinnen in den Städten und Kommunen durchgeführt.

Die Wohnberatung im Landkreis Cuxhaven berät Sie zu:

- Umbaumaßnahmen, z.B. im Bad oder Eingangsbereich
- Ausstattungsveränderungen, z.B. bequemere und/oder sichere Möbel
- Technischen Hilfsmitteln
- Finanzierungsmöglichkeiten
- Wohnalternativen vor Ort

**Wir bieten Ihnen:**

- Allgemeine und individuelle Beratung
- Hausbesuche
- Unterstützung bei der Umsetzung der Maßnahmen
- Informationsveranstaltungen und Vorträge

Alle Angebote sind kostenlos und unabhängig.

**Kontakt:**

Landkreis Cuxhaven  
Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im  
Landkreis Cuxhaven  
Vincent- Lübeck- Straße 2, 27474 Cuxhaven  
Beate Vetter  
Telefon: 04721 - 66 22 59  
E-Mail: [b.vetter@landkreis-cuxhaven.de](mailto:b.vetter@landkreis-cuxhaven.de)



© clipdealer

Bitte informieren Sie sich auch im Kapitel „Angebote und Dienste in den Städten und Gemeinden“ über das vielfältige Angebot in Ihrem Wohnort.

## 8.1 Bewegung

### Sport für Seniorinnen und Senioren

In sehr vielen der 247 Sportvereine, die im Kreissportbund Cuxhaven e.V. Mitglied sind, gibt es verschiedene spezielle Sportangebote für Seniorinnen und Senioren. Für die aktive Teilnahme in den diversen Sportarten seien hier beispielsweise Behindertensport, Fußballspiel, Gymnastik, Kegeln, Koronarsport, Leichtathletik, Radwandern, Schachspiel, Schießen, Schwimmen, Segeln, Sportabzeichen, Tanzsport, Tennis, Tischtennis, Wandern und andere Trendsportarten genannt.

Auch ist die Teilnahme an geselligen Veranstaltungen der Vereine im Rahmen der jeweiligen Sportgruppen und bei besonderen Anlässen möglich. Hierbei handelt es sich u.a. um Ausflüge im Nahbereich, Kulturveranstaltungen, Busreisen zu Sportveranstaltungen, Seniorenfeiern zu den verschiedensten Anlässen, wie z.B. in der Vorweihnachtszeit etc.

Auskünfte erteilen die ortsansässigen Sportvereine und/oder der Kreissportbund Cuxhaven, Geschäftsstelle  
 Leher Landstraße 22b, 27607 Geestland (OT Langen)  
 Telefon: 04743 - 34 49 33-0  
 E-Mail: info@ksb-cuxhaven.de  
 www.ksb-cuxhaven.de

### Behindertensport

Folgende Vereine bieten spezielle Angebote im Bereich Behinderten-Sport an:

- InForm Verein für Gesundheit, Cuxhaven
- Rot-Weiss Cuxhaven
- Verein für Sport und Gesundheit, Cuxhaven
- Duhner SC, Cuxhaven-Duhnen
- Grodener SC, Cuxhaven-Grodener
- TSV Cadenberge
- SC Hemmoor
- TSV Lamstedt
- TSV Otterndorf
- DVMBTherapiegruppe Bad Bederkesa
- Bewegungstreff e.V.
- TSV Bederkesa
- Lifestyle 3000 Dorum
- Behinderten Sportverein Langen
- Rückenliga, Bremerhaven
- TSV Lunestedt
- TSV Nesse

## 8.2 Lesen

### Bücherbus des Landkreises Cuxhaven – der Service bis (fast) vor Ihre Haustür

Gerade für Seniorinnen und Senioren, ist eine Bücherei, die bis (fast) vor die Haustür fährt, die ideale Möglichkeit, Bücher, Zeitschriften und Hörbücher bequem zu entleihen. Der Bücherbus bietet u.a. ein breites Angebot an Romanen, auch in besonders großer Schrift, Sachbüchern und Biographien.

Von der klassischen Literatur bis zu aktuellen Neuerscheinungen kann ausgewählt werden. Sachbücher zu Themen, wie Gymnastik, Sport, Spiel und Geselligkeit, Gartenarbeit, Gesundheit, Kochen, Handarbeit, Reisen und vieles mehr, bietet die Fahrbücherei in großer Auswahl an.

Der Bücherbus der Fahrbücherei hält in einem 14-tägigen Rhythmus an 120 Haltestellen im gesamten Landkreis Cuxhaven. Gegen eine geringe Jahresgebühr von nur 5 Euro kann das Angebot von 40.000 Medien unbegrenzt genutzt werden. Zusätzlich befinden sich 30.000 E-Books zum bequemen Download auf der Homepage der Fahrbücherei.

Auf Wunsch wird jedes in Deutschland verfügbare Buch zu „Ihrer“ Haltestelle gebracht. Die genauen Haltepunkte und Haltezeiten sind zu erfahren unter

Telefon: 04721 - 66 21 49 oder  
 www.buecherbus.info oder bei Ihrer Gemeindeverwaltung.

### Stadtbibliothek Cuxhaven

#### Unterhaltung, Ratgeber und Bildung

48.000 Romane und Sachbücher, 2.500 Hörbücher auf CDs, 3.500 CDs mit klassischer und Unterhaltungsmusik, 2.500 Filme auf DVD oder Blu Ray Disc und 400 Romane in besonders großer Schrift für Sehbehinderte – alles das kann in der Stadtbibliothek Cuxhaven entliehen werden.

Als neues Angebot wurde speziell für ältere Bürgerinnen und Bürger die Abteilung „Älter werden“ eingerichtet. Dort sind Bücher und Zeitschriften zu besonders wichtigen Themen wie Rentenratgeber, Wohnratgeber oder Bücher zur Gesundheit im Alter zu finden.

Die Jahresgebühr beträgt 20,- €. Das Schnupperangebot ist für 4,- € zu nutzen. Einen Monat lang kann man sich dafür die Wünsche aus dem Angebot der Stadtbibliothek erfüllen.

#### Kontakt:

Stadtbibliothek Cuxhaven  
 Kapitän-Alexander-Str. 1, 27472 Cuxhaven  
 Telefon: 04721 - 70 07 08 00  
 www.cuxhaven.de

### 8.3 Weiterbildung

#### Volkshochschule im Landkreis Cuxhaven e. V.

Die VHS im Landkreis Cuxhaven e. V. (VHS) ist die größte Erwachsenenbildungseinrichtung des Landkreises Cuxhaven mit Geschäftsstellen in der Stadt Langen und in Otterndorf. Sie bietet den Bürgern Bildung vor Ort in allen Gemeinden des Landkreises Cuxhaven zu sozialverträglichen Preisen an. Sie versteht sich als Weiterbildungseinrichtung, die sich durch Flexibilität, Vielseitigkeit, starke Kundenorientierung und Bürgernähe auszeichnet.

Für die Generation 50+ hat die Volkshochschule im Landkreis Cuxhaven eine große Bandbreite an Bildungsangeboten entwickelt. Vor allem Angebote aus dem Bereich der Sprachen, der EDV und der Beruflichen Bildung, aber auch Kurse aus dem Bereich Gesundheit und Fitness werden von „Junggebliebenen“ immer mehr nachgefragt.

Es erscheinen zwei Programmhefte pro Semester, eins für den Altkreis Wesermünde und eins für den Altkreis Land Hadeln. Diese können bei den unten aufgeführten Adressen angefordert werden. Bei Interesse an den Angeboten für Menschen ab 50, sei es an der Teilnahme eines entsprechenden Kurses oder wer erworbenes Wissen in einem Kurs selbst weitergeben möchte, kann man sich wenden an die

Volkshochschule im Landkreis Cuxhaven e.V.  
Geschäftsstelle Debstedter Straße 5 a  
27607 Geestland  
Telefon: 04743 - 92 21-0

Geschäftsstelle Sophienweg 1  
21762 Otterndorf  
Telefon: 04751 - 9 78 34-0

Geschäftsstelle Bahnhofstraße 36  
21745 Hemmoor  
Telefon: 04771 - 68 98 18

#### Volkshochschule der Stadt Cuxhaven

##### Seniorenprogramm und „Treffpunkt Spätlese“ der Volkshochschule der Stadt Cuxhaven

Das Seniorenprogramm der VHS der Stadt Cuxhaven bietet ein breit gefächertes Veranstaltungs- und Unterrichtsprogramm für Interessierte aus Cuxhaven und umzu, die nach dem Berufsleben aktiv bleiben wollen und Freude an Kontakt und Austausch mit Anderen haben. Neben Kursen zur Gesundheitsvorsorge und Bewegungserhaltung (Wassergymnastik, Gymnastik, Gedächtnistraining u.a.) und Verkehrssicherheit ('Sicher mobil 50+'), erfreuen sich Literatur- und Schreibwerkstatt ('Tee und Literatur'), Sprach- und Kreativ-

kurse sowie speziell auf Seniorinnen und Senioren zugeschnittene EDV-Kurse besonderer Beliebtheit.

Daneben veranstaltet der „Treffpunkt Spätlese“ der VHS einmal im Monat Nachmittage für Senior(inn)en mit ebenso interessanten wie anregenden (Dia)Vorträgen und Gesprächen zu Themen der Cuxhavener Geschichte, Natur und Umwelt. Tagesfahrten in die nähere und weitere Umgebung zum Besuch von Kulturdenkmälern (Kirchen, Mühlen, Garten- und Landschaftsparks u.a.), Museen und Ausstellungen in der Region (Kunsthalle Bremen, Kunsthalle Emden, Worpswede) runden das Programm ab.

Das Programmheft der VHS erscheint zweimal im Jahr, in der Regel im Januar und August eines Jahres, und ist auch über das Internet (unter [www.vhs-cuxhaven.de](http://www.vhs-cuxhaven.de)) erhältlich.

Weitere Information und Auskunft erhalten Sie bei der Volkshochschule der Stadt Cuxhaven  
Abendrothstr. 16  
27474 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 72 52-0  
E-Mail: [info@vhs-cuxhaven.de](mailto:info@vhs-cuxhaven.de)

#### Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa – Heimvolkshochschule

Das Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa bietet Seminare, Workshops und Tagungen zu einem breiten Spektrum von Themen, die auch Menschen in der nachberuflichen Lebensphase ansprechen. Freizeitkulturelle Angebote, wie Bildhauern, Mal- und Schreibwerkstätten, Bewegung und Gesundheitsbildung u.v.m., stehen neben Angeboten der Persönlichkeitsentwicklung und Alltagsbewältigung. Zahlreiche Seminare beschäftigen sich mit religiösen, gesellschaftspolitischen und aktuellen ökonomischen Fragestellungen. Einen eigenen Schwerpunkt bilden Seminare der Rubrik: ‚Älter werden‘ – ‚Goldene Zeiten‘ – ‚Auf dem Weg in die nachberufliche Phase‘ – ‚Gemeinsam gesund älter werden‘ - ‚Gesundheit der Männer‘ - ‚Verantwortlichkeiten im Geschlechterverhältnis‘ sowie ‚Die Kriegskinder und ihre Kinder‘ - ‚Wie der 2. Weltkrieg Generationen prägt‘ – ‚Versuch eines Dialogs‘, sind einige der Seminartitel aus dem laufenden Programm. Jährlich veröffentlicht das Ev. Bildungszentrum eine Veranstaltungsübersicht. Das Programmheft wird auf Wunsch zugesandt.

Das Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa ist eine öffentliche Bildungseinrichtung in kirchlicher Trägerschaft. Es ist eine modern eingerichtete Bildungsstätte, in der sich Menschen fernab von alltäglichen Zwängen begegnen. Ein Ort zum Durchatmen, Raum für neue Ideen, Zeit zum Vor- und Nachdenken. Die

Seminar Teilnehmer/innen können bei mehrtägigen Seminaren in einem der 53 Zimmer mit eigenem Bad wohnen.

**Kontakt:**

Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa – Heimvolkshochschule  
Alter Postweg 2, 27624 Geestland  
Telefon: 04745 - 94 95-0  
E-Mail: [info@ev-bildungszentrum.de](mailto:info@ev-bildungszentrum.de)  
[www.ev-bildungszentrum.de](http://www.ev-bildungszentrum.de)

**Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. (LEB)**

Die Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V. (LEB) wurde 1951 unter Federführung des Niedersächsischen Landvolkverbandes gegründet. Sie ist eine landesweit tätige, seit 1997 nach ISO 9001 zertifizierte Erwachsenenbildungseinrichtung, die zu einem bedarfsgerechten Weiterbildungsangebot insbesondere im ländlichen Raum beiträgt. Heute bietet die LEB ein flächendeckendes Netz von 36 ehrenamtlich geleiteten Kreisarbeitsgemeinschaften. Die örtlichen Vereine und Gruppen arbeiten in diesen Kreisarbeitsgemeinschaften zusammen und sind in deren Mitgliederversammlungen und Vorständen vertreten.

Die Kreisarbeitsgemeinschaften Wesermünde und Land Hadeln bestehen seit der Gründungsstunde der LEB. Im Zuge der Kreisreform entstand aus ihnen 1978 das Bildungswerk im Landkreis Cuxhaven e.V. Dieses betreut und berät im Landkreis zurzeit ca. 50 verschie-

dene Organisationen und Gruppen (Bildungswerke, DRK-Gruppen, Elternkreise, Guttempler-Gemeinschaften, Heimatvereine, Laienspielgruppen, Landfrauenvereine und andere landwirtschaftliche Gruppen, Seniorengruppen und verschiedene Arbeitskreise). Durch die verschiedenen Gruppen entsteht flächendeckend ein breit gefächertes Bildungsangebot allgemeiner, beruflicher und kreativer Art, das in Vortragsreihen, Kursen, Lehrgängen, Arbeitskreisen und Seminaren durchgeführt wird.

Von der LEB-Geschäftsstelle in Bad Bederkesa wird an verschiedenen Orten im Landkreis Cuxhaven ein vielfältiges Kurs- und Seminarangebot durchgeführt. Am Standort Bad Bederkesa finden überwiegend EDV-Schulungen und beruflich orientierte Fort- und Weiterbildungen statt.

In der Geschäftsstelle Beverstedt wird ein umfassendes Kursangebot im kreativen und beruflichen Bereich durchgeführt. Seit 2013 ist der „Werkhof Beverstedt“ eine anerkannte Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) und bietet Beschäftigung für Menschen, die wegen ihrer dauerhaften psychischen Beeinträchtigung oder Lernbehinderung keinen Zugang zum allgemeinen Arbeitsmarkt haben.

Informationen erhalten Sie in den LEB-Geschäftsstellen. Dort stehen haupt- und ehrenamtliche LEB-Mitarbeiterinnen und LEB-Mitarbeiter für die Beratung und Unterstützung zur Verfügung.

**Kontakt:**

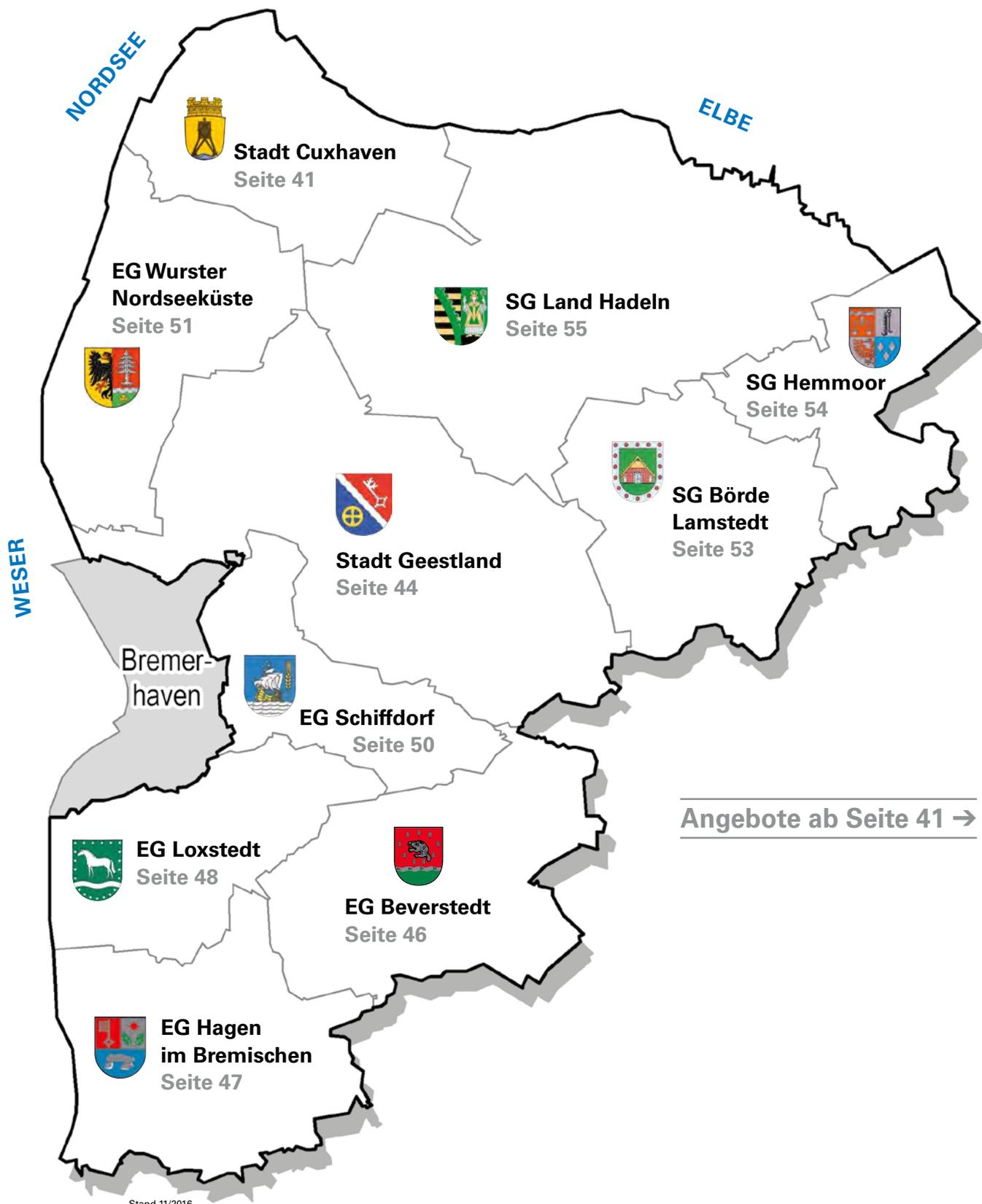
Ländliche Erwachsenenbildung in Niedersachsen e.V.  
LEB-Beratungsbüro Cuxhaven/Stade und LEB-Bildungswerk im Landkreis Cuxhaven  
Heuss-Straße 19, 27624 Geestland  
Telefon: 04745 – 61 82  
E-Mail: [cuxhaven@leb.de](mailto:cuxhaven@leb.de) und [info@bildungswerk-cuxhaven.de](mailto:info@bildungswerk-cuxhaven.de)  
[www.leb-niedersachsen.de](http://www.leb-niedersachsen.de) und [www.bildungswerk-cuxhaven.de](http://www.bildungswerk-cuxhaven.de)

LEB Beverstedt  
WfbM Werkhof Beverstedt  
Wachholz 6a, 27616 Beverstedt  
Telefon: 04747 – 87 32 72  
E-Mail: [biz-beverstedt@leb.de](mailto:biz-beverstedt@leb.de)  
[www.leb-niedersachsen.de](http://www.leb-niedersachsen.de)



© clipdealer

Der Landkreis Cuxhaven mit seinen  
Städten, Gemeinden und Samtgemeinden



Stand 11/2016



## STADT CUXHAVEN

Rathausplatz 1 · 27472 Cuxhaven

Telefon 04721 - 700 0 · Fax 04721 - 700 901

E-Mail: info@cuxhaven.de · Internet: www.cuxhaven.de

**Öffnungszeiten:** Montag bis Freitag 08.30 Uhr bis 12.30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr  
Freitag 07.30 Uhr bis 12.30 Uhr

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Herr Peter Fichtner, Heinrich-Grube-Weg 18, 27476 Cuxhaven

Telefon 04721 - 44 42 91, E-Mail: familie.fichtner@gmx.de

### Arbeiterwohlfahrt (AWO) Ortsverein Cuxhaven

Senioren-gymnastik, Romee-, Kniffel- und Skatgruppe, Ausflüge und Veranstaltungen

Information: AWO Ortsverein Cuxhaven,

Tel. 04721 - 39 50 330

detlef.ott@awo-cuxland.de

awo.kreisverband@awo-cuxland.de

www.awo-kreisverband-cuxhaven.de

### Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e.V. (ATSC)

Frauengymnastik, Seniorengymnastik, Stuhlgymnastik, Gesundheitssport (inkl. Rückenschule, Osteoporose-Training, Funktionelles Gesundheitssporttraining/ Bodyforming für Beckenboden und Prostata, Entspannung und Stressbewältigung), älter werden – aktiv bleiben (Männergymnastik / Freizeitsport für Männer), Prellball für Seniorinnen, Schwimmen und Wassergymnastik, Wandern, Radwandern, (Nordic) Walking, Tischtennis, Skifreizeit für Erwachsene etc.

Information: ATSC-Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 71 45 61

ats-cuxhaven@t-online.de, www.ats-cuxhaven.de

### Caritasverband Cuxhaven

Allgemeine Lebens- und Sozialberatung, Migrationsberatung, Flüchtlings- und Integrationsberatung, Anerkennung- und Qualifizierungsberatung, Sprachvermittler-Projekt, Begegnung und Austausch im Internationalen Frauencafé Cuxhaven und der interreligiösen Dialoggruppe, Begleitung des Integrationspatenprojektes

Information: Tel. 04721- 62 982

info@caritas-cuxhaven.de, www.caritas-cuxhaven.de

### CDU

Seniorenunion, Ortsverband Cuxhaven, monatliche Treffen

Information: Tel. 04721 - 69 84 434

kv@cducuxhaven.de, www.cducuxhaven.de

### Deutsches Rotes Kreuz Cuxhaven/Hadeln gGmbH

Häusliche Krankenpflege, Tagespflege, Begleitung außer Haus, Mobiler sozialer Hilfsdienst, Familienpflege/-hilfe, Betreuungsservice, Beratung, Hausnotruf, Hauswirtschaftliche Leistungen, Sozialstation, Arbeitskreis Angehörige pflegen Angehörige

Information: DRK-Zentrum, Tel. 04721 - 42 24 24

n.monsees@drk-cuxhaven-hadeln.de

g.grahmann@drk-cuxhaven-hadeln.de

www.drk-cuxhaven-hadeln.de

### Diakonisches Werk Cuxhaven – Hadeln

Allgemeine Sozialberatung, Psychosoziale Beratung, Lebens- und Paarberatung, Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung, Soziale Schuldner- und Insolvenzberatung, Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst, Frühstück für Senioren, Wärmestube, Bücherstube, Litauenhilfe, Café „Fluchtpunkt“, Weihnachtliches Vorlesen im Schloss

Information: Tel. 04721 - 56 04 - 0

verwaltung@dw-cux.de

### Die Cuxhavener Formularfüchse

Helfen Antragsstellern bei der Formulierung oder dem Ausfüllen von Antragsformularen. (Fälle in Steuer- oder Rechtsfragen werden nicht übernommen)

Sprechzeiten: Montag und Donnerstag von 16-18 Uhr, im Freiwilligenzentrum Cuxhaven, Schneidemühlplatz 7 und Donnerstag von 16-18 Uhr im Bürgerzentrum Lappeplatz 3

Information: Tel. 0151 - 52 95 40 78

### Engagierte Stadt Cuxhaven

Die engagierte Stadt Cuxhaven vernetzt das Ehrenamt in Cuxhaven

Zu erreichen im Freiwilligenzentrum Tel. 04721 - 51 06 34

engagierte.stadt@fwz-cuxhaven.de

www.engagiertestadt-cuxhaven.de

### Freiwilligenzentrum Cuxhaven

Beratung und Vermittlung von ehrenamtlichen Tätigkeiten, Neubürgerkurs, Runder Tisch des Ehrenamtes

Information: Tel. 04721 - 51 06 34

info@fwz-cuxhaven.de, www.fwz-cuxhaven.de

### Kath. Pfarrgemeinde St. Marien

Seniorenachmittag, Besuchsdienst

Information: Röm.-kath. Pfarrgemeinde Sankt Marien, Tel. 04721 – 66 420

pfarrbuero@katholische-kirche-cuxhaven.de

www.katholische-kirche-cuxhaven.de

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Emmaus

Seniorenkreis, Seniorenfrühstück, Gymnastik, Gesprächskreis für Frauen, Meditationskreis, Blockflötenkreis

– siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –

Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 - 0

info@kirchenbuero.net

www.kirchengemeinde-emmaus.wir-e.de/unsere-kirchengemeinde

## **Ev.-luth. Kirchengemeinde Gnadenkirche**

Seniorenkreis, Gemeindefrühstück, Frauenkreis, Seniorencafé am Schneidemühlplatz 8  
– siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –  
Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 -0  
info@kirchenbuero.net  
www.gnadenkirche-cuxhaven.de

## **Ev.-luth. Kirchengemeinde Ritzebüttel, Martinskirche**

Frauenkreis  
– siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –  
Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 -0  
info@kirchenbuero.net, www.martinsgemeinde.wir-e.de

## **Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Petri**

Frauenkreis, Klönkreis, Theologisches Gespräch, Literaturkreis – siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –  
Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 -0  
info@kirchenbuero.net, www.st-petri-cuxhaven.de

## **Kneipp-Verein Cuxhaven e.V.**

Gesundheitsgymnastik für Senioren, Ganzheitliches Gedächtnistraining, Yoga, Wassergymnastik, Schwimmen, Bewegungsübungen im Therapiebecken, Wasserbewegungsübungen, Wanderungen, Sportliche Gymnastik / Präventiv-Sport, Radfahren, Klönen und Spielen, Vorträge  
Information: Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 25 222  
info@kneipp-verein-cuxhaven.de  
www.kneipp-verein-cuxhaven.de

## **LAB Lange aktiv bleiben**

Vorträge, Lesungen, Feiern, Spiele, Gymnastik, Seniorentanz und Ausflüge  
Information: Tel. 04721 - 21 260  
ingecux@web.de  
www.paritaetischer.de/kreisgruppen/cuxhaven/downloads/Selbsthilfegruppen/LAB\_Cuxhaven.html

## **Landfrauenverein Cuxhaven**

Vielfältige Veranstaltungen, Kreativangebote, Ausflüge und Vorträge  
Information: Tel. 04721 - 62 951  
doertebulle@web.de, www.landfrauen-cuxland.de

## **Mehrgenerationenhaus Cuxhaven**

Seniorenfrühstück, Spieletreff, PC-Kurse, Offener Treff, 2x jährl. Operettennachmittag, „Anti-Rost“ (haushaltsnahe Dienstleistungen für Senioren), Fahrradselbsthilfe-Werkstatt  
Abendrothstraße 25, 27474 Cuxhaven  
Information: Tel. 04721 - 70 07 900  
mgh-cux@cuxhaven.de, www.hdj-cux@t-online.de, www.cuxhaven.de, www.mehrgenerationenhaeuser.de

## **KIBIS im Paritätischen**

Beratung, Selbsthilfegruppen  
Information: Tel. 04721 - 57 93 -32  
sabine.tscharntke@paritaetischer.de, www.paricux.de

## **Ritzebüttel aktiv e.V. im Bürgerzentrum Lehfeld**

Treffen in unterschiedlichen Gruppen, Seniorentreff, Seniorengymnastik, Ausflüge, Informationsveranstaltungen, Senioren-Cafe jeden 2. Sonntag im Monat, Möglichkeit

eigene Vorschläge umzusetzen  
Information: Tel. 04721 - 69 02 14  
info@ritzebuettel-aktiv.de; j.auga@siedlung.de

## **Rot-Weiss Cuxhaven von 1990 e.V.**

Damen- und Herren Gymnastik, Herzsport, Bogenschützen  
Information: Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 36 434  
rot-weiss-cuxhaven@t-online.de  
www.rot-weiss-cuxhaven.de

## **Sozialverband VdK Cuxhaven**

Gesellige Treffen, Ausflüge, Beratung und Hilfe in Sozialrechtsfragen  
Information: Geschäftsstelle Cuxhaven, Tel. 04721 - 66 63 66  
gs-cuxhaven@vdk.de, www.vdk.de/kv-cuxhaven

## **SoVD-Ortsverband Stadtverband Cuxhaven**

Gesellige Treffen, Ausflüge, Vorträge  
Information: Tel. 04723 - 52 38  
willi.bontjer@t-online.de

## **SPD 60plus**

Politischer Nachmittag  
Information: Tel. 04721 - 66 50 11  
ubergen@t-online.de, www.spd-cuxhaven.de

## **Sport-Club Schwarz-Weiß Cuxhaven e.V.**

Tennis, Bogensport, Gymnastik, Padel  
Information: Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 55 46 11  
info@sw-cuxhaven.de, www.sw-cuxhaven.de

## **Stadtbibliothek Cuxhaven**

Bücher in Großdruck, Hörbücher, vielfältige Ratgeber speziell für Senioren, DVDs, eBook-Reader, Lesecafé, Tageszeitungen, Lesebrillen  
Information: Tel.: 04721 - 70 07 08 00  
stadtbibliothek@cuxhaven.de, www.cuxhaven.de

## **SV Blau-Gelb Cuxhaven von 1934 e.V.**

Rückenschule - Prävention für Damen und Herren  
Information: Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 66 50 28  
blau-gelb.cuxhaven@t-online.de  
www.sv-blau-gelb-cuxhaven.de

## **ver.di – Seniorinnen und Senioren in Cuxhaven, Wurster Nordseeküste und Geestland**

Monatliche Veranstaltungen werden in den CN/CK vorangekündigt.  
Information: ver.di Geschäftsstelle, Tel. 04721 - 66 33 18  
Bahnhofstraße 26, 27474 Cuxhaven  
gst.cuxhaven@verdi.de  
Aktuelles unter:  
www.verdi.de/senioren-nds-bremen/cuxhaven

## **Volkshochschule**

Vielfältige Angebote für Seniorinnen und Senioren – monatliche Clubnachmittage, Studienfahrten, Atelierbesuche, Bücherstunden, Gedächtnistraining, Sprachkurse, Wassergymnastikkurse, EDV-Kurse, Kreativkurse  
Information: Volkshochschule der Stadt Cuxhaven, Tel. 04721 - 73 520  
info@vhs-cuxhaven.de, www.cuxhaven.de/vhs

## Zeitoase

Wöchentliche Treffen, Austausch, soziale Kontakte (spielen, klönen, singen, lachen)  
 Montags: gemeinsames Mittagessen  
 Donnerstags: Kaffeetafel  
 Information: Tel. 0172 - 91 51 102  
 walther@zeitoase-cuxhaven.de  
 www.zeitoase-cuxhaven.de

## Stadtteil Altenbruch

**Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Nicolai Altenbruch**  
 Handarbeitskreis, Glaubensgesprächskreis, Besuchsdienstkreis  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04722 - 25 14  
 buero@kirche-altenbruch.de  
 www.kirche-altenbruch.de

## TSV Altenbruch

Seniorengymnastik  
 Information: Tel. 04724 - 309  
 dirk-detlef.bachmann@t-online.de  
 www.tsv-altenbruch.de

## Stadtteile Altenwalde, Arensch, Berensch, Franzenburg, Gudendorf, Oxstedt

### DRK Altenwalde

14tägige Seniorentreffen mit wechselnden Themen – immer mit Kaffee und Kuchen, verschiedene Ausflüge, auch für Nichtmitglieder des DRK  
 Information: Tel. 04723 - 50 09 85  
 ov.altenwalde@drk-cuxhaven-hadeln.de  
 www.drk-altenwalde.de

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Altenwalde, Kreuzkirche

Seniorenkreis, Frauenkreis, Frauenfrühstück, Guten-Morgen-Männerrunde Töpferkreis, Seniorengymnastik, Seniorengeburtsstagsfeier, Bibelgesprächskreis, Besuchsdienst, Kantorei, Lektoren, Kirchenwächter  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04723 - 24 24  
 kg.altenwalde@evlka.de, www.kirche-altenwalde.de

### TSV Altenwalde

Seniorengymnastik, Koronarsport, ab Aug. 2017 weitere Angebote  
 Information: Geschäftsstelle, Tel. 04723 - 50 56 95  
 geschaeftsstelle@tsv-altenwalde.de  
 www.tsv-altenwalde.de

## Stadtteil Döse

### Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Gertrud

Seniorenkreis, geselliger Kaffeetreff, Frauenkreis, Handarbeitskreis – siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 -0  
 info@kirchenbuero.net, www.kirche-cuxhaven.de

## Stadtteil Duhnen

### Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Gertrud

Gemeindenachmittag  
 – siehe auch Gemeindebrief auf der Webseite –  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 66 35 80 -0  
 info@kirchenbuero.net, www.kirche-cuxhaven.de

## Stadtteil Groden

### Grodener Sportverein e.V.

Senioren-Tanz und Gymnastikgruppe, Info: Tel. 04722 - 13 77  
 Koronar-Gymnastik, Info: Tel. 04721 - 21 248  
 Diabetikersport, Info: Tel.: 04721 - 39 96 10  
 info@grodener-sv.de, www.grodener-sv.de

### Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Abundus

Seniorenkreis, Senioren-Treff, Besuchsdienst  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 71 42 82  
 kg.groden@evlka.de, www.kirche-landhadeln.de

## Stadtteil Lüdingworth

### DRK OV Lüdingworth & Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Jacobi

Mittwochsrunderunde mit abwechslungsreichem Programm, Ausflüge, Glückwunschdienst  
 Information: Tel. 04724 - 325

### Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Jacobi

Mittwochsrunderunde, Handarbeitsrunderunde, Kirchenchor, Posauenchor, Kirchen- u. Orgelführungen, Sommerkonzerte  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04724 - 17 70  
 kg.luedingworth@evlka.de, www.kirche-landhadeln.de

### MTV Lüdingworth

Seniorengymnastik für Damen und Herren  
 Information: Tel. 04724 - 81 11 99  
 kirsten.bochmann@ewetel.net

## Stadtteil Sahlenburg

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Johanneskirche

Nachmittag für Ältere, Frauengesprächskreis  
 Information: Kirchenbüro, Tel. 04721 - 20 12 01  
 kg.sahlenburg@evlka.de, www.kirche-sahlenburg.de

### Sportfreunde Sahlenburg e.V.

Senioren-sport  
 Information: Geschäftsstelle, Tel. 04721 – 29 375  
 vorstand@sportfreunde-sahlenburg.de  
 www.sportfreunde-sahlenburg.de



## STADT GEESTLAND

Postfach 31 05 60 · 27607 Geestland

Telefon 04743 - 937-1111 · Fax 04743 – 9 37 23 45

E-Mail: poststelle@geestland.eu · Internet: www.geestland.eu

**Rathaus 1:** Langen, Sieverner Straße 10, 27607 Geestland

**Rathaus 2:** Bad Bederkesa, Am Markt 8, 27624 Geestland

### Allgemeine Öffnungszeiten der Bürgerbüros in Langen und Bad Bederkesa:

Montag, Dienstag und Donnerstag 08.00 bis 18.00 Uhr, Mittwoch und Freitag 08.00 bis 12.30 Uhr

Zusätzlich: Bürgerbüro Bad Bederkesa, jeden 1. Samstag im Monat 08.00 bis 12.30 Uhr

Bürgerbüro Langen, jeden 2. Samstag im Monat 08.00 bis 12.30 Uhr

Übrige Bereiche: Montag bis Donnerstag 08.00 bis 16.00 Uhr, Freitag 08.00 bis 12.30 Uhr  
sowie nach Terminvereinbarung

### Ansprechpartnerin für Seniorenangelegenheiten

Frau Adeline Thomann, Sieverner Straße 10, 27607 Geestland

Tel. 04743 – 937-23 22, Fax: 04743 – 937-23 39, E-Mail: adeline.thomann@geestland.eu

### Inklusionsbeauftragte der Stadt Geestland

Frau Rebecca Hotes, Sieverner Str. 10, 27607 Geestland

Tel.: 04743 - 937-23 21, Fax: 04743 - 937-23 09, E-Mail: rebecca.hotes@geestland.eu

### Seniorenbeirat der Stadt Geestland

Vorsitzender: Herr Herbert Derlam, Im Müggenhörn 6, 27624 Geestland

Telefon: 04745 – 73 32

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Herr Friedel Dohrmann, Dorumer Straße 18, 27607 Geestland

Telefon: 04707 – 12 11, E-Mail: friedel.dohrmann@ewetel.net

### Bad Bederkesa

**Offener Mittagstisch**, Seniorenwohnstätte Bederkesa am See, Heuss-Straße 19

Auskünfte: Tel. 04745 - 9 47 50

**Altenkreis**, Auskünfte: Frau Waltraud Stender, Tel. 04745 - 81 11

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Herbert Derlam (Vorsitzender), Tel. 04745 - 73 32

**DRK Ortsverein**, Auskünfte: Herr Andreas Franz, Tel. 04745 - 77 40

**AWO Ortsverein**, Auskünfte: Herr Meyer, Tel. 04745 - 16 31

**Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Jacobi Bad Bederkesa**  
Auskünfte: Pastor Dirk Glanert, Tel. 04745 - 3 46

### Debstedt

**Seniorenarbeit** durch den Ortsrat

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Annelore Seitz, Tel. 04743 - 84 10

**DRK Ortsgruppe**, Auskünfte: Frau Ortrud Morick, Tel. 04743 - 22 02

**Sozialverband Deutschland (SoVD)**, Ortsgruppe Debstedt  
Auskünfte: Frau Kornelia Wittschieden, Tel. 04743 - 79 63

**Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Dionysius Debstedt**  
Auskünfte: Pastorin Christa Maschke, Tel. 04743 - 52 25

### Drangstedt

**Altenkreis**, Auskünfte: Frau Ursula von Thaden, Tel. 04704 - 9 29 67 55

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Peter Pommer, Tel. 04704 - 3 90

**DRK Ortsverein**, Auskünfte: Herr Henry Koch, Tel. 04704 - 23 08 80

### Ev.-luth. Liebfrauen-Kirchengemeinde Elmlohe und

**Drangstedt**, Auskünfte: Pastorin Martina Scholz-Mehrtens, Tel. 04704 - 20 22

### Elmlohe

**Altenkreis**, Auskünfte: Frau Gerda Lodders, Tel. 04704 - 4 42

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Wilhelm Brickwedel, Tel. 04704 - 3 85

### Ev.-luth. Liebfrauen-Kirchengemeinde Elmlohe und

**Drangstedt**, Auskünfte: Pastorin Martina Scholz-Mehrtens, Tel. 04704 - 20 22

### Flögeln

**Altenkreis**, Auskünfte: Frau Annegret Blohm, Tel. 04707 – 4 00

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Annegret Blohm, Tel. 04707 - 4 00

### Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Pauli Flögeln

Auskünfte: Pastorin Inge Brickwedel, Tel. 04745 - 70 59

### Holßel

**Seniorenarbeit** durch den Ortsrat

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Karin Reischuck, Tel. 04742 - 7 95

### Ev.-ref. Kirchengemeinde Holßel

Auskünfte: Pastor Matthias Wulff, Tel. 04742 - 3 28

### Hymendorf

**Seniorenarbeit** durch den Ortsrat

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Herta Witthohn, Tel. 04704 - 92 96 93

**DRK Ortsgruppe**, Auskünfte: Frau Renate Rohde, Tel. 04704 - 5 01

## Imsum

„Lüüd von Ossentorm“, Auskünfte: Herr Günter Diekhoff,  
Tel. 0471 - 8 77 41

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Dieter Riggers,  
Tel. 0471 - 2 69 93

**Ev.-luth. Zionkirchengemeinde Weddewarden-Imsum**  
Auskünfte: Pfarramt, Tel. 0471 - 8 47 15

## Köhlen

**Seniorentreff „Bliev in'ne Gang“**

Auskünfte: Frau Marianne Döscher, Tel. 04708 - 6 53

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Marianne Döscher,  
Tel. 04708 - 6 53

**Sozialverband Deutschland (SoVD)**, Ortsverband

Köhlen-Ringstedt

Auskünfte: Frau Anette von der Lieth, Tel. 04708 - 4 83

## Kührstedt

**Seniorenarbeit** durch den Ortsrat

Auskünfte: Herr Hermann Hanewinkel (Ortsbürgermeister),  
Tel. 04708 - 6 03

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Hinrich Hüttmeyer,  
Tel. 04745 - 75 84

**DRK Ortsverein**, Auskünfte: Frau Christina Mahlstedt,  
Tel. 04708 - 15 21 15

**Sozialverband Deutschland (SoVD)**, Ortsverband Kührstedt  
Auskünfte: Herr Hermann Hanewinkel, Tel. 04708 - 6 03

## Krempel

**Verkehrsverein Neuenwalde/Krempel**, Seniorenarbeit  
Auskünfte: Herr Lothar Kappelmann, Tel. 04707 - 70 59

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Lothar Kappelmann,  
Tel. 04707 - 70 59

## Langen

**Begegnungsstätte der Stadt Geestland**,

Leher Landstraße 14, 27607 Geestland

Auskünfte: Tel. 04743 - 3 44 99 71

**Seniorenarbeit** durch den Ortsrat, Helfern sowie der  
Begegnungsstätte

Auskünfte: Frau Young, Tel. 04743 - 3 44 99 71

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Hans-Jürgen Schade,  
Tel. 04743 - 57 13

**DRK Ortsgruppe**, Auskünfte: Frau Hilke Jachens,  
Tel. 04707 - 92 98 66

**Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Petri Langen**

Auskünfte: Pfarrbüro, Tel. 04743 - 91 23 31

## Lintig

**Seniorenkreis „Dorbi blieven“**, Auskünfte: Frau Annelise  
Baacke, Tel. 04765 - 92 00 60

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Marianne Kuchenbecker,  
Tel. 04765 - 2 96

## Neuenwalde

**Verkehrsverein Neuenwalde/Krempel** (Seniorenarbeit)  
Auskünfte: Herr Lothar Kappelmann, Tel. 04707 - 70 59

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Friedel Dohrmann,  
Tel. 04707 - 12 11

**DRK Ortsgruppe**, Auskünfte: Frau Margot Fähling,  
Tel. 04707 - 3 49

**Sozialverband Deutschland (SoVD)**, Ortsgruppe  
Neuenwalde

Auskünfte: Frau Dorothea Vogel, Tel. 04707 - 93 00 73

**Ev.-luth. Kirchengemeinde Heilig-Kreuz-Kirche Neuenwalde**  
Auskünfte: Pastor Joachim Köhler, Tel. 04707 - 93 01 11

## Ringstedt

**Altenkreis**, Auskünfte: Frau Christa Gerdes, Tel. 04708 - 13 16

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Frau Christa Gerdes,  
Tel. 04708 - 13 16

**Sozialverband Deutschland**, Ortsverband Köhlen-Ringstedt  
Auskünfte: Frau Anette von der Lieth, Tel. 04708 - 4 83

**St. Fabian Kirche Ringstedt**

**Ev.-luth. Kirchengemeinde Ringstedt**

Auskünfte: Pastor Andreas Maack, Tel. 04708 - 92 00 82

**Ev.-ref. Kirchengemeinde Ringstedt**

Auskünfte: Pastor Dietrich Meier, Tel. 04708 - 2 62

## Sievern

**Verkehrsverein Sievern (Seniorenarbeit)**

Auskünfte: Herr Egon Hencken, Tel. 04743 - 75 93

**Mitglied im Seniorenbeirat**, Herr Werner Dhem,  
Tel. 04743 - 73 21

## Weitere Vertreter und Vertreterinnen im Seniorenbeirat

**AWO**, Herr Heinz Meyer, Tel. 04745 - 16 31

**Der Paritätische Cuxhaven**, Frau Sieglinde von Twistern,  
Tel. 04745 - 66 61

**DRK**, Frau Elke Oellerich, Tel. 04743 - 54 03

**Kirchengemeinden**, Frau Rosemarie Meyer,  
Tel. 04743 - 13 77

**Sozialverbände (SoVD)**, Frau Anna-Gesine Seitz,  
Tel. 04707 - 10 05

## Weitere Kirchengemeinden

**Röm.-kath. Kirchengemeinde Herz-Jesu Bremerhaven-Lehe**

Seelsorgebezirk Bad Bederkesa St. Benedikt

Auskünfte: Tel. 0471 - 3 08 59 90



## GEMEINDE BEVERSTEDT

Schulstraße 2 · 27616 Beverstedt

Telefon 04747 - 181-0 · Fax 04747 - 181-50

E-Mail: info@gemeinde-beverstedt.de · Internet: www.beverstedt.de

### Öffnungszeiten:

Montag 08.30 bis 12.00 Uhr

Dienstag 07.30 bis 15.00 Uhr

Mittwoch nur nach Vereinbarung

Donnerstag 08.30 bis 12.00 Uhr und 15.00 bis 18.30 Uhr

Freitag 08.30 bis 12.00 Uhr

### Seniorenbeirat der Gemeinde Beverstedt

Vorsitzende: Frau Käte Heins, Malser Straße 22, 27616 Beverstedt

Telefon: 04749 - 84 42, E-Mail: kaeteheins@gmx.de

### Vertreterin im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Frau Käte Heins, Malser Straße 22, 27616 Beverstedt

Telefon: 04749 - 84 42, E-Mail: kaeteheins@gmx.de

**Senienschwimmen:** jeden Freitag im Hallenbad in Hambergen (Es fährt ein Bus)

Auskünfte: Frau Schuster, Tel. 04747 - 14 93

### Appeln

**Seniorenbeauftragte,** Frau Anke Büttelmann,

Tel. 04747 - 3 28

**Seniorenachmittage,** Auskünfte: Frau Anke Büttelmann,

Tel. 04747 - 3 28,

### Beverstedt

z.Z. kein Seniorenbeauftragter

**Skatrunde,** Auskünfte: Herr Ernst Hogrefe, Tel. 04747 - 12 80

### Bokel

**Seniorenbeauftragte,** Frau Margret Semken,

Tel. 04748 - 22 63

**Seniorenachmittage, Sonntagstreff, Tanzgruppe**

Auskünfte: Frau Margret Semken, Tel. 04748 - 22 63

### Frelsdorf

**Seniorenbeauftragte,** Frau Käte Heins, Tel. 04749 - 84 42

**Seniorentreffen, Geburtstagsrunde, Seniorentanzgruppe**

Auskünfte: Frau Käte Heins, Tel. 04749 - 84 42

### Heerstedt

**Seniorenbeauftragte,** Frau Ilse-Marie Haaren,

Tel. 04747 - 3 08

### Hollen

**Seniorenbeauftragte,** Frau Renate Böttjer-Schoppenhauer,

Tel. 04748 - 34 02

### Kirchwistedt

**Seniorenbeauftragte,** Frau Erika Steffens, Tel. 04747 - 15 07

### Lunestedt

**Seniorenbeauftragter,** Herr Arnold Plesse, Tel. 04748 - 39 30

**Seniorenachmittage, Geburtstagskaffee, Seniorentanz,**

**Seniorenfitness, DRK-Sozialgruppe**

Auskünfte: Herr Arnold Plesse, Tel. 04748 - 39 30

### Stubben

**Seniorenbeauftragte,** Frau Gisela Kaminski, Tel. 04748 - 29 31

**Tanz, Gymnastik, geselliges Beisammensein, Seniorenbe-**

**gegnung für Frauen, Skat und Doppelkopf für Männer**

Auskünfte: Frau Gisela Kaminski, Tel. 04748 - 29 31

### Wellen

**Seniorenbeauftragter,** Herr Wilfried Helke, Tel. 04747 - 89 74

### Wollingst

**Seniorenbeauftragte,** Frau Jutta von Glahn, Tel. 04749 - 14 34



## GEMEINDE HAGEN IM BREMISCHEN

**Amtsplatz 3 · 27628 Hagen**

**Telefon 04746 - 87-0 · Fax 04746/ 87-27**

E-Mail: info@hagen-cux.de · Internet: www.hagen-cux.de

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 14.00 bis 18.00 Uhr

### Seniorenbeirat der Gemeinde Hagen im Bremischen

Vorsitzender: Herr Detlef Haese, Buchenweg 26, 27628 Hagen,

Telefon: 04746 - 14 06, E-Mail: detlefhaese@web.de

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Herr Hans Verlaan, Alte Parkstraße 1c, 27628 Hagen im Bremischen

Telefon: 04746 – 70 85, E-Mail: hans.verlaan@ewetel.net

### Bramstedt

**Landfrauenverein Bramstedt u.U.**, Auskünfte: Frau Marita Schöne, Tel. 04746 - 95 01 16

**Senioren-Harmonika**, Club „Florian“, Kreisfeuerwehrverband WEM

Auskünfte: Herr Bohle, Tel. 04744 - 52 16

### Driftsethe

**Frauenhilfe Driftsethe**, Ev.-luth. Kirchengemeinde Hagen, jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00-17.00 Uhr

Auskünfte: Frau Evelyn Fromme, Tel. 04746 - 7 27 99 97 bei Frau Hanna Wendelken, Driftsethe, Vorm Dorf 11

### Hagen

**Klönschnack** – mit wechselnden Themen, jeden 1. Freitag im Monat

**Spielesachmittag**, jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat und viele weitere Veranstaltungen (siehe Internet)

**Damen-Gymnastik 60 +**, Hagener Sportverein, Dienstag 18.00-19.30 Uhr, Kreissporthalle

Auskünfte: Frau Ursula Preuß, Tel. 04746 - 93 12 51

**Herren-Gymnastik**, Hagener Sportverein, Dienstag 18.30-20.00 Uhr, Kreissporthalle

Auskünfte: Herr Holger Stanislaus, Tel. 04746 - 80 23

**DRK- Seniorennachmittag** im Gemeindehaus der Ev.-luth. Kirchengemeinde, jeden 2. Mi. im Monat, 15.00-17.00 Uhr

Auskünfte: Frau Thea Ohlmann, Tel. 04746 - 66 53

**„Gemütliche Runde“ DRK Seniorenheim**, Donnerstag 15.30-17.00 Uhr

Auskünfte: Frau Hannelore Michaelis, Tel. 04746 - 69 23

**„Gemütliche Runde“ Senioren-Schlößchen**, Mittwoch 15.30-17.00 Uhr

Auskünfte: Frau Hannelore Michaelis, Tel. 04746 - 69 23

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Klön- und Spielesachmittag

Auskünfte: Frau Herta Kathmann, Tel. 04746 - 72 63 93

### Sandstedt

**Freiwillige Feuerwehr**, Seniorengruppe, Auskünfte: Herr Hans-Georg Otten, Tel. 04702 - 2 41

**Seniorenkreis** Sandstedt und Wersabe, Gemeindesaal Sandstedt, jeden 3. Freitag im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Frau Inge Chrobok, Tel. 04702 - 12 91

### Uthlede

**DRK-Seniorennachmittag**, Gemeindehaus, jeden 2. Freitag im Monat, 15.00 Uhr (außer Juni und Juli)

Auskünfte: Frau Hanna Tietje, Tel. 04746 - 13 80

**DRK-Spielesachmittag**, Gemeindehaus, jeden 4. Freitag im Monat, 15.00 Uhr (außer Juni und Juli)

Auskünfte: Frau Hanna Tietje; Tel. 04746 - 13 80

**Heimatverein Uthlede e.V.**, Auskünfte: Herr Torsten Wulff, Tel. 04296 - 14 72

**Männergesangsverein Uthlede**, Chorsingen für Männer, Heimathaus, Montag 20.00 Uhr

Auskünfte: H. Blendermann, Tel. 04296 - 3 08

**„Gemütliche Runde“**, 14-tägig im Seniorenhof Allan, Dienstag 16.00-17.00 Uhr,

Auskünfte: Frau Hannelore Michaelis, Tel. 04746 - 69 23

### Wersabe

**Landfrauenverein** Wersabe/Umgebung, Fahrtenprogramme u. Kurse

Auskünfte: Frau Elke Mencke, Tel. 04702 - 2 53 und Frau Reinhild Morisse, Tel. 04702 - 92 00 50

### Wulsbüttel

**Bürgerverein Wulsbüttel**, Auskünfte: Herr Tobias Böttjer, Tel. 04746 - 72 59 14

**Seniorennachmittage** der Ev.-luth. Kirchengem. Uthlede/Wulsbüttel, Gemeindehaus Wulsbüttel, jeden 3. Freitag im Monat, außer im Juli

Auskünfte: Frau Petra Vonsien, Tel. 04795 - 71 88

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Ortsverband Wulsbüttel-Uthlede

Auskünfte: Herr Dieter Stolz, Tel. 0151 - 55 11 79 56

**Landfrauenverein Wulsbüttel**, Auskünfte: Frau Birgit Werde, Tel. 04795 - 17 33 und Frau Angela Gerken, Tel. 04746 - 93 88 96



## GEMEINDE LOXSTEDT

Am Wedenberg 10 · 27612 Loxstedt

Telefon 04744 - 48-0 · Fax 04744 - 48-55

E-Mail: [gemeinde@loxstedt.de](mailto:gemeinde@loxstedt.de) · Internet: [www.loxstedt.de](http://www.loxstedt.de)

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.30 bis 13.00 Uhr

Dienstag 14.00 bis 18.00 Uhr

### Seniorenlotsin

Frau Inge Meinke, Parkstraße 10a, 27612 Loxstedt

Telefon: 04744 - 24 31, E-Mail: [inge.meinke1@ewetel.net](mailto:inge.meinke1@ewetel.net)

### Vertreterin im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Frau Inge Meinke, Parkstraße 10a, 27612 Loxstedt

Telefon: 04744 - 24 31, E-Mail: [inge.meinke1@ewetel.net](mailto:inge.meinke1@ewetel.net)

### Bürger helfen Bürger e.V.

- Tafel jeden Dienstag von 14.30-16.00 Uhr in der Grundschule Loxstedt
- Kleiderkammer im Kulturzentrum ‚Alte Schule‘ in Stotel, dienstags und donnerstags von 14.00 - 18.00 Uhr

Auskünfte: Herr Hansemann, Tel.: 04744 - 51 72, Frau Inge Meinke, Tel. 04744 - 24 31

### Bexhövede

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Piastowski, Ortsvorsteher, Tel. 04703 - 10 36

**Rommé-Nachmittag**, ATS Bexhövede, jeden 1. Dienstag im Monat, 15.00 Uhr,

Auskünfte: Frau Piastowski, Tel. 04703 - 10 36

**Seniorenturnen**, ATS Bexhövede, jeden Mittwoch 15.00-16.00 Uhr,

Auskünfte: Frau Piastowski, Tel. 04703 - 10 36

**Adventsfeier**, DRK-OV-Bexhövede

Auskünfte: Herr E. Cordes, Tel. 04744 - 33 80

**Seniorennachmittag** der Kirchengemeinde Bexhövede, jeden ersten Donnerstag im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Pastorin, Tel. 04703 - 2 45

jeden letzten Donnerstag im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Frau Engelbarts, Tel. 04703 - 698

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**

Auskünfte: Frau Beate Jörke, Tel. 04703 - 6 77

### Büttel

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Behrje, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 73 06 60

**Seniorennachmittag**, Kirchengemeinde Stotel/Büttel, jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Herr Casper, Tel. 04744 - 73 08 53

### Dedesdorf- Eidewarden

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Onken, Tel. 04740 - 12 85

**Seniorennachmittag** der Kirchengemeinde Dedesdorf, jeden 1. Mittwoch im Monat (von Februar bis Juni und von September bis Dezember)

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Onken, Ortsvorsteher, Tel. 04740 - 12 85

### Donnern

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Schmedes, Ortsvorsteher, Tel. 04703 - 5 80 24

**Fahrradturen**, jeden 1. Mittwoch im Monat, von April bis September, 18.30 Uhr,

Treffpunkt Feuerwehrhaus

Auskünfte: Herr Schmedes, Tel. 04703 - 5 80 24

### Düring

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Koppe, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 41 56

**Seniorenradfahren**, TSV Düring, 2x mtl. mittwochs

Auskünfte: Herr Mundt, Tel. 04744 - 33 67

### Fleeste

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Frau Seebeck, Ortsvorsteherin,

Tel. 04744 - 73 12 96

### Hahnenknoop

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Thier, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 73 18 68

### Hetthorn

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Becken, Ortsvorsteher,

Tel. 04744 - 91 20 32

### Holte

**Ausflüge**, Auskünfte: Frau Onken, Ortsvorsteherin, Tel. 04744 - 15 03

**Feuerwehr** Holte, Seniorennachmittage

Auskünfte: Ortsbrandmeister Herr Böckelken, Tel. 04744 - 60 55

**Seniorennachmittag** der Kirchengemeinde Stotel und Büttel, jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Pastor Casper, Tel. 04744 - 73 08 53

### Lanhausen

#### Ausflüge, Seniorennachmittage

Auskünfte: Herr Booken, Ortsvorsteher, Tel. 0173 - 6 49 21 24

### Loxstedt

Herr Michaelis, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 31 02

**AWO Loxstedt**, täglich Seniorenprogramm des Birkenhofes, Seniorencafé: sonntags ab 15.00 Uhr, Auskünfte: Tel. 04744 - 90 53-0

**AWO Loxstedt**, Betreutes Wohnen, 6 Appartements, Auskünfte: Tel. 04744 - 90 53-0

**Seniorenkegeln**, jeden 1. und 4. Freitag im Monat, 10.00-12.00 Uhr

Auskünfte: Frau Inge Meinke, Tel. 04744 - 24 31

**Seniorenschwimmen**, jeden Montag (außer Juli, August, Dezember)

Auskünfte: Frau Inge Meinke, Tel. 04744 - 24 31

**Sitzgymnastik für Senioren**, CDU Frauen Union, alle 14 Tage donnerstags, 14.00 - 15.00 Uhr

Auskünfte: Frau Kristina Wiehn, Tel. 04744 - 26 49

**Seniorenachmittag**, Evangelische Kirchengemeinde Loxstedt, jeden 3. Freitag im Monat, 15.00 Uhr, Auskünfte: Tel. 04744 - 23 19

**Seniorenkaffee** im Gemeindesaal der Evangelischen Kirchengemeinde Loxstedt, 1. Sonntag im Monat  
Auskünfte: Tel. 04744 - 23 19

**Ausflüge und Spielenachmittag**, TV Loxstedt, alle 2 Monate, Dienstag

Auskünfte: Frau Aufderheide, Tel. 04744 - 82 00 81

### Maihausen

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Frau Dellas, Ortsvorsteherin, Tel. 04740 - 4 52

### Nesse

**Ausflüge, Seniorennachmittage**, Auskünfte: Frau Köster, Ortsvorsteherin Tel. 04744 - 73 06 14

TSV Nesse, **Herzsportgruppe**, Montag 19.00-21.15 Uhr und Donnerstag 18.30-19.45 Uhr und 20.00 - 21.00 Uhr  
Auskünfte: Frau Horn, Tel. 04744 - 62 96

TSV Nesse, **Walking**, Dienstag und Donnerstag 08.00-09.15 Uhr

Auskünfte: Frau Horn, Tel. 04744 - 62 96

TSV Nesse, **Frauengymnastik**, Montag 19.00 - 20.00 Uhr  
Auskünfte: Frau Barre, Tel. 04744 - 16 28

TSV Nesse, **Seniorengymnastik**, Donnerstag 10.00 - 11.30 Uhr

Auskünfte: Frau Barre, Tel. 04744 - 16 28

TSV Nesse, **Männerfitness**, Mittwoch 19.00 - 20.00 Uhr  
Auskünfte: Herr Gudehus, Tel. 04744 - 62 64

TSV Nesse, **Frauenfitness**, Dienstag 17.00 - 18.00 Uhr  
Auskünfte: Frau Köster, Tel. 04744 - 73 06 14

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Ortsgruppe Nesse  
Auskünfte: Frau Köster, Tel. 04744 - 73 06 14

### Neuenlande

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Herr Keithan, Ortsvorsteher, Tel. 04740 - 14 00 22

### Overwarfe

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Herr Köhnken, Ortsvorsteher, Tel. 04740 - 93 02 05

### Schwegen

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Herr Kück, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 53 61

### Stinstedt

**Ausflüge, Seniorennachmittage**, Auskünfte: Herr Wrede, Ortsvorsteher, Tel. 04703 - 52 38

**Seniorenkreis Stinstedt**, jeden 1. Mittwoch im Monat  
Auskünfte: Frau Kurz, Tel. 04703 - 59 58

**Spülenachmittag**, Seniorenkreis Stinstedt, jeden 3. Mittwoch im Monat,  
Auskünfte: Frau Schäfer, Tel. 04703 - 17 46

### Stotel

Herr Grieger, Ortsvorsteher, Tel. 04744 - 16 46

**Seniorenfahrten** der AWO Stotel

Auskünfte: Frau Prinz, Tel. 04744 - 55 96

**Seniorennachmittag** der Kirchengemeinde Stotel und Büttel,

jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr

Auskünfte: Pastor Casper, Tel. 04744 - 73 08 53

**Seniorenfahrten** der Kirchengemeinde Stotel und Büttel  
Auskünfte: Frau Baltsch, Tel. 04744 - 17 35

### Ueterlande

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Herr Harrie, Ortsvorsteher, Tel. 04740 - 7 50

### Wiemsdorf

**Ausflüge, Seniorennachmittage**

Auskünfte: Herr Radespiel, Ortsvorsteher,  
Tel. 04740 - 14 08 80



## GEMEINDE SCHIFFDORF

Brameler Straße 13 · 27619 Schiffdorf

Telefon 04706 - 1 81-0 · Fax 04706 - 1 81-2 39

E-Mail: [gemeinde@schiffdorf.de](mailto:gemeinde@schiffdorf.de) · Internet: [www.schiffdorf.de](http://www.schiffdorf.de)

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 15.00 bis 18.00 Uhr

### Seniorenbeirat der Gemeinde Schiffdorf

Vorsitzende: Frau Erika Diehl, Silberseestraße 58, 27619 Schiffdorf

Telefon: 04749 - 82 96, E-Mail: [erika-diehl@freenet.de](mailto:erika-diehl@freenet.de)

### Vertreterin im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Frau Erika Diehl (Vorsitzende), Silberseestraße 58, 27619 Schiffdorf,

Telefon: 04749 - 82 96, E-Mail: [erika-diehl@freenet.de](mailto:erika-diehl@freenet.de)

### Geestenseth

#### DRK Ortsverein

Spielenachmittag, 1 x im Monat

Auskünfte: Herr Fincken, Tel. 04749 - 10 20 40

### Schiffdorf/ Bramel

#### DRK Ortsverein

Seniorenhandarbeitsgruppe, 2 x im Monat,

Senioren gymnastik, wöchentlich,

Spiele- und Freizeitgruppe, 2 x im Monat,

Seniorenbesuchsdienst

Auskünfte: Herr Pülschen, Tel. 0471 - 29 58 6

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Schiffdorf

Frühstückstreffen für Senioren, jeden Dienstag um 8.30 Uhr,

Geburtstagskaffeetrinken, alle 2 Monate,

Frauengruppe, 1x im Monat, donnerstags.,

Seniorentanzgruppe, Mo. um 15.30 Uhr,

Kirchen-Café, jeden letzten So. im Monat,

Auskünfte: Pfarramt, Tel. 04706 - 93 13 47

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Bramel

Seniorenkreis, Vorträge zu Seniorenthemen, gemeinsames Gestalten, Singen, Spielen, jeden 2. Mittwoch im Monat, (Winterpause: Oktober-Februar)

Auskünfte: Frau Stuthmann, Tel. 04706 - 69 2

### Sellstedt

#### DRK Ortsverein

Senioren gymnastik, 1x im Monat Klön- und Spieletreff,

Seniorenbesuchsdienst,

Auskünfte: Frau Mangels, Tel. 04703 - 18 66

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Bexhövede/Sellstedt

Seniorenkreis, Vorträge zu Seniorenthemen,

Dia-Vorträge, Singen, Spielen, jeden 4. Mittwoch im Monat,

Sommerpause Juni bis August,

Auskünfte: Pfarramt, Tel. 04703 - 24 5

### Spaden

#### DRK Ortsverein

Seniorenbesuchsdienst

Auskünfte: Frau Jeltsch, Tel. 0471 - 80 25 03

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Spaden

Begegnungskreis für ältere Mitbürger, jeden 2. Mittwoch im Monat um

15.00 Uhr, Tagesfahrten und 10-tägige Seniorenfreizeiten

Auskünfte: Pfarramt, Tel. 04 71 - 98 18 71 2

### Wehdel

#### DRK Ortsverein

Senioren gymnastik, Seniorenhandarbeitskreis

Auskünfte: Frau Otto, Tel. 04749 - 771

### Ev.-luth. Kirchengemeinde Altlüneberg

Seniorentreffs, Fahrradtouren, Besuchsdienst,

Auskünfte: Pfarramt, Tel. 04749 - 34 6

### Ehrenamtliche Wohnberatung

Auskünfte: Frau Erika Diehl, Tel. 04749 - 82 96



## GEMEINDE WURSTER NORDSEEKÜSTE

Westerbüttel 13 · 27639 Dorum

Telefon 04742 - 870 · Fax 04742 - 8799

E-Mail: [gemeinde@gwnk.de](mailto:gemeinde@gwnk.de) · Internet: [www.gwnk.de](http://www.gwnk.de)

**Rathaus Dorum**, Westerbüttel 13, 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon: 04742 - 87-0, Fax: 04742 - 87 99

**Rathaus Nordholz**, Feuerweg 9, 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon: 04741 - 97 99-0, Fax: 04741 - 97 99 26

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr

Dienstag 13.30 bis 16.00 Uhr

Donnerstag 13.30 bis 18.00 Uhr

### Seniorenbeirat der Gemeinde Wurster Nordseeküste

Vorsitzender: Herr Helge Rothenberg, Forstweg 4a, 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon: 04741 - 75 92, E-Mail: [hrothenberg@gmx.de](mailto:hrothenberg@gmx.de)

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Herr Günter Strohauer, Auf der Nordwiede 19, 27639 Wurster Nordseeküste

Telefon: 04705 - 5 66, E-Mail: [nordwiede@ewetel.net](mailto:nordwiede@ewetel.net)

### Cappel

**Fahrradklub für Seniorinnen**, 2. und 4. Mittwoch (14-tägig), Treffpunkt: 15.00 Uhr beim Feuerwehrhaus

Auskünfte: Frau Gründler, Tel. 04741 - 22 89

**Fahrradklub für Senioren**, 1. und 3. Mittwoch (14-tägig), Treffpunkt: 14.30 Uhr „Alte Schule“, Mühlenstraße 15

Auskünfte: Herr von Holten und Herr Gründler, Tel. 04741 - 22 89

**Gemeindenachmittag** der Kirchengemeinde Cappel, jeden 4. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr im Gemeindegarten (Sommerpause von Juni bis Anfang September)

Auskünfte: Frau Harrs, Tel. 04741 - 13 14

**Gymnastik**, TuS Cappel, jeden Montag, 19.00 Uhr in der Turnhalle,

Auskünfte: Herr Bohlen, Tel. 04741 - 29 62

**Advent in 't Döörp**, alljährlich 1. Advent, ab 13.30 Uhr vor dem Feuerwehrhaus und im Gemeindegarten

Auskünfte: Herr Bohlen, Tel. 04741 - 29 62

### Dorum

**Seniorenachmittag** der Kirchengemeinde, jeden 1. Montag im Monat, 15.00-17.00 Uhr im ev. Gemeindehaus, Speckenstraße 5

Auskünfte: Frau Eding, Tel. 04742 - 4 45

**„MiKaDo“** – Mittwochs-Kaffee-Dorum, jeden Mittwoch, 14.30-17.30 Uhr, offener Treff im ev. Gemeindehaus, Speckenstr. 5

Auskünfte: Frau Eding, Tel. 04742 - 4 45

**Frauenkreis** der Kirchengemeinde, jeden 2. Montag im Monat, 15.30 bis 17.30 Uhr im ev. Gemeindehaus, Speckenstr. 5

Auskünfte: Frau Kerber, Tel. 04742 - 3 04

**Sozialverband Deutschland (SoVD)**, Beratung u. diverse Veranstaltungen je nach Bekanntgabe

Auskünfte: Herr Götz, Tel. 04742 - 89 16

**Seniorenachmittag** des DRK, jeden 3. Montag im Monat (außer in den Sommerferien), 15.00-17.00 Uhr im DRK-Pflegeheim, Käthe-Ring-Straße 1

Auskünfte: Frau Osterndorf, Tel. 04742 - 92 20 53

**Frauengymnastik** des DRK, jeden Mittwoch in 2 Gruppen

(jeweils 1 Stunde), 15.00 – 18.00 Uhr im DRK Haus, Ochsenhammsweg 1

Auskünfte: Frau Seegers, Tel. 04742 - 20 55

**Kontakt für behinderte und nichtbehinderte Menschen**, jeden 1. Donnerstag im Monat, 17.00-19.00 Uhr im ev. Gemeindehaus,

Auskünfte: Frau Jäger, Tel. 04742 - 5 42

**Tanzgruppe** der Kirchengemeinde, jeden Montag, ab 19.00 Uhr im Gemeindehaus

Auskünfte: Frau Jochim-Ahrens, Tel. 04742 - 85 20

**Männergruppe** der Kirchengemeinde, jeden 1. Dienstag im Monat, ab 18.00 Uhr im ev. Gemeindehaus

Auskünfte: Herr Jochim, Tel. 04742 - 6 16

### Midlum

**Gemeindenachmittag** der Kirchengemeinde Midlum, in der „Arche“, ev. Gemeindehaus, jeden 2. Freitag im Monat, 15.00-17.00 Uhr

Auskünfte: Sekretariat, Tel. 04741 - 12 91

**Seniorentanz und Seniorengymnastik** vom DRK Midlum, jeden Montag, 14.00-15.45 Uhr in der Turnhalle Cappel

Auskünfte: Frau Hildebrandt, Tel. 04741 - 27 96

**Handarbeitskreis** Midlum in der „Arche“, ev. Gemeindehaus, 1. und 3. Montag, 15.00-17.00 Uhr, Frau Hey und Frau Gläffcke

Auskünfte: Sekretariat, Tel. 04741 - 12 91

**Adventfeier** für alle Midlumer Bürger, jeweils am 3. Adventssamstag des Jahres, 14.30 Uhr in der Gaststätte „Milmer Treff“

Veranstalter: DRK und Gemeinde Midlum

### Misselwarden

**Seniorentreff** der Kirchengemeinde und der Seniorengruppe, jeden 2. Montag im Monat (Januar und Februar Winterpause) 15.00 Uhr, Altes Pastorenhaus

Auskünfte: Frau Fleck, Tel. 04742 - 16 04

**Gedächtnistraining** im Alten Pastorenhaus mit Frau Böhack, im Herbst und Frühjahr nach Bekanntgabe, von 10.00-11.30 Uhr, Auskünfte und Anmeldungen:

Frau Fleck, Tel. 04742 - 16 04

**Line-Dance für Ältere** mit Frau Taubenrauch, jeden Dienstag von 10.00-11.00 Uhr im Alten Pastorenhaus  
Auskünfte: Frau Fleck, Tel. 04742 - 16 04

## Mulsum

**Klönsschnack** der Kirchengemeinde, jeden 2. Montag im Monat um 15.00 Uhr (Januar und Februar Winterpause und von Juni bis August Sommerpause) im Pfarrhaus Mulsum (Altes Pastorenhaus)

Auskünfte: Pfarramt Wremen, Tel. 04705 - 2 73

**Frauengymnastik (ab 50 plus)** des TSV Mulsum, jeden Montag von 18.45-19.45 Uhr in der Turnhalle

Auskünfte: Frau Herr-Mennenöh, Tel. 04742 - 13 54

**Männnergymnastik (ab 50 plus)** des TSV Mulsum, jeden Mittwoch ab 19.00 Uhr in der Turnhalle

Auskünfte: Herr Schmidt, Tel. 04742 - 12 94

## Nordholz

### Angebote der Senioren 50 plus

Auskünfte: Frau Panitz, Tel. 04741 - 75 89

**Rundgespräche, Kurse, Vorträge**, jeden Dienstag, 10.00 Uhr im Haus der Kirche, Elbestraße

Auskünfte: Frau Panitz, Tel. 04741 - 75 89

**Stammtisch im „Nordseehotel Eymers“**, Spieka-Neufeld, jeden letzten Sonntag im Monat um 10.00 Uhr

Auskünfte: Frau Panitz, Tel. 04741 - 75 89

**Kegeln** im Landgasthof „Zum grünen Walde“, jeden zweiten Donnerstag im Monat um 9.00 Uhr

Auskünfte: Frau Panitz, Tel. 04741 - 75 89

**Malschule** in der KUBE Bad Bederkesa, jeden vierten Donnerstag im Monat um 09.00 Uhr

Auskünfte: Frau Panitz, Tel. 04741 - 75 89

**Frühstück mit Vortrag** in der U-Messe, jeden Monat um 09.00 Uhr

Bekanntgabe durch die Zeitung

**Heimatkundliche Ausflüge, Stadtführungen und Theaterbesuche**

Bekanntgabe durch Zeitung

### Sportangebote für Senioren u.a.

- Er und Sie „Fit um 50“
  - Turnen und Gymnastik
  - Gesundheitssport Nordic Walking
  - Nordic Walking im Watt
  - Breitensport, Laufen, Wandern, Sportabzeichen
- Wechselnde Termine und Angebote sind im Internet:  
[www.tsgnordholz.de](http://www.tsgnordholz.de) einzusehen oder bei H. Rothenberg,  
Tel. 04741 - 75 92 zu erfragen

## Padingbüttel

**Nachmittag für Ältere** der Kirchengemeinde Padingbüttel, jeden 3. Dienstag von 15.00-17.00 Uhr im Monat (außer Sommerpause) im Dorfgemeinschaftshaus

Auskünfte: Sekretariat, Tel. 04742 - 92 22 17

**Gymnastik-Volkstanzgruppe** des TSV Padingbüttel, jeden Donnerstag von 14.00-15.00 Uhr in der Turnhalle

Auskünfte: Frau Dehne, Tel. 04742 - 20 32

## Wremen

**Klönsschnack für Senioren** der Ortschaft Wremen (mit unterschiedlichem Programm), jeden 1. Montag im Monat, 15.00-17.00 Uhr im TuSculum der Turnhalle

Auskünfte: Frau Luck, Tel. 04705 - 81 07 35

**Café Flick** im Gemeindehaus Wremen, jeden 1. Dienstag im Monat von 15.00-17.00 Uhr

Auskünfte: Frau Vierling, Tel. 04705 - 2 73

**Spieletreff mit Klönsschnack** im Gemeindehaus Wremen, jeden 3. Donnerstag im Monat um 15.00 Uhr

Auskünfte: Frau Vierling, Tel. 04705 - 2 73

**Seniorenadventfeier** im Alten Pastorenhaus (Termin wird über das Kirchengemeindeblatt bekannt gegeben)

**Frauengymnastik für Senioren**, TuS Wremen 09, jeden Mittwoch von 18.30-19.30 Uhr in der Turnhalle

Auskünfte: Frau Schwarzer, Tel. 04705 - 7 30

**Männnergymnastik – Fit ab 50**, TuS Wremen 09, jeden Donnerstag 19.30-20.30 in der Turnhalle

Auskünfte: Herr König-Langlo, Tel. 04705 - 12 96

**Sozialverband Wremen** diverse Veranstaltungen (Knobeln, Busfahrten, Weihnachtsfeier) Termine je nach Bekanntgabe  
Auskünfte: Herr Lutz, Tel. 04705 - 3 35, Frau Dahl, Tel. 04705 - 7 50



## SAMTGEMEINDE BÖRDE LAMSTEDT

Schützenstraße 20 · 21769 Lamstedt

Telefon 04773 - 8 99-0 · Fax 04773 - 8 99-1 99

E-Mail: rathaus@boerde-lamstedt.de · Internet: www.boerde-lamstedt.de

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 14.00 bis 18.00 Uhr

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven:

Herr Bernhard Riemke, Tulpenweg 7, 21769 Lamstedt

Telefon: 04773 - 79 89, E-Mail: bernhard.riemke@googlemail.com

### Mitgliedsgemeinden:

**Armstorf, Hollnseth, Lamstedt, Mittelstenahe, Stinstedt**

### DRK Ortsvereine

Versch. Seniorenangebote, u.a. Ein- und Mehrtagesfahrten, Tanzen, Gymnastik, Nachmittagsveranstaltungen und Lottoabende

Nähere Auskünfte zu erfragen bei den jeweiligen

DRK- Ortsvereinen:

#### **DRK-Ortsverein Abbenseth**

Auskünfte: Frau Silke Müller, In der Loge 9,  
21769 Hollnseth-Abbenseth, Tel. 04769 - 10 95

#### **DRK-Ortsverein Armstorf**

Auskünfte: Frau Margret Söhl, Dorfstraße 2,  
21769 Armstorf-Dornsode, Tel. 04765 - 17 44

#### **DRK-Ortsverein Hollen**

Auskünfte: Frau Sabine Bornemann, Fleitenkiel 3,  
21769 Hollnseth-Hollen, Tel. 04773 - 75 12

### DRK-Ortsverein Lamstedt

Auskünfte: Frau Sonja Schiefelbein, Königsberger Str. 2,  
21769 Lamstedt, Tel. 04773 - 5 95

### DRK-Ortsverein Mittelstenahe

Auskünfte: Frau Simone Steffens, Dorffeld 3,  
21770 Mittelstenahe, Tel. 04773 - 88 02 29

### DRK-Ortsverein Nindorf

Auskünfte: Frau Monika Henning, Kleinmühlen 2,  
21769 Lamstedt-Nindorf, Tel. 04773 - 73 83

### St.-Bartholomäus-Kirchengemeinde Lamstedt

regelmäßige verschiedene Veranstaltungen  
Auskünfte: Tel. 04773 - 89 22 95



## SAMTGEMEINDE HEMMOOR

Rathausplatz 5 · 21745 Hemmoor

Telefon 04771 - 602-0 · Fax 04771 - 602-144

E-Mail: samtgemeinde@hemmoor.de · Internet: www.hemmoor.de

### Öffnungszeiten:

Montag und Dienstag 08.00 bis 16.00 Uhr

Mittwoch und Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 08.00 bis 18.00 Uhr

### Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven

Herr Lutz Pickartz, Stader Straße 89, 21745 Hemmoor

Telefon: 04771 - 5 80 09 82, E-Mail: hemmoor@lutz-pickartz.de

### Mitgliedsgemeinden: Hechthausen, Stadt Hemmoor, Osten

#### Hechthausen

**DRK, Seniorengymnastik**, Mi. 13.30 Uhr Turnhalle Grundschule, Mo. und Do. 09.00 Uhr, Rathaus Hechthausen

Auskünfte: Frau Annegret Breuer, Tel. 04774 - 5 94

**DRK, Seniorennachmittag**, alle 14 Tage Mo. 15.00 Uhr im Rathaus, Auskünfte: Frau Annegret Breuer, Tel. 04774 - 5 94

**DRK, Weihnachtsfeier**, Mittwoch nach dem 2. Advent, 14.30 Uhr, „Ostkrone Asia Ying Bin“

Auskünfte: Frau Annegret Breuer, Tel. 04774 - 5 94

#### Ev. Kirchengemeinde Hechthausen

Männerkreis, 1x im Monat, Mi. nach Ankündigung

Frauenkreis jeden 1. Do im Monat

Gemeindenachmittage 1x im Monat

Geburtstagsnachmittage auf Einladung

Besuchsdienst, Bücherstube

Auskünfte: Tel. 04774 - 2 27

#### Heimatverein Hechthausen e.V.

Auskünfte: Vorsitzender Herr Klaus Torborg, Tel. 04774 - 10 46

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Ortsverband Hechthausen, Treffen, Vorträge, Reisen oder andere Freizeitaktivitäten, Auskünfte: Ortsverbandsvorsitzender Herr Peter Ucke, Tel. 04774 - 36 01 83

**Soldatenkameradschaft Hechthausen und Umgebung**, Tagesfahrt 1x jährl.

Auskünfte: Herr Bernd Hörstensmeier, Tel. 04774 - 13 75

**Sportverein Bornberg e.V.**, verschiedene sportliche Aktivitäten

Auskünfte: Vorsitzender Herr Ralf Döscher, Tel. 04771 - 82 38

**Sportverein TURA Hechthausen**, verschiedene sportliche Aktivitäten, Auskünfte: Vorsitzender Herr Michael Krüscke, Tel. 0151 - 15 19 51 66

#### Hemmoor

**DRK-Ortsverein Hemmoor Basbeck/Warstade e.V.**, Seniorengymnastik/-tanz,

Seniorennachmittage, Weihnachtsfeiern, Spielenachmittage, Tagesfahrten, Seniorenangebote im „Huus am Stadtpark“, Auskünfte: Frau Ilse Huljus, Tel. 04771 - 30 08

**DRK-Ortsverein Althemmoor**, Seniorennachmittage alle 14 Tage Di. 15.00 Uhr, Fahrt ins Blaue, Weihnachtsfeier Auskünfte: Frau Andrea Paulsen, Tel. 04771 - 79 79

**DRK-Ortsverein Westersode**, Seniorennachmittag jeden 1. Di. im Monat, 15.00 Uhr, Tagesausflüge, Seniorenreisen, Weihnachtsfeier

Auskünfte: Frau Erika Poppe, Tel. 04771 - 73 63

**Ev. Kirchengemeinde Basbeck**, Frauennachmittag jeden

1. Mo. im Monat, Geburtstagsnachmittage.

Auskünfte: Tel. 04771 - 22 66

**Ev. Kirchengemeinde Warstade**, Frauenkreis, jeden 1

. Fr. im Monat, 15.00 bis 17.00 Uhr, Auskünfte: Pastorin H. Mangels, Tel. 04771 - 24 19

**Geschichts- und Heimatverein Hemmoor e.V.**, plattdeutsche Nachmittage, Veranstaltungen des Shanty-Chors, der Musik- und Spinnradgruppe sowie der Tanzgruppe, Teilnahme an Busfahrten und Fahrradtouren, Auskünfte: Herr Rainer Kupke, Tel. 04771 - 33 71

**Röm.-katholische Kirche Sankt Ansgar**, monatliche Treffen für ältere Menschen

jeden zweiten Donnerstag im Monat um 15.00 Uhr sowie weitere Veranstaltungen für Senioren

Auskünfte: Pfarramt Tel. 04771 - 24 58 oder 04141 - 6 26 02

**MehrGenerationenHaus mit Freiwilligenagentur**, Begegnungsstätte für Alt und Jung, vielfältige Angebote Auskünfte: Tel. 04771 - 88 71 94

**Seniorenbeauftragter der FFW** in der Samtgemeinde Hemmoor, jährlicher Ausflug und Treffen der „ehemaligen“ Kameraden

Auskünfte: Herr Klaus Vollert, Tel. 04774 - 7 77

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Beratung in allen sozialen Angelegenheiten, Kreisgeschäftsstelle Hemmoor, Auskünfte: Tel. 04771 - 25 47

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Stadtverband Hemmoor, Treffen, Vorträge, Reisen oder andere Freizeitaktivitäten

Auskünfte: Stadtverbandsvorsitzender Herr Gerd Drewes, Tel. 04771 - 34 96

**Sportclub Hemmoor**, z.B. Turnen auch für Frauen höheren Alters, Auskünfte: Tel. 04771 - 49 03

#### Osten

**DRK-Ortsverein Osten**, Ausflüge jeden 4. Do. des Monats in der Zeit von Mai bis Okt., Bastelnachmittage jeden 2.

Do. des Monats

Auskünfte: Frau Eike Köser-Fitterer, Tel. 04771 - 38 08

**Heimatverein „An Moor und Diek“**, Auskünfte: Herr Rüdiger Toborg, Tel. 04771 - 64 24 71

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Ortsgruppe Osten, Treffen, Vorträge, Reisen oder andere Freizeitaktivitäten Auskünfte: Ortsgruppenvorsitzender Herr Carsten Hubert, Tel. 04771 - 25 60

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Ortsgruppe Schüttdamm, Treffen, Vorträge, Reisen oder andere Freizeitaktivitäten

Auskünfte: Herr Hans-Hermann Heinsohn, Tel. 04771 - 3 93



## SAMTGEMEINDE LAND HADELN

Verwaltungsgebäude „Hadler Haus“ · Marktstraße 21 · 21762 Otterndorf

Telefon 04751 - 9 19-00 · Fax 04751 - 91 91 03

E-Mail: SGLandHadeln@otterndorf.de · Internet: www.otterndorf.de

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 08.30 bis 12.30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 14.00 bis 17.30 Uhr

**Bürgerbüro Otterndorf**, Hadler Platz, 21762 Otterndorf

Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch 08.30 bis 14.00 Uhr  
Dienstag, Donnerstag, Freitag 08.30 bis 12.30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 14.00 bis 17.30 Uhr

**Bürgerbüro Cadenberge**, Am Markt 1, 21781 Cadenberge

Telefon: 04777 – 801-127, Fax: 04777 – 801199, E-Mail: bb.cadenberge@otterndorf.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 08.00 bis 12.30 Uhr  
Dienstag und Freitag 14.00 bis 16.00 Uhr  
Donnerstag 14.00 bis 18.00 Uhr

**Bürgerbüro Ihlienworth**, Hauptstraße 40, 21775 Ihlienworth (Alte Meierei)

Telefon: 04751 - 9 19-00, Fax: 04755 - 91 23 46, E-Mail: bb.ihlienworth@otterndorf.de

Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch 08.00 bis 17.00 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 08.00 bis 17.30 Uhr  
Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr  
Freitag, Landfrauenmarkt 08.00 bis 16.00 Uhr  
Samstag 09.30 bis 12.00 Uhr

**Seniorenbeirat der Samtgemeinde Land Hadeln**

Vorsitzender: Herr Wilfried Dieckmann, Neuwerker Weg 7, 21762 Otterndorf, Telefon: 04751 - 44 66

**Vertreter im Seniorenbeirat des Landkreises Cuxhaven**

Herr Wilfried Dieckmann, Neuwerker Weg 7, 21762 Otterndorf, Telefon: 04751 - 44 66

### Mitgliedsgemeinden

**Belum, Bülkau, Cadenberge, Ihlienworth, Neuenkirchen, Neuhaus-Oste, Nordleda, Oberndorf, Odisheim, Osterbruch, Otterndorf, Steinau, Wanna, Wingst**

#### Belum

**DRK - Seniorennachmittag**, jeweils letzter Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr im DRK-Raum

Auskünfte: Frau Birte Brandt, Tel. 04752 - 5 65

**DRK - Seniorengymnastik**, Dienstag, 9.30 Uhr im DRK-Raum, Auskünfte: Frau Birte Brandt, Tel. 04752 - 5 65

**DRK - Seniorentanzgruppe**, Mi. 18.45 – 19.45 Uhr, im Dorfgemeinschaftshaus

Auskünfte: Frau Birte Brandt, Tel. 04752 - 5 65

**Frauengesprächskreis**, im Winterhalbjahr jeden 1. Donnerstag im Monat, Aufenthaltsraum der Kirche

Auskünfte: Pastor U. Beuermann, Tel. 04752 - 2 70

#### Belum-OT Kehdingbruch

**DRK - Seniorennachmittag**, jeden 2. Dienstag im Monat, Gemeindehaus

Auskünfte: Frau Bärbel von Thun, Tel. 04752 - 84 40 60

**Gemeindenachmittag**, Kirchengemeindehaus, jeden 4. Mittwoch im Monat,

Auskünfte: Pastor B. Hitzegrad, Tel. 04777 - 3 30

#### Bülkau

**DRK und Kirchengemeinde, gemeinsamer Seniorennachmittag**, jeden 1. Dienstag im Monat, 14.30 Uhr

Auskünfte: Frau Andrea Eckhoff, Tel. 04754 - 80 87 56 u. Pastor K. Volkhardt, Tel. 04754 - 7 39

**TSV, Seniorengymnastikgruppe** für Damen, Montag

18.00-20.00 Uhr, für Herren jeden Donnerstag

Auskünfte: Herr Christian Höfer, Tel. 04754 - 22 53 12

#### Cadenberge

**DRK, Seniorentanz**, 1. u. 3. Mittwoch im Monat, 15.00 – 16.00 Uhr, Auskünfte: Frau K. Stier, Oldenburgweg 29, 21781 Cadenberge

**Ev. Kirchengemeinde, Handarbeitskreis**, Dienstag 14-tägig, 14.30 – 16.30 Uhr, Gemeindehaus

Auskünfte: Pfarramt, Frau E. Strunck, Tel. 04777 - 16 43

**Ev. Kirchengemeinde, Seniorennachmittag „Aktive Senioren“**, jeden 2. u. 4. Donnerstag im Monat, Gemeindehaus

Auskünfte: Pfarramt, Pastor B. Hitzegrad, Tel. 04777 - 3 30

**TSV, Seniorensport**, Ausk.: Herr G. Schütze, Tel. 04777 - 1343

**Coronargruppe**, jeden Montag 18.00–19.30 Uhr, Sporthalle Heideweg

**Wirbelsäulengruppe**, jeden Dienstag 18.30 – 19.30 Uhr, Sporthalle Heideweg

**Prellball**, jeden Mittwoch 19.00–20.30 Uhr, Sporthalle Heideweg

**Frauen-Turngruppe**, jeden Mittwoch 19.15 – 20.15 Uhr, Sporthalle Heideweg

**Seniorengymnastik**, jeden Montag 19.00 – 20.00 Uhr, Sporthalle Heideweg,

**TSV, Frauen-Schwimmgruppe** (jung und alt), Dienstag 20.00 – 21.00 Uhr, Schwimmbad Wingst

**Schützenverein Cadenberge – Langenstraße e.V.**, Seniorennachmittag der Damen, jeden letzten Mittwoch im Monat, ab 14.30 Uhr, Herren, jeden letzten Donnerstag im Monat ab 14.30 Uhr, Schützenhalle Langenstraße, Auskünfte: Herr Karlheinz Dittmer, Tel. 04777 - 6 45

## Cadenberge, OT Geversdorf

**DRK, Alternachmittag**, von Oktober bis Mai jeden 1. Dienstag im Monat, „Ostekrug“,  
Auskünfte: Frau I. Ramm, Tel. 04752 - 79 66  
**DRK, Seniorengymnastik**, jeden Mittwoch, 9.30 – 10.30 Uhr  
Auskünfte: Frau E. Grantz, Tel. 04752 – 79 70 und Frau M. Winter, Tel. 04752 – 2 95  
**Kirchengemeinde Geversdorf, Geburtstagsrunde**, 1 x jährlich, Gemeindesaal, Kirchenbüro, Auskünfte: Tel. 04752 – 3 62  
**Schützenverein Geversdorf, Seniorentreffen**, jeden 1. Mittwoch im Monat, Schießstand, Auskünfte: Herr L. Jahnke, Tel. 04752 - 6 45

## Ihlienworth

**DRK Ortsgruppe Ihlienworth**  
Auskünfte: Frau Tomma Jungclaus, Tel. 04755 – 5 17  
**Ev.-luth. Kirchengemeinde**, Auskünfte: Frau Inge Rüscher, Tel. 04755 - 91 11 91  
**TSV**, Auskünfte: Herr Maik Schwanemann  
Tel. 04751 - 9 99 10 80

## Neuenkirchen

**AWO Neuenkirchen/Otterndorf**  
Auskünfte: Albert Tiedemann, Tel. 04751 - 54 26  
**DRK**, Auskünfte: Frau Christa Schumacher, Tel. 04751 - 37 85  
**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**  
Auskünfte: Herr Walter Kuss, Tel. 04751 - 48 53

## Neuhaus (Oste)

**DRK, Seniorennachmittag**, 1 x monatlich, donnerstags, ab 15 Uhr  
Auskünfte: Frau C. Beyer-Dummer, Tel. 04752 - 6 75  
**DRK, Seniorenturnen**, 2 x monatlich, mittwochs, ab 15.00 Uhr  
**DRK, Handarbeitsnachmittag**, monatlich nach Absprache, ab 15.00 Uhr  
**DRK, Bücherabend**, nach Absprache

## Nordleda

**DRK**, Auskünfte: Frau Hannelore Neufeldt,  
Tel. 04751 - 90 08 60

## Oberndorf

**DRK, Seniorentreff**, jeden 2. Montag im Monat, 14.30–17.00 Uhr  
Auskünfte: Frau G. Kuhne, Tel. 04772 - 82 93  
**Schützenverein, Seniorentreffen der Damen** jeden 1. Montag im Monat, Auskünfte: Vors. Frau A. Lockan, Tel. 04772 - 86 07 96  
**Schützenverein, Seniorentreffen der Herren** jeden 2. Dienstag im Monat  
Auskünfte: Vors. Frau A. Lockan, Tel. 04772 - 86 07 96

## Odisheim

**DRK**, Auskünfte: Frau Monika Schmeelke, Tel. 04756 - 83 70  
**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Auskünfte:  
Frau Erika Kopf, Tel. 04756 - 68 3  
**TSV**, Auskünfte: Herr Jürgen Plate, Tel. 04756 - 85 05 99

## Osterbruch

**DRK**, Auskünfte: Frau Anette Ahrens, Tel. 04751 - 49 88

## Otterndorf

**DRK**, Auskünfte: Herr Christoph Arp, Tel. 04751 - 52 40

**Ehrenamtsbörse**, Auskünfte: Frau Indira Dixit-Nielsen,  
Tel. 0176 - 54 29 63 56  
**Hospizgruppe Land Hadeln**, Sackstraße 4,  
Auskünfte: Tel. 04751 - 90 01 90  
**Kath. Kirchengemeinde**, Auskünfte: Pfarramt, Tel. 04751 - 3500  
**Lebensabend Bewegung (LAB)**, Auskünfte: Herr Günther Harland, Tel. 04751 - 25 44  
**Parkinson-Gruppe**, Auskünfte: Herr Sven Möller-Mahler,  
Tel. 04723 - 45 18  
**Rheuma-Liga**, Auskünfte: Tel. 04721 - 71 13 09  
**Senienschwimmen**, Sole-Therme,  
Auskünfte: Tel. 04751 - 36 68  
**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**,  
Auskünfte: Herr Rolf Pieper, Tel. 04751 - 25 97  
**TSV**, Geschäftsstelle, Auskünfte: Tel. 04751 - 91 21 21

## Steinau

**DRK**, Auskünfte: Frau Angela Knett, Tel. 04756 - 6 56  
**Ev.-luth. Kirchengemeinde**, Auskünfte: Herr Manfred Wilkens, Tel. 04756 - 83 52  
**SC Steinau/Odisheim**, Auskünfte: Herr Helmut Kunde,  
Tel. 04756 - 83 56  
**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**,  
Auskünfte: Herr Manfred Wilkens, Tel. 04756 - 83 52

## Wanna

**Bürgernetzwerk Wanna e.V.**  
Bürgerhaus, Am Mühldeich 10, 21776 Wanna  
Tel.: 04757 - 8 18 75 60 oder 01 51 70 89 29 24  
Bürozeiten: Mittwoch 16.30–17.30 Uhr  
• Besuchsdienste • Behörden- und Botengänge  
• Betreuung und Begleitung  
• Fahrbegleitung, z.B. Arzt- oder Besorgungsfahrten  
• kleine Reparaturen/Instandhaltungen im Haushalt, die normalerweise selbst erledigt werden könnten z.B. Glühbirne wechseln, Dichtung austauschen, Gardinen ab- und aufhängen  
• Nachbarschaftshilfe • Fahrgemeinschaften  
• Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen  
• Vorlesen, Spaziergänge  
**DRK**, Auskünfte: Herr Ferdinand Lüken-Klaßen,  
Tel. 04757 - 12 67  
**Ev.-luth. Kirchengemeinde**, Ausk.: Pfarramt, Tel. 04757 - 5 24  
**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**, Auskünfte:  
Herr Franz Haiplik, Tel. 04757 - 7 31  
**TSV**, Auskünfte: Herr Herbert Schumacher, Tel. 04757 - 12 10

## Wingst

**DRK- Seniorennachmittag**, jeden 1. Do. im Monat,  
**DRK- Wassergymnastik**, jeden Donnerstag, 13.00 Uhr  
Auskünfte: Frau I. Schmidt, Tel. 04778 - 71 25  
**DRK- Tanzgruppe**, 2. und 4. Mittwoch im Monat  
Auskünfte: Frau A. Söhl, Tel. 04778 - 74 57  
**Ev. Kirchengemeinde Wingst, Frauennachmittag**, jeden 2. Mittwoch im Monat, 14.45 Uhr, St.-Michaelis-Haus  
Auskünfte: Pastorin A. Henken u. Pastor J. Heiber,  
**Kirchlicher Frauenkreis**, alle 3 Wochen Dienstag, Bugenhagenhaus Westerhamm  
Auskünfte: Frau E. Bebbra, Tel. 04777 - 4 01  
**VfL Wingst, „Er und Sie-Gymnastikgruppe“** (Rückenschule), jeden Montag, Turnhalle Wingst,  
Auskünfte: Frau A. Plepla, Tel. 04778 - 77 26

**Herausgeber:**

Landkreis Cuxhaven  
Der Landrat  
Landkreis Cuxhaven  
27470 Cuxhaven  
Telefon: 04721 - 66-0  
Telefax: 04721 - 66 20-40  
E-Mail: [info@landkreis-cuxhaven.de](mailto:info@landkreis-cuxhaven.de)  
Internet: [www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de)

**Mit Unterstützung der Stadt Cuxhaven****Redaktion:**

Landkreis Cuxhaven, Stadt Cuxhaven

Den Seniorenwegweiser finden Sie auch im Internet unter [www.landkreis-cuxhaven.de](http://www.landkreis-cuxhaven.de)

Auflage: 2017

**Gestaltung, Satz, Druck und Verarbeitung:**

Druckhaus Wüst GmbH  
Weißenberger Straße 12  
27628 Hagen im Bremischen  
Telefon: 04746 - 94 64-0  
Telefax: 04746 - 94 64-94  
Internet: [www.druckhaus-wuest.de](http://www.druckhaus-wuest.de)

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 den Landkreis Cuxhaven, Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen, 27470 Cuxhaven oder per E-Mail: [spn@landkreis-cuxhaven.de](mailto:spn@landkreis-cuxhaven.de).

