



Stadt Eschborn

Eschborner Wegweiser für Seniorinnen und Senioren 2024/2025/2026

Vorwort.....	Seite 3
Seniorennetzwerk.....	Seite 4
Treffpunkte	Seite 6

Aktiv im Alter Seite 8 – 33

Seniorencafé	Seite 8
Nachbarschaftstreff Berliner Straße	Seite 9
Repair Café.....	Seite 10
Angebote der Andreasgemeinde	Seite 11
Westerbach-Café	Seite 15
Seniorenausflug der Stadt	Seite 16
Montagskreis mit Programm	Seite 17
Das Mehrgenerationenhaus.....	Seite 18
Angebote der Evangelischen Kirchengemeinde Eschborn	Seite 20
Sport und Bewegung	Seite 22
Volksbildungswerk.....	Seite 26
Café Sokr@tes	Seite 27
Stadtbüchereien	Seite 28
Universität des 3. Lebensalters ..	Seite 29
Kulturangebot in Eschborn	Seite 30
Weihnachtspäckchen.....	Seite 32
Ehe- und Altersjubiläen	Seite 33

Beratung und Hilfe.. Seite 34 – 46

Rente	Seite 34
Finanzielle Hilfen	Seite 35
Städtische Seniorenberatung	Seite 37
Wohnberatung der Stadt ..	Seite 39
Hilfe in sozialen Fragen	Seite 41
Eschborner Sicherheitsberater ...	Seite 43
Rechtzeitig vorsorgen	Seite 44
Der letzte Wille.....	Seite 46

Wohnen und Dienstleistungen..... Seite 47 – 61

Wohnen im Alter	Seite 47
Servicewohnen	Seite 49
Hausnotruf	Seite 51
Einkaufen in Eschborn.....	Seite 52
Angebote zur Verpflegung.....	Seite 53
Fahr- und Begleitdienste	Seite 55
Hilfen im Alltag	Seite 59

Pflege Seite 62 – 76

Pflegeversicherung	Seite 62
Ambulante Pflegedienste	Seite 64
Demenz	Seite 66
Gesprächskreis für Angehörige .	Seite 69
Tagespflege	Seite 70
Stationäre Pflege.....	Seite 71
Hoszpizarbeit.....	Seite 75

Impressum

Stand: 6/2024

Herausgeber:

Magistrat der Stadt Eschborn, Rathausplatz
36, 65760 Eschborn – Fachbereich Soziales,
Kinder, Jugend und Senioren

Konzeption, Redaktion, Produktion:

Büro für Mittelstands-Kommunikation,
Niederräder Straße 5, 65824 Schwalbach

Fotos:

DRK, Haus Amun-Re, Ökumenische Diakoniestation,
Nikolausgemeinde, Ottmar Schnee, Mathias
Schlosser, Sozialzentrum, Stadt Eschborn

Satz, Litho: Thomas Kolb, Kronberg

Bei einigen Texten haben wir aus Gründen der
besseren Lesbarkeit auf eine geschlechtsneutrale
Formulierung verzichtet. Es sind jedoch immer
beide Geschlechter im Sinne der Gleichbehand-
lung angesprochen. Für die Richtigkeit und
Vollständigkeit können wir keine Gewähr
übernehmen, wir sind jederzeit für Ihre Anre-
gungen offen.



Liebe Seniorinnen und Senioren,

der Eschborner Wegweiser stellt Ihnen eine breite Palette von Angeboten und Unterstützungsmöglichkeiten in den verschiedenen Lebens- und Problemlagen vor. Natürlich finden Sie darin auch viele Möglichkeiten, selbst aktiv zu werden und zu bleiben. Geselligkeit und kulturelle Angebote, die vielfach generationsübergreifend sind, stehen auch Ihnen offen.



Die Voraussetzungen in Eschborn auch bei Pflegebedürftigkeit gut „zu Hause“ bleiben zu können, sind vielfach gegeben. Gleichwohl haben wir mit unseren beiden Pflege-Einrichtungen in den beiden Stadtteilen „vor Ort und mittendrin“ dafür gesorgt, dass die stationäre Versorgung gegeben ist.

Den Wegweiser gibt es auf der Startseite der Stadt Eschborn auch digital.

Unter dem Suchbegriff „Senioren“ sind diverse Formulare und Anträge zum Herunterladen bereitgestellt.



Helmut Bauch

Seniorendezernent

Seniorennetzwerk Eschborn

Zusammenschluss der Akteure

In Eschborn haben sich viele Organisationen, Anbieter von Diensten und Ehrenamtliche im Seniorennetzwerk Eschborn zusammengeschlossen. Dieses Netzwerk trifft sich drei- bis viermal im Jahr unter der Federführung der städtischen Altenhilfeplanerin und Koordinatorin Susanne Däbritz. Ziel des Seniorennetzwerkes ist es, Bedingungen und Strukturen zu entwickeln, die hilfreich den demografischen Wandel in Eschborn begleiten. Der Wegweiser für Seniorinnen und Senioren der Stadt Eschborn war und ist ein starkes Stück Vernetzung. Er zeigt älteren Menschen, aber auch Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Altenhilfe, was, wie, wann, wo los ist.

Die jeweils aktuellste Fassung steht auf der Eschborner Internetseite www.eschborn.de

unter „Leben in Eschborn/Gesellschaft, Soziales & Familie/Senioren/Downloads.“

Altenhilfeplanung

Neben dem Seniorennetzwerk und dem Wegweiser geht es darum, in Eschborn Strukturen zu entwickeln, die den Wünschen und Bedürfnissen der Betroffenen Rechnung tragen. Daher gibt es in Eschborn kein großes anonymes Pflegeheim, sondern ein kleines, überschaubares in Niederhöchstadt. Das zweite Heim in Eschborn bietet zudem auch Kurzzeitplätze an. Daneben wird der Bau von barrierefreiem bzw. barrierearmem Wohnraum unterstützt, um selbstbestimmtes Leben zu fördern. Darüber hinaus unterstützt die Stadt die Senioren- und Demenzarbeit der Kirchengemeinden und zahlreicher Institutionen.

Informations- veranstaltungen

Die Stadt Eschborn führt jedes Jahr zahlreiche kleinere und größere Informationsveranstaltungen durch. Die Thematik reicht von „Umgang mit Demenz oder Depression“ über Fragen zur Pflegeversicherung, dem Betreuungsrecht bis hin zu Straftaten gegen ältere Menschen. Zudem



Experten klären über Enkeltrick, Schockanrufe und ähnliche Maschen auf.



Für Seniorinnen und Senioren gibt es eine Vielzahl an Hilfsmitteln, die bei kleinen und großen Ausstellungen vorgestellt werden.

werden jährlich kleinere und größere Hilfsmittelausstellungen für Seniorinnen und Senioren durchgeführt. Diese Ausstellungen richten sich insbesondere an Personen mit Sehbehinderungen.

Susanne Däbritz

Tel. 06196 490-320

senioren@eschborn.de

Einige Treffpunkte und Gruppen für Senioren in Eschbo

Montag	<p>09:00 Uhr – 10:30 Uhr an jedem 1. + 3. Montag im Monat</p> <p>die Gruppe Regenbogen im Gemeindehaus der Ev. Andreasgemeinde in Niederhöhnstadt</p>	<p>14:00 Uhr – 17:30 Uhr</p> <p>Spielenachmittag 14-tägig im Erlebnishaus Odenwaldstraße 22 - 24 Hannelore Böhme; Armin Hofmann Tel 0162 4951608</p>
Dienstag	<p>10:00 Uhr – 11:00 Uhr</p> <p>Sitzgymnastik im Pavillon Spessartweg</p>	<p>10:00 Uhr – 13:00 Uhr</p> <p>„Westerbach-Café“ in Niederhöhnstadt, Kath. Nikolausgemeinde Gertrud Rist, Tel. 06196 5235600</p>
Mittwoch	<p>09:00 Uhr – 11:00 Uhr</p> <p>„Frühstücks-Treff“ in den Räumen der Kath. Christ-König-Gemeinde, Hauptstraße 52</p>	
Donnerstag	<p>10:00 Uhr – 11:30 Uhr</p> <p>2 x im Monat Frühstück im Spessartweg 23 Anna Sabov Tel. 06196 9989735</p>	<p>ab 12:00 Uhr</p> <p>ökum. Mittagstisch für Senioren Ev. Andreasgemeinde Anmeldung unter Tel. 06173 998760</p>
Freitag	<p>10:00 Uhr – 11:30 Uhr</p> <p>Theatergruppe 60+ Ev. Andreasgemeinde Timo Becker, Tel. 06173 998761 senioren@andreasgemeinde.de</p>	

rn (Aus Platzgründen können leider nicht alle Gruppen aufgeführt werden.)

<p>14:30 Uhr – 16:30 Uhr jeder 1. + 3. Montag im Monat</p> <p>Montagskreis der Kath. Christ-König-Gemeinde</p> <p>Hauptstraße 52</p> <p>Brigitte Jäger, Anna Schütz Tel. 06196 44018</p>	<p>14:30 Uhr – 17:00 Uhr</p> <p>Betreuungsgruppe für Demenzkranke</p> <p>Ev. Andreasgemeinde</p> <p>Tel. 06173 998761</p>	<p>16:00 Uhr – 18:00 Uhr</p> <p>Gesprächskreis für pflegende Angehörige</p> <p>Anja Mahne Tel. 0151 17504441</p>
<p>12:00 Uhr</p> <p>gemeinsames Essen für Jung und Alt</p> <p>im Gemeindehaus Eschborn</p> <p>Anmeldungen unter Tel. 06196 9314857</p>	<p>13:00 Uhr – 17:00 Uhr</p> <p>Spielenachmittag</p> <p>im Nachbarschaftstreff Berliner Straße 2</p>	<p>14:00 Uhr – 15:30 Uhr</p> <p>Gesprächsgruppe für Sehbehinderte</p> <p>1 x monatl. im Erlebnishaus Odenwaldstraße 22 - 24</p> <p>Ute Pohl, Tel. 069 87205080</p>
<p>10:00 Uhr – 11:30 Uhr 2 x im Monat</p> <p>Seniorenfrühstück</p> <p>im Bürgerzentrum am Montgeronplatz 1 in Niederhöchstadt</p> <p>Ester Surkau, Christa Rochell, Tel. 06196 990320</p>		<p>15:00 Uhr – 16:30 Uhr</p> <p>Seniorenachmittag</p> <p>Ev. Kirchengemeinde Eschborn, Seniorenraum</p>
	<p>14:00 Uhr – 17:30 Uhr</p> <p>Bingo</p> <p>jeden letzten Do. im Monat im Erlebnishaus Odenwaldstr. 22 - 24</p> <p>Hannelore Böhme, Armin Hofmann, Tel. 0162/ 4951608</p>	
<p>13:00 Uhr – 16:00 Uhr</p> <p>Spieletreff</p> <p>im Nachbarschaftstreff Berliner Straße 2</p>		<p>14:00 Uhr – 17:00 Uhr</p> <p>„Westerbachcafé“</p> <p>in Niederhöchstadt, Kath. Nikolausgemeinde</p> <p>Gertrud Rist, Tel. 06196 5235600</p>

Aktiv im Alter

Aktiv bleiben bis ins hohe Alter - das ist in Eschborn kein Problem. Kirchengemeinden, Vereine und städtische Einrichtungen bieten eine Vielzahl an Kursen, Gruppen und Gesprächskreisen, die sich gezielt an Seniorinnen und Senioren richten.

Ein Haus für alle Generationen

Seniorencafé im Erlebnishaus der Stadt Eschborn



Gute Unterhaltung beim Seniorencafé im Erlebnishaus

Das Seniorencafé wird von Hannelore Böhme betrieben. Alle 14 Tage montags von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr treffen sich Senioren jeden Alters, um gemeinsam ins Gespräch zu kommen und zu spielen.

Am letzten Donnerstag im Monat findet ab 14:00 Uhr Bingo

statt. Hannelore Böhme und Armin Hoffmann freuen sich auf Ihren Besuch.

Hannelore Böhme,
Armin Hoffmann

Erlebnishaus Odenwaldstr. 22 - 24
Tel. 0162 / 495 1608

Nachbarschaftstreff

Sprechstunde und Seniorenfrühstück

Die Sprechstunde der Seniorenberatung ist montags von 12:15 Uhr bis 14:00 Uhr.

An zwei Vormittagen im Monat gibt es ein Seniorenfrühstück. Spontan kann jeder vorbeikommen und gegen eine kleine Spende daran teilnehmen. Einmal im Monat ist freitags um 12:00 Uhr Suppentag im Nachbarschaftstreff.

Weitere Angebote sind spielen, Handarbeiten und vieles mehr. Gesprächskreise zu weiteren Themen werden entwickelt. Schließlich ist Bestandteil des Konzepts Nachbarschaftstreff, dass der Ort von allen für alle mit Leben erfüllt wird.

Ali Kacar,

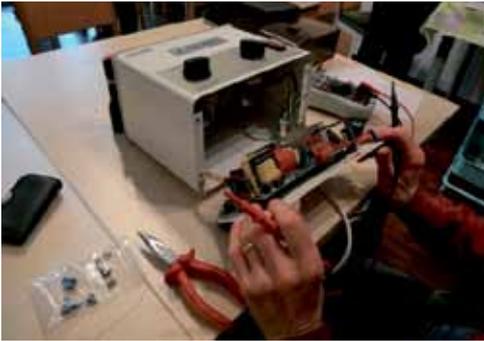
Tel. 06196 490-857

seniorenberatung@eschborn.de



Seniorenfrühstück im Nachbarschaftstreff

Repair Café



Defekte Haushaltsgeräte werden genauso repariert ...

Regelmäßig werden in der Jahnstraße 3 Gegenstände repariert. Eine Garantie, dass das Gerät hinterher wieder funktioniert, kann nicht gegeben werden. Die ehrenamtlich arbeitenden Senioren geben aber ihr Bestes, um Lampen, Toaster,



... wie alte Uhren.

Mixer oder Musikgeräte wieder zum Laufen zu bringen. Die Organisation vor Ort sieht folgendermaßen aus: Die Daten der Kundinnen und Kunden werden erfasst und sie unterschreiben den Haftungsausschluss für die entsprechende Reparatur. Meist muss man eine Zeitlang warten, dann gehen die Kundinnen und Kunden mit ihrem Gerät an einen freien Tisch. Es wird nicht nur repariert, sondern auch erklärt, was gerade passiert. Ob funktionsfähig oder defekt: Die Geräte müssen am Ende wieder mitgenommen werden.

Die aktuellen Öffnungszeiten finden sich in der Presse und dem Internetauftritt der Stadt Eschborn.

Repair Café

Tel. 06196 490-420

info@repaircafe-eschborn.de

Angebote der Ev. Andreaskirche

Gruppe Regenbogen, Senioren-Mittagstisch,
Betreuungsangebote für Demenz-Kranke

Gruppe Regenbogen Frühstückstreff

Seniorinnen und Senioren aus der Andreaskirche und aus St. Nikolaus treffen sich jeden 1. und 3. Montag im Monat (außer im August) zum gemeinsamen Frühstück und um Gemeinschaft aktiv zu erleben. Ob mit singen oder dem Austausch zu Lebens- und Glaubensfragen, mit Ausflügen oder dem Feiern von Festen – die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollen ihre Lebenszeit gemeinsam gestalten, als Gruppe „Kirche“ erleben und im Älterwerden in Geist und Körper fit bleiben.

Sigrid Gentz

Tel. 0173 43 55 457
rolfgentz@t-online.de

Ökumenischer Mittagstisch

Unter dem Motto „Gemeinsam statt Alleinsein“ bieten die beiden Niederhöchstädter Kirchengemeinden jeden Donnerstag ab 12:00 Uhr ein Mittagessen in der Andreaskirche an. Zum Selbstkostenpreis von 7 Euro erhalten die Gäste ein aus frischen Zutaten zubereitetes Hauptgericht, ein Dessert, Mineralwasser und zum Abschluss einen Kaffee. Derzeit nehmen viele Seniorinnen und Senioren regelmäßig teil, aber auch Familien sind willkommen. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Ruth Coors

Tel. 06173 78 287 32
senioren@andreasgemeinde.de

Zurück auf den Brettern, die die Welt bedeuten



Theater sorgt für Kreativität und Lebensfreude.

Im Februar startet in der Evangelischen Andreaskirche wieder die erfolgreiche Theaterarbeit mit und für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen. Zusammen möchten wir längst vergessene Geschichten wieder zum Leben erwecken, gemeinsam Spaß haben und zeigen, was in uns steckt. Theater sorgt nicht nur für Kreativität und Lebensfreude, sondern fördert auch die soziale Interaktion und Erinnerungen. Das alles in einer wertschätzenden Umgebung, in der jeder Teilnehmer

seine individuellen Fähigkeiten entfalten kann.

Die Theatergruppe für Menschen mit Demenz, Angehörige und Interessierte trifft sich immer freitags von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr im Gemeindezentrum der Andreaskirche. Die Kosten betragen 13 Euro pro Person

Miriam Heinz,
Timo Schweitzer
Tel. 06173 78 287 30
demenzberatung@
andreasgemeinde.de

„AtemPause“

Hinter „AtemPause“ stehen eine Betreuungsgruppe und Einzelbetreuung demenziell Erkrankter. An jedem Montagnachmittag von 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr treffen sich in den Räumen der Evangelischen Andreasgemeinde demenziell erkrankte Menschen zur gemeinsamen

Kaffeetafel, zu geistigen und motorischen Aktivitäten sowie zu Spaß und Spiel. Bei den Demenzerkrankten werden die vorhandenen Fähigkeiten und Fertigkeiten gefördert und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben angeregt. Für die pflegenden Angehörigen ist dies eine Zeit der Atempause. Die Teilnahme kostet 25 Euro. Eine Verrechnung über die Pflegekasse ist möglich.



Bei „AtemPause“ gibt es auch viele motorische Aktivitäten.

Miriam Heinz

Tel. 06173 78 287 30

demenzberatung@

andreasgemeinde.de

Wir tanzen weiter!

Das Angebot „Wir tanzen weiter!“ richtet sich an Menschen mit und ohne Demenz. Es bringt Menschen dorthin zurück, wo das Tanzen für viele Seniorinnen und Senioren hingehört: in die Tanzschule. Spaß, Freude und soziale Teilhabe stehen im Zentrum der Veranstaltungen. „Wir tanzen weiter!“ findet immer am er-

sten Freitag im Monat (außer in den Ferien) von 13:45 Uhr bis 14:45 Uhr in der Tanzschule Pelzer in Bad Soden statt. Die Teilnahme kostet 9 Euro pro Termin.

Miriam Heinz

Tel. 06173 78 287 30

demenzberatung@

andreasgemeinde.de



Einmal im Monat wird in der Tanzschule Pelzer getanzt.

Das Westerbach-Café

Der ökumenische Treff 65+ Niederhöhnstadt



Vortrag im Westerbach-Café

Jeden Dienstag von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr und jeden Freitag von 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr treffen sich Damen und Herren 65+ zum ökumenischen Treff. Das gemütliche Beisammensein findet im Clubraum von St. Nikolaus in der Kirchgasse (unterhalb der Kirche) oder nach Absprache an anderen Orten statt. Es gibt Kaffee, Tee und Gebäck. Neben guten Gesprächen erwarten Sie interessante Themen aus den

verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen. Zusammen werden regionale Feste und Ausstellungen besucht. Verschiedene Infoveranstaltungen finden in regelmäßigen Abständen statt. In den Schaukästen der Kath. Pfarrgemeinde sowie in der Presse werden die aktuellen Themen angekündigt.

Gertrud M. Rist

Tel. 06196 5235600

grist@gmx.de

Seniorenausflug der Stadt Eschborn

Unterwegs auf Rhein, Main und Mosel



Alle Seniorinnen und Senioren über 65 Jahre sind einmal im Jahr zu einem Ausflug eingeladen.

Jedes Jahr findet der große, ganztägige Seniorenausflug der Stadt Eschborn statt. Alle Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren können daran teilnehmen und werden über Presse und Plakate eingeladen. Mit 8 bis 9 Bussen geht es von Eschborn und Niederhöchstadt zu einem Schiffs-

anleger, mal von Wiesbaden, mal von Frankfurt oder Würzburg aus. Mit einem Motorschiff wird dann der Rhein, der Main oder die Mosel befahren.

Im Fahrpreis inbegriffen ist ein schmackhaftes Mittagessen. Am Ankunftsort haben die Teilnehmer in der Regel gut zwei Stunden Zeit, den Ort auf „eigene Faust“ zu erkunden. Um 18:00 Uhr treffen sich alle an den Bussen und die Heimreise wird angetreten. Auch Seniorinnen und Senioren, die auf den Rollstuhl angewiesen sind, können an den Ausflügen teilnehmen. Alternativ kann das Seniorenfest (siehe Seite 31) besucht werden.

Angelika Worgull

Tel. 06196 490-266

kultur@eschborn.de

Montagskreis mit Programm

Ein Angebot der Kath. Christ-König-Gemeinde Eschborn



Der Seniorenclub trifft sich jeden 1. und 3. Montag im Monat.

Der Montagskreis trifft sich jeden 1. und 3. Montag im Monat ab 14:30 Uhr in den Räumen des Katholischen Gemeindezentrums in Eschborn. Jede Zusammenkunft beginnt mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken. Anschließend gibt es ein wechselndes (Überraschungs-)Programm mit Vor-

trägen, Basteln, Malen, Spielen, Singen oder auch ein wenig Gymnastik.

**Barbara Albrecht,
Anna Schütz**

Katholisches Pfarrbüro,
Hauptstraße 52,
Tel. 06196 44018

Das Mehrgenerationenhaus in Eschborn

Gefördert vom Bundesfamilienministerium, ist das Mehrgenerationenhaus ein Treffpunkt für Menschen jeden Alters. Ältere Menschen finden hier vielfältige Veranstaltungen- speziell für Seniorinnen und Senioren oder im Miteinander der Generationen und der in Eschborn lebenden unterschiedlichen Kulturen.

Herzstück des Mehrgenerationenhauses ist das helle, freundliche Foyer. Dort steht ein öffentlich zugänglicher Kaffeevollautomat. Bei einer Tasse Kaffee trifft man nette Menschen und kann sich unterhalten, sich in eine Zeitschrift vertiefen oder in einem der Bücher aus dem „Offenen Bücherschrank“ schmökern.

Generationenübergreifende Veranstaltungen, wie der monatlich stattfindende Buch-Club, der wöchentliche Spielenachmittag am Donnerstag, gemeinsame Wanderungen, das „World Café“ oder Vorträge zu verschiedenen Themen laden zum Blick über den Tellerrand und zur Auseinandersetzung mit „Gott und der Welt“ ein.

Engagierte Menschen, die Lust auf freiwilliges Engagement im Rahmen ihrer zeitlichen Möglichkeiten haben, sind mit ihren Ideen willkommen.

Anja Mahne

Tel. 06196 93148 57

mobil 0151 /1750 4441

info@eschbornhaus.de

www.eschbornhaus.de



Angeregte Unterhaltung im Mehrgenerationenhaus

Gemeinschaft erleben und Kontakte pflegen im Seniorentreff

Angebote der Ev. Kirchengemeinde Eschborn



Seniorenachmittag im Mehrgenerationenhaus

Der Bereich Senioren in der Evangelischen Kirchengemeinde Eschborn, mit dem Projekt Mehrgenerationenhaus, versteht sich als Ort der Begegnung für alle. Es gibt ein täglich wechselndes Angebot

von Gymnastik, speziell auch Sitzgymnastik, Seniorentanz, Skat- und Bridgegruppen, dem Internetcafé sowie den Singkreis. In den Sprachkursen kann auch im reiferen Alter ohne Leistungsdruck

eine Fremdsprache (Englisch, Französisch) erlernt oder „aufgefrischt“ werden.

Ein wöchentlich stattfindender Seniorennachmittag bei Kaffee und Kuchen möchte mit seinem vielseitigen Unterhaltungs- und Informationsprogramm ansprechen. Angeboten werden unter anderem (Bild)vorträge, Lesungen, Gedächtnistraining, Geburtstagsfeiern, Spielnachmittage und Unterhaltung unterschiedlichster Art.

Wer gerne in der Freizeit aktiv ist, sich zum Wandern oder zu gemeinsamen Besuchen von Kulturveranstaltungen verabreden möchte, kann am vierten Dienstag im Monat von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr den Freizeit- und Kulturtreff in der Pfarrscheuer besuchen.

Menschen, die nicht nur gerne

aktuelle Romane lesen, sondern sich auch darüber austauschen möchten, sind im Buchclub willkommen. Dieser trifft sich an jedem zweiten Dienstag im Monat von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr.

Jeden Dienstag findet im Gemeindehaus um 12:00 Uhr der Mittagstisch für Jung und Alt statt. Wer sein Mittagessen in geselliger Runde einnehmen will, ist herzlich willkommen.

Eine Anmeldung ist bis Montag erforderlich bei Anja Mahne oder bis Freitag im Ev. Seniorenbüro.

Büro des Seniorentreffs

Hauptstraße 20

Tel. 06196 9314857

anja.mahne@ekhn.de

Persönliche Sprechzeiten:

Dienstag: 13:00 Uhr –

15:00 Uhr und nach

Vereinbarung

Im Alter aktiv bleiben

Sport- und Bewegungsangebote



Die Tanzkursgruppe des DRK

Viel Bewegung ist einer der Schlüssel zur Gesundheit im Alter. Wichtig ist aber, dass man einen Sport findet, der Spaß macht und der dem eigenen Gesundheitszustand entspricht. In Eschborn gibt es zahlreiche Angebote, die speziell auf Seniorinnen und Senioren zugeschnitten sind. Vor allem die Sportvereine bieten zahlreiche Kurse und Gruppen an.

Deutsches Rotes Kreuz:

Das DRK bietet viele Sportangebote für Ältere. Die Trainingstage, Uhrzeiten und Orte entnehmen Sie bitte der Tabelle auf den Seiten 24 und 25!

Robert Bechtel

Tel. 0170 7618187

robert.bechtel@t-online.de

Behinderten- und Rehabilitations- sportverein Eschborn:

- Koronar-Reha-Sport (wird vom Arzt verordnet)
- Wirbelsäulen-Gymnastik
- Wassergymnastik

Christine Hector

Tel. 0171 7828343

brs-eschborn@gmx.de

Evangelische Kirchen- gemeinde Eschborn:

Senioren-gymnastik im Gemein-dehaus Eschborn, mitt-wochs von 09:00 Uhr bis 10:00 Uhr.

TV Eschborn

Senioren-gymnastik in der Jahn-Turnhalle, mittwochs von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr.

Roland Gießmann

Hauptstraße 33,

Tel. 06196 773383

tveschborn@gmx.de

www.tv-eschborn.de

Stadt Eschborn / Vereine:

Informationen über weitere Bewegungsangebote gibt es bei der Seniorenarbeit der Stadt Eschborn sowie im In-ternet unter www.eschborn.de im Bereich „Vereine“.

Sabrina Schmitt

Tel. 06196 490-547

www.eschborn.de

Sport-Gruppen für Seniorensport in Eschborn (Leider können

Montag	15:30 Uhr – 16:30 Uhr Seniorengymnastik Bürgerzentrum Niederhöchstadt	
Dienstag	09:00 Uhr – 10:00 Uhr Seniorengymnastik Pavillon Spessartweg 23 Frau Wienholz, Tel. 06196 85528	15:30 Uhr – 17:00 Uhr Seniorentanz DRK-Räume Georg-Büchner-Str. 20c, Martha Eichner, Tel. 06196 776617
Mittwoch	09:15 Uhr – 10:15 Uhr Gesund und fit Bewegungstraining im Alter Georg-Büchner-Str. 20c	09:00 Uhr – 10:00 Uhr Osteoporose- Gymnastik Bürgerzentrum Niederhöchstadt
Donnerstag	10:00 Uhr – 11:00 Uhr Wirbelsäulen- Gymnastik Odenwaldstr. 22 - 24, Erlebnishaus	
Freitag	09:30 Uhr – 10:00 Uhr Wassergymnastik Wiesenbad Eschborn	10:00 Uhr – 10:30 Uhr Wassergymnastik Wiesenbad Eschborn

Aktiv im Alter

(nicht alle Sportangebote aufgenommen werden.)

<p>10:00 Uhr – 11:00 Uhr</p> <p>Nordic Walking</p> <p>Treffpunkt: Georg-Büchner-Str. 20c</p>	<p>10:15 Uhr – 11:15 Uhr</p> <p>Seniorengymnastik Bürgerzentrum Niederhöchstadt und Ev. Gemeinde Eschborn</p>	<p>14:00 Uhr – 15:00 Uhr</p> <p>Aktive Seniorinnen 60 plus, plus, plus...</p> <p>Jahnturnhalle Hauptstraße 33</p>
<p>17:00 Uhr – 18:00 Uhr</p> <p>Orthopädie Heinrich-v.-Kleist- Schule (wird vom Arzt verordnet)</p>	<p>18:30 Uhr – 20:00 Uhr</p> <p>Herzsportgruppe Heinrich-v.-Kleist- Schule (wird vom Arzt verordnet)</p>	
<p>11:00 Uhr – 11:30 Uhr</p> <p>Wassergymnastik Wiesenbad Eschborn</p>	<p>17:00 Uhr – 18:00 Uhr</p> <p>Orthopädie Heinrich-v.-Kleist-Schule (wird vom Arzt verordnet)</p>	<p>20:00 Uhr – 21:00 Uhr</p> <p>Wassergymnastik Wiesenbad, Eschborn (wird vom Arzt verordnet)</p>

Fit bleiben - Spaß haben - Kreativ sein

Eschborn K und Volkswbildungswerk Eschborn e.V.

Kurse

Das Angebot des Eschborn K umfasst Kurse, Workshops, Einzelvorträge und -reihen sowie Stadtführungen und Museumsbesuche. Im Mittelpunkt stehen die Bereiche Gesundheit, Fitness, Kunst, Kultur und Kreativität. Eine erste Auswahl des Programms erscheint immer halbjährlich in gedruckter Form und komplett auf der Internetseite. Die Anmeldung zu den Kursen ist per E-Mail, telefonisch oder über die Website möglich.

Anita Fischer

kurse@eschborn-k.de

Veranstaltungen

Der Veranstaltungssaal im Vereinshaus in der Jahnstraße 3 ist Spielstätte für Kino, Konzerte

und Kleinkunst. Immer freitags bietet das Eschborn K ein abwechslungsreiches Kinoprogramm. Samstags und sonntags finden auf der Bühne Konzerte, Kabarettveranstaltungen und Lesungen statt. Interkulturelle Veranstaltungen und moderne Formate runden das Angebot ab. Im Foyer zeigt die Galerie K zudem Kunst- und Fotoausstellungen. Das Programm liegt in gedruckter Form öffentlich aus und ist auf der Website abrufbar. Außerdem kann ein Newsletter abonniert werden.

Astrid Kumpfe

veranstaltungen@eschborn-k.de

Geschäftsstelle

Hauptstraße 14,

Tel. 06196 48800

www.eschborn-k.de

info@eschborn-k.de

Von Älteren für Ältere

Das Internetcafé Sokr@tes



Computerkurs im Internetcafé Sokr@tes

Das Eschborner Internetcafé Sokr@tes veranstaltet Computerkurse speziell für ältere Menschen. In Kleingruppen und gemütlicher Atmosphäre zeigen Seniorinnen und Senioren ihren Altersgenossen, wie man mit dem Computer Briefe und Einladungen gestaltet, wie man E-Mails an die Enkel schreibt, Fotos bearbeitet und im Internet surft. Kurse und Einzelunterricht für Tablets

und Smartphones runden das Angebot ab. Die Übungsstunden finden montags von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr statt.

Bürozeiten: mittwochs von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr.

Mehrgenerationenhaus

Hauptstraße 20

Tel. 06196 93148-55

cafe-sokrates@web.de

www.cafe-sokrates.de

Endlich Zeit zum Lesen

Die Eschborner Stadtbüchereien

Die Stadt Eschborn unterhält zwei Büchereien, in denen Bücher, Zeitschriften, Hörbücher, DVDs und Computerspiele kostenlos ausgeliehen werden können. Im Rathaus befindet sich die Bücherei Eschborn, die auch Bücher über das Thema Älterwerden sowie Leben und Alltag im Alter im Bestand hat. In der Steinbacher Straße 23 hat die Bücherei Niederhöchstadt ihren Standort.



Viel Lesestoff gibt es in den beiden Eschborner Büchereien

Stadtbücherei Eschborn

Rathausplatz 36

Tel. 06196 490-256

stadtbuecherei@eschborn.de

Öffnungszeiten:

Dienstag: 15:00 Uhr - 19:00 Uhr

Mittwoch: 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

Donnerstag: 15:00 Uhr - 19:00 Uhr

Samstag: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr

Stadtbücherei

Niederhöchstadt

Steinbacher Straße 23

Tel. 06173 61253

stadtbuecherei-ndh@eschborn.de

Öffnungszeiten:

Dienstag: 11:00 Uhr - 13:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 Uhr - 19:00 Uhr

Freitag: 16:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag: 10:00 Uhr - 13:00 Uhr

Noch einmal auf die Uni

Die Universität des dritten Lebensalters

Ein besonderes Bildungsangebot für Seniorinnen und Senioren stellt die „Universität des dritten Lebensalters“ (U3L) an der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität dar. Angesprochen sind insbesondere ältere Erwachsene, die sich in Seminaren, Vorlesungen und Arbeitsgruppen innerhalb eines akademischen Rahmens mit Fragen der Wissenschaft und Bildung auseinandersetzen und an der eigenen Weiterbildung arbeiten wollen.

Willkommen sind alle an wissenschaftlicher Bildung Interessierte. Die Teilnahme ist ohne formale Bildungsvoraussetzungen möglich. Im Veranstaltungsprogramm findet man Seminare, Vorlesungen und Arbeitsgruppen, die sowohl in Präsenz als auch im Online-

Format während des Semesters der Universität Frankfurt stattfinden.

Das Themenspektrum reicht von Geschichte und Literatur, über naturwissenschaftliche Fächer bis zu den Sozial- und Gesellschaftswissenschaften. Das Studium endet auch nicht mit Prüfungen und Abschlüssen. Allerdings werden auch interdisziplinäre Studiengänge angeboten, die jeweils mit einer wissenschaftlichen Hausarbeit enden.

Universität des 3. Lebensalters

Bockenheimer Landstraße 133,
60325 Frankfurt

Tel. 069 798-28861

Fax 069 798-28975

u3l@em.uni-frankfurt.de

www.u3l.uni-frankfurt.de

Die schönen Dinge des Lebens

Das reichhaltige Kulturangebot Eschborns

Für Seniorinnen und Senioren veranstaltet die Stadt Eschborn:

- Einzelveranstaltungen mit Musik, Tanz und Theater
- Fastnachtsnachmittag
- Adventsnachmittage in Niederhöchstadt
- Theaterfahrt

Für gehbehinderte Menschen gibt es einen Abholdienst. Während des (Um)baus von Rathaus und Stadthalle finden die Veranstaltungen in den Bürgerhäusern von Niederhöchstadt und Schwalbach statt.

Johanna Kiesel

Tel. 06196 490-334

Lucia Primavera

Tel. 06196 490-488

Angelika Worgull

Tel. 06196 490-266

kultur@eschborn.de

Theater

Zwischen September und April finden acht Theatervorstellungen statt, unter anderem Komödien, klassisches Schauspiel und musikalische Stücke.

Der Konzertring

Der Konzertring der Stadt Eschborn beinhaltet vier Konzerte, die jeweils sonntags stattfinden. Veranstaltet werden Kammerkonzerte, Orchesterkonzerte und spezielle Musikprojekte.

Nähere Informationen zu den Abonnements erhalten Sie unter den angegebenen Telefonnummern.

Das Puppentheater-Festival

Im November findet das Eschborner Puppentheater-Festival mit Vorstellungen für alle Altersgruppen statt.

Die Summertime-Reihe

Die beliebte Summertime-Reihe mit Konzerten, Theaterveranstaltungen und Klassik im Freien an verschiedenen Plätzen ist ein Treffpunkt für Jung und Alt, Groß und Klein.

Johanna Kiesel

Tel. 06196 490-334
kultur@eschborn.de

Seniorenfest

Immer am Tag nach dem Seniorenausflug (siehe Seite 16) findet im Bürgerzentrum am Montgeronplatz das Seniorenfest statt. Dabei spielt die gleiche Band wie beim Ausflug und es gibt das gleiche Essen. Die Ver-

anstaltung ist aber kürzer und dauert von 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr. Es kann entweder am Seniorenausflug oder am Seniorenfest teilgenommen werden.

Angelika Worgull

Tel. 06196 490-266
kultur@eschborn.de

Museum

Dauerausstellungen über die Geschichte Eschborns und Werke des Malers Hanny Franke sind im Stadtmuseum am Eschenplatz zu sehen. Im Museum finden ständig wechselnde Ausstellungen statt, die unter dem Motto „Eschborner malen für Eschborn“ stehen. Autorenlesungen und Konzerte runden das Programm ab. Es besteht die Möglichkeit, standesamtliche Trauungen im Museum durchzuführen.

Dr. Peter Lingens

Tel. 06196 490-232
museum@eschborn.de

Weihnachtspäckchen vom Magistrat

Kleine Präsente für ältere Mitbürger



Bürgermeister Adnan Shaikh übergibt im Namen des Magistrats der Stadt Eschborn ein Geschenk

In jedem Jahr werden vom Magistrat der Stadt Eschborn vor den Weihnachtsfeiertagen an Bürgerinnen und Bürger, die das 80. Lebensjahr vollendet haben, an Eschbornerinnen und Eschborner, die während der Feiertage in den Varisano-

Krankenhäusern liegen müssen sowie an Bewohnerinnen und Bewohner der Pflegeheime Hofreite und am Rapp-Kreisel Päckchen verteilt. Gebracht wird diese Weihnachtsgabe ab der Nikolauswoche vom ASB Eschborn.

Herzlichen Glückwunsch

Die Stadt gratuliert bei Altersjubiläen

Zur guten Tradition in Eschborn gehört es, dass ein Mitglied des Magistrats zum 80., 85., 90. und 95. Geburtstag und danach zu jedem Geburtstag persönlich die Glückwünsche der Stadt und ein kleines Präsent überbringt. Alle Jubilare werden zuvor angeschrieben, um einen Termin abzustimmen. Zum 90., 95. und 100. Geburtstag wird zusätzlich eine Gratulationsurkunde des Ministerpräsidenten und des Landrats ausgehändigt.

Ehejubiläen

Auch zu Ehejubiläen gratuliert in Eschborn ein Vertreter des Magistrats ab der „Goldenen Hochzeit“ (50-jähriges Ehejubiläum). Die Paare werden angeschrieben und um einen Besuchstermin gebeten. Gleichzeitig wird eine Gratu-



Bürgermeister Adnan Shaikh gratuliert.

lationsurkunde des Ministerpräsidenten des Landes Hessen ausgehändigt. Ab dem 65. Ehejubiläum gratuliert auch der Bundespräsident dem Ehepaar.

Regina Helfrich

Tel. 06196 490-490

sekretariat4@eschborn.de

Beratung und Hilfe

Mit dem Eintritt in den dritten Lebensabschnitt tauchen zahlreiche Fragen auf. Die folgenden Seiten geben einen Überblick über die Hilfen für Seniorinnen und Senioren und die entsprechenden Beratungsstellen und -angebote.

Die Rente kommt nicht von allein

Wo Sie Ihre Rente beantragen können

Die Rente kommt nicht automatisch, sondern muss beantragt werden. Die Deutsche Rentenversicherung (DRV) empfiehlt, den Antrag drei Monate vor Beginn der Rente zu stellen. Das kann in Eschborn nach telefonischer Anmeldung und Terminvereinbarung im Rathaus Eschborn erledigt werden. Die Mitarbeiterin nimmt die Anträge auf und leitet sie an die zuständigen Versicherungsträ-

ger weiter. Auskünfte über die zu erwartende Rentenhöhe erteilt die Deutsche Rentenversicherung.

Corinna Mann

Rentenstelle der Stadt Eschborn
Rathausplatz 36
Tel. 06196 490-331
soziale.sicherung@eschborn.de

Deutsche Rentenversicherung Hessen

Auskunfts- und Beratungsstelle
Zeil 53,
60313 Frankfurt
Tel. 069 99992090
kundenservice-in-frankfurt@drv-hessen.de

Unterstützung im Alter

Finanzielle Hilfen für ältere Menschen

Ältere Menschen können – sofern sie kein ausreichendes Einkommen oder Vermögen haben – finanzielle Unterstützung beim Sozialamt der Stadt Eschborn beantragen.

Corinna Mann

Tel. 06196 490-331

soziale.sicherung@eschborn.de

Grundsicherung/SGB XII

Die Grundsicherung steht jedem Bürger und jeder Bürgerin über 65 Jahre sowie dauerhaft Erwerbsgeminderten zu, die den Lebensunterhalt nicht aus eigenen Einnahmen oder dem eigenen Vermögen bestreiten können und die nicht in einer Lebensgemeinschaft mit einem Partner leben, der für den Lebensunterhalt sorgen kann. Neben der Grundsicherung können sogenannte

„Hilfen in anderen Lebenslagen“ beantragt werden. Dazu zählen Hilfen zur Weiterführung des Haushalts und zur Pflege, die Blindenhilfe oder Bestattungskosten.

Schwerbehindertenausweis

Menschen, die dauerhaft körperlich und/oder geistig beeinträchtigt sind, können einen Schwerbehindertenausweis beantragen. Anträge sind im Rathaus erhältlich. Alle zwei Monate finden Sprechstunden des Versorgungsamtes im Rathaus statt.

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales

Postfach 57 47, 65047 Wiesbaden

Tel. 0611 7175-0

poststelle@havs-wie.hessen.de

Gebührenbefreiungen und -reduzierungen

Seniorinnen und Senioren können auch von verschiedenen Gebühren befreit werden oder günstigere Sozialtarife nutzen. Für alle Vergünstigungen muss ein Antrag gestellt werden:

- Rundfunk- und Fernsehgebühren können für Personen, die Grundsicherung beziehen, und die anerkannte Schwerbehinderte mit dem Merkzeichen „RF“ im Schwerbehindertenausweis sind, reduziert werden.
- Telekom-Kunden, die Grundsicherung beziehen oder anerkannte Schwerbehinderte mit dem Merkzeichen „RF“ sind, zahlen – reduziert um den Sozialtarif – nur die Grundgebühr für den Telefonanschluss.
- Wer mehr als 2 Prozent (bei chronisch Kranken ein Prozent) seiner jährlichen Brutto-

einnahmen für Zuzahlungen für Medikamente bezahlt, kann einen Antrag auf Befreiung stellen. Die gesetzlichen Krankenversicherungen erteilen nähere Informationen.

Wohngeld

Der Zuschuss zu den Mietkosten oder zu den Lasten bei Besitzern von Eigenheimen und Eigentumswohnungen wird auf Antrag gewährt. Die Anträge können sowohl im Rathaus Eschborn als auch in der Verwaltungsstelle Niederrhöchstadt abgeholt und abgegeben werden. Sie sind auch auf der Internetseite des Main-Taunus-Kreises verfügbar.

Wohngeldbehörde des Main-Taunus-Kreises

Am Kreishaus 1 - 5
65719 Hofheim
Tel. 06192 201-0
info@mtk.org
www.mtk.org

Mit Rat und Tat zur Seite

Die Angebote der städtischen Seniorenberatung



Katja Keiner berät eine ältere Dame im Pavillon Spessartweg.

Ziel der Eschborner Seniorenberatung ist es, dass Ältere auch mit Einschränkungen ein gutes Leben nach eigenen Vorstellungen führen. Katja Keiner und Ali Kacar ste-

hen Ihnen für Fragen rund ums Alter mit Rat und Tat zur Seite. Sie sind aufmerksame und zugewandte Gesprächspartner für Ihre individuellen Anliegen. Sie informieren und beraten in



Seniorenberater Ali Kacar

allen gewünschten Bereichen,
wie zum Beispiel

- Gesundheit
- Demenz
- Pflege
- Vollmachten
- Hilfsmittel

- Verbleib in der häuslichen Umgebung oder Umzug in eine betreute Einrichtung
- finanzielle Unterstützung
- Antragstellungen
- persönliche Anliegen
- Krisenintervention

Zu den Beratungsgesprächen – ob in der eigenen Wohnung oder im Beratungsbüro – können Angehörige dabei sein. Für ausführliche Gespräche ist es sinnvoll, einen Termin zu vereinbaren.

Katja Keiner

Tel. 06196 490-343

Ali Kacar

Tel. 06196 490-857

seniorenberatung@eschborn.de

Sprechstunden:

Rathaus Eschborn: Mo. 10:00 Uhr - 12:00 Uhr,

Mi. 10:00 Uhr - 11:00 Uhr und 15:00 Uhr - 16:00 Uhr

Niederhöchststadt: nach telefonischer Vereinbarung

Nachbarschaftstreff Berliner Str. 2: Mo. 12:15 Uhr - 14:00 Uhr

Pavillon Spessartweg 21: Do. 09:00 - 11:00 Uhr

Hindernisse beseitigen

Die Wohnberatung der Stadt Eschborn

Im Alter und bei Behinderung bietet die Stadt Eschborn eine Wohnberatung an. In einem gemeinsamen Gespräch im Haushalt des Betroffenen können die Wohnverhältnisse mit den veränderten Bedürfnissen abgeglichen werden. Dabei

werden auch Finanzierungsfragen geklärt. Nach vorrangigen Zuschüssen (Pflegekasse, Landesmittel, Kreis etc.) verfügt die Stadt Eschborn unter bestimmten Voraussetzungen über eigene Fördermittel. Nicht immer muss es



Schon mit kleinen Veränderungen lassen sich Hindernisse, zum Beispiel im Badezimmer, aus dem Weg räumen



- Hilfsmittel/
Pflegehilfsmittel
- Klärung mit dem Vermieter
- Umzug und
Wohnungstausch
- Antragstellung

Katja Keiner

Tel. 06196 490-343

seniorenberatung@eschborn.de

Ali Kacar

Tel. 06196 490-857

seniorenberatung@eschborn.de

Treppenlifte gibt es für den Innen- und ...

ein Umbau sein. Durch gute Planung können auch Hilfs- und/oder Pflegehilfsmittel den Alltag verbessern helfen. Themen der Wohnberatung sind unter anderem:

- Rampen
- Handläufe
- Ebenerdige Duschen
- Raumaufteilung
- Automatische Herd-
abschaltungen



... für den Außenbereich

Hilfe in sozialen Fragen

Wo Ihnen geholfen wird

Sozialbüro Main-Taunus Eschborn

Das Sozialbüro ist eine Informations- und Beratungsstelle, die Bürgerinnen und Bürgern in sozialen Belangen und Anliegen (z. B. Fragen zur Grundversicherung) zur Seite steht. Die Beratungen und Informationen sind kostenfrei, überkonfessionell, kompetent und vertraulich.

Katholische Christ-König-Gemeinde

Hauptstraße 52,
Tel. 06196 7777-4222
Fax 06196 7777-34
sozialbuero@
caritas-main-taunus.de

Öffnungszeiten
Mittwoch von 10:00 Uhr -
12:00 Uhr
und von 15:00 Uhr - 18:00 Uhr

Schuldnerberatung

Die idh Schuldnerberatung MTK gGmbH des Main-Taunus-Kreises bietet in Eschborn jeden Dienstag von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr in der Hauptstraße 52 eine persönliche Schuldnerberatung an. Wenn die Ausgaben steigen – beispielsweise bei Mieten und Heizkosten – die Einnahmen im Alter aber nicht Schritt halten, kann es auch in Seniorenhaushalten zur Überschuldung kommen.

Telefonische Sprechzeiten:
Montag von 16:00 Uhr -
17:00 Uhr

idh

Hauptstraße 52,
65760 Eschborn
Tel. 06192 95 815 10
info@idh-schuldnerberatung-mtk.de
www.idh-schuldnerberatung-mtk.de

Sehbehinderung

Im Alter können Erkrankungen auftreten, die das Sehen nachhaltig beeinträchtigen. Am 2. Dienstag im Monat trifft sich die Gesprächsgruppe für sehbehinderte Menschen von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr im Seniorenraum im Erlebnishaus in der Odenwaldstraße 22 - 24.

Ute Pohl

Tel. 069 87205080
mobil 0176 42492962
ute.pohl56@t-online.de

Hörbehinderung

In Eschborn gibt es die Selbsthilfegruppe „Schlappohr“. Die Treffen finden am 1. Dienstag im Monat von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr im Seniorenraum des Erlebnishauses in der Odenwaldstraße 22 - 24 statt.

Anette Arndt

schlappohr-eb@posteo.de

Telefonseelsorge

Insbesondere in der Nacht oder am Wochenende können quälende Gedanken manchmal nicht zu stoppen sein. Die Telefonseelsorge bietet allen Anruferinnen und Anrufern unabhängig, ob sie einer Kirche angehören, die Möglichkeit, sich an sie zu wenden.

Tel. 0800 1110 111/222
(Der Anruf ist kostenfrei.)

Vorsicht Falle!

Sicherheitsberater für Seniorinnen und Senioren

Es gibt in jedem Jahr eine Anzahl von versuchten Trickbetrügereien. Allein bei Schockanrufen und Anrufen von falschen Polizisten gab es 2023 im Main-Taunus-Kreis 24 vollendete Taten mit einer Schadenssumme von circa 500.000 Euro.

Mit zunehmendem Alter sinkt der Argwohn und die Hilfsbereitschaft steigt. Die Dunkelziffer derjenigen, die einem Trick aufgesessen sind, ist wahrscheinlich recht hoch, da sich die Betroffenen schämen und die Taten nicht anzeigen.

Die ausgebildeten Sicherheitsberater informieren Seniorinnen und Senioren über

die verschiedenen Tricks der Betrüger. Zusätzlich gibt es Flyer, Aufkleber und Türanhänger, die die älteren Menschen schützen sollen.

Bisher sind 16 Personen in Eschborn ausgebildet worden. Die Beraterinnen und Berater sind bereit, auch bei Treffen von Vereinen oder Seniorenclubs Vorträge zu halten. Sie kommen auf Wunsch aber auch zu Senioren nach Hause.

Kontaktdaten der Sicherheitsberater in Eschborn erhalten Sie durch:

Susanne Däbritz

Tel. 06196 490-320

senioren@eschborn.de

Rechtzeitig vorsorgen

Wie man seinen Willen richtig niederlegt



Bei Themen wie Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht ist Beratung wichtig

Alle Menschen sollten rechtzeitig für Fälle vorsorgen, in denen sie krankheits- oder altersbedingt nicht mehr in der Lage sind, ihren Willen zu äußern. Die wichtigsten Instrumente dazu sind die Patientenverfügung, die Vollmacht, die Betreuungsverfügung und das Testament.

Patientenverfügung

Sie gewährleistet, dass das Selbstbestimmungsrecht eines Patienten zum Beispiel auch bei Bewusstlosigkeit gilt. Eine Patientenverfügung regelt auch, welche lebensverlängernden Maßnahmen ein Patient

akzeptiert und welche nicht. Die Patientenverfügung sollte regelmäßig überprüft und gegebenenfalls ergänzt werden. Das Dokument erhält die Person, die in der Vorsorgevollmacht benannt ist. Gerne können Sie sich bei der Seniorenberatung Eschborn (Seite 37) weiter informieren.

(Vorsorge)vollmacht

Mit einer (Vorsorge)vollmacht beauftragt der Vollmachtgeber eine Vertrauensperson, für ihn zu handeln, falls er selbst entscheidungsunfähig ist. Eine solche Vollmacht sollte möglichst detailliert und eindeutig formuliert sein, da sie nur auf Vertrauen basiert und keiner gerichtlichen Kontrolle unterliegt.

Betreuungsverfügung

Im Falle dauerhafter Entscheidungsunfähigkeit bestellt ein Gericht eine Betreuerin oder einen Betreuer. Mit einer Betreuungsverfügung kann man für diesen Fall Wünsche und Regelungen niederlegen, die das Gericht beachten muss. Eine Betreuungsverfügung kann formlos verfasst werden und ähnlich einer Vorsorgevollmacht aufgebaut sein. Sie sollte beim zuständigen Amtsgericht hinterlegt werden.

Wichtige Adressen

Betreuungsbehörde des Main-Taunus-Kreises

Am Kreishaus 1 - 5,
65719 Hofheim
Tel. 06192 201-1199
betreuungsbehoerde@mtk.org

Betreuungsverein Caritasverband Main-Taunus

Frankfurter Straße 5a,
65795 Hattersheim
Tel. 06190 280599 - 60
betreuungsverein@caritas-main-taunus.de

Betreuungsverein IFB e.V.

Geschäftsstelle MTK
Rathausplatz 6,
65439 Flörsheim
Tel. 0611 97170758
betreuungsverein-mtk@ifbev.de

Amtsgericht Höchst

Zuckschwerdtstraße 58,
65929 Frankfurt
Tel. 069 1367-3218
oder 069 1367-3217

Der letzte Wille

Worauf Sie bei einem Testament achten sollten

Der sicherste Weg, seinen Nachlass zu regeln, ist das notarielle Testament. Es sorgt für ein Höchstmaß an Rechtssicherheit und reduziert die Gefahr von Erbstreitigkeiten.

Rechtlich gültig sind aber auch handschriftliche und eigenhändig unterschriebene Testamente. Sie müssen mit vollständigem Vor- und Zunamen unterschrieben sein und Ort und Datum der Erklärung enthalten. Eheleute können auch gemeinsam ein Testament verfassen, das dann von beiden unterzeichnet werden muss. Private Testamente sollten beim Amtsgericht hinterlegt werden.

Amtsgericht Frankfurt – Außenstelle Höchst

Zuckschwerdtstraße 58,
65929 Frankfurt
Tel. 069 1367-3220
oder 069 1367-3226

Notare in Eschborn

Alexandra Brehm-Kaiser

Am Stadtpfad 1,
65760 Eschborn
Tel. 069 370 000 050

Erik Hackenberg

Hauptstraße 78,
65760 Eschborn
Tel. 06196 177796-0

Wolfgang Hoppe

Frankfurter Straße 10 - 14,
65760 Eschborn
Tel. 06196 48 19 69

Wohnen und Dienstleistungen

Eine Vielzahl von ehrenamtlichen und kommerziellen Diensten kümmert sich darum, dass ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger so lange wie möglich in ihren eigenen vier Wänden ein weitgehend selbständiges Leben führen können.

Wohnen im Alter

Die Seniorenwohnungen in Eschborn

Die Stadt Eschborn verfügt über öffentlich geförderte Wohnungen, die an die besonderen Bedürfnisse von Älteren angepasst sind. Neben klassischen Sozialwohnungen können auch sogenannte „Wohnungen der vereinbarten Förderung“, für die höhere Einkommensgrenzen gelten als bei Sozialwohnungen, in Eschborn und Niederhöchststadt vermittelt werden. Einige der Seniorenwohnungen befinden sich in den verschiedenen Seniorenwohnanlagen im Stadtgebiet: In der Odenwaldstraße 8 und 10 befinden sich Seniorenwohnungen der „Nassauischen Heimstätte“,

im Spessartweg 23, 25 und 27 gibt es eine Seniorenwohnanlage der „Gemeinnütziges Wohnungsunternehmen Eschborn GmbH“. Durch Zusatzangebote, wie Hausnotruf, Seniorenfrühstück und Beratungssprechstunden im Pavillon in der Seniorenwohnanlage Spessartweg hat sich die Anlage zu einem „Service-Wohnen“ entwickelt.



Wohnanlage im Spessartweg



Seniorenwohnungen in der Odenwaldstraße

In der Hauptstraße 24 gibt es die Seniorenwohnanlage des EVIM (siehe Seite 49). Für eine Bewerbung benötigt die Abteilung „Wohnungswesen“ der Stadt Eschborn die Einkommensnachweise aller zum Haushalt gehörenden Personen, d. h. auch Rentennachweise für Alters-, Witwen- und Betriebsrente usw. sowie die Ausweispapiere

und den Schwerbehindertenausweis, sofern vorhanden. Voraussetzung ist, dass die Bewerber ihren Hauptwohnsitz oder Arbeitsplatz seit mindestens einem Jahr in Eschborn haben oder dass sie zum Hauptwohnsitz ihrer Kinder ziehen wollen.

Petra Klug

Rathaus, Zimmer 27
Tel. 06196 490 -327

Bettina Murawski

Rathaus, Zimmer 28
Tel. 06196 490-329
wohnungswesen@eschborn.de

Für die freifinanzierten Service-Wohnungen in Eschborn und Niederhöchstadt bewirbt man sich direkt bei der GWE.

Gemeinnütziges Wohnungsunternehmen Eschborn GmbH (GWE)

Unterortstraße 23
Tel. 06196 967309-0
info@gwe-eschborn.de

Mit Service wohnen

Die Unabhängigkeit erhalten

„Service-Wohnen“ ermöglicht älteren Menschen – auch mit Hilfebedarf – selbständig in der eigenen Wohnung zu leben. Es orientiert sich an Normalität und Individualität und versucht, diese längstmöglich zu erhalten.

Eine Heimaufnahme wird verhindert oder zumindest hinausgeschoben. In Eschborn gibt es verschiedene Anbieter (siehe Seite 73), darunter die Einrichtung der EVIM gemeinnützige Altenhilfe GmbH. Das „ServiceWohnen“ ist unmittelbar neben dem Evangelischen Gemeindehaus errichtet, so dass die Bewohnerinnen und Bewohner auch die Angebote der gemeindlichen Altenarbeit (siehe Seite 20) nutzen können. So können die Mie-



Das August-Mencke-Haus in der Hauptstraße 24

terinnen und Mieter mitten in der Stadt leben und auf kurzen Wegen einkaufen, Sozialkontakte pflegen und Ärzte und Behörden aufsuchen.

EVIM ServiceWohnen

Tel. 06196 769365

sw.eschborn@evim.de



In der Seniorenimmobilie am „Rapp-Kreisel“ gibt es auch Service-Wohnungen.

Servicewohnen

Auf dem Gelände in der Hauptstraße 46 stehen 29 Service-Wohnungen zur Verfügung. Die Vermietung erfolgt über die Gemeinnütziges Wohnungsunternehmen Eschborn GmbH, gleichzeitig muss mit der ProjectCare GmbH ein

Servicevertrag abgeschlossen werden, ebenso mit dem ASB über die Nutzung des Hausnotrufs.

Die Hälfte der Wohnungen ist geförderter Wohnraum und wird deshalb über das Wohnungswesen der Stadt Eschborn (siehe Seite 48) vergeben. Die übrigen Wohnungen im gleichen Gebäude sind freifinanziert und können daher auch von Mieterinnen und Mietern mit Wohneigentum und/oder höheren Alterseinkünften gemietet werden.

Gleiches gilt für die freifinanzierten Service-Wohnungen in der Hofreite in der Gartenstraße 9b und 9c in Niederhöchstadt.

**Gemeinnütziges
Wohnungsunternehmen
Eschborn GmbH (GWE)**

Unterortstraße 23
Tel. 06196 967309-0

Hilfe per Knopfdruck

Der Hausnotruf bringt Sicherheit

Ein Hausnotruf ist für viele Voraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben. Mit dem Gerät sind auch Alleinstehende in der Lage, in Notfällen mit einem einzigen Knopfdruck Hilfe zu holen. Die Pflegekassen, in Einzelfällen auch das Sozialamt, tragen einen Teil der Gebühren, der Anbieter oder die städtische Seniorenberatung hilft bei der Antragstellung.



Ein Hausnotrufsystem kann Leben retten.

Die Anbieter von Hausnotrufsystemen:

ASB Ortsverband Eschborn

St.-Florian-Straße 2
65760 Eschborn
Tel. 06196 504023
www.asb-westhessen.de

Malteser Hilfsdienst gGmbH

Kelkheimer Straße 32 - 34
65779 Kelkheim
Tel. 06195 911119
hausnotruf.kelkheim@malteser.org

Deutsches Rotes Kreuz Soziale Dienste Rhein- Main-Taunus gGmbH

Schmelzweg 5
65719 Hofheim
Tel. 06192 207722
hnr.maintaunus@drk-rmt.de

Volles Sortiment

Einkaufen in Eschborn



Ralf März liefert Obst aus

In Eschborn und Niederhöchststadt decken eine Vielzahl an Einzelhandelsgeschäften den Bedarf an Lebensmitteln und Waren für den Alltag. Ladenzentren gibt es rund um den Marktplatz sowie am Montgeronplatz und entlang der Hauptstraße in Nieder-

höchststadt. Darüber hinaus haben sich im Gewerbegebiet Ost und im Camp Phoenix zahlreiche Verbrauchermärkte und Discounter angesiedelt. Daneben gibt es folgenden Lieferdienst:

Fa. März

*(Obst, Gemüse,
Lebensmittel aller Art)
Götzenstraße 26
Tel. 06196 42133*

Getränke-Lieferanten finden Sie im aktuellen Telefonbuch unter „Getränke-Service“.

Wochenmarkt

Beliebt ist auch der Eschborner Wochenmarkt. Er findet in Eschborn immer mittwochs von 08:00 Uhr bis 18:00 Uhr statt.

Angebote zur Verpflegung

Mittagstische und Lieferungen nach Hause

Mittagstische

Ein schmackhaftes, preiswertes Essen in Gesellschaft netter Leute hat für viele heute Seltenheitswert. Die Evangelische Gemeinde Eschborn bietet dienstags um 12:00 Uhr ein gemeinsames Mittagessen an. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Evangelische Kirchengemeinde Eschborn

Hauptstraße 20

65760 Eschborn

Tel. 06196 95475-0

oder 0157 88366843

Jeden Donnerstag um 12:00 Uhr findet in der Evangelischen Andreaskirche ein Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren statt. Ein Menü mit Haupt- und Nachspeise sowie Getränken wird zum Selbstkostenpreis von 7 Euro angeboten. Die Mahlzeiten in der Gemeinschaft schmecken nicht nur besser, sondern bieten die Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und bereits bestehende Freundschaften zu pflegen.

Evangelische Andreaskirche

Langer Weg 1

65760 Eschborn

Tel. 06173 99 87 60

Tiefgekühlte und warme Mahlzeiten

Darüber hinaus wird in Eschborn „Essen auf Rädern“ angeboten. Zur Auswahl stehen dabei warme oder tiefgekühlte Mahlzeiten, die selbst erwärmt werden müssen. Bei allen Anbietern können die Essen für eine ganze Woche

bestellt und geliefert werden. Es ist aber auch möglich, sich nur an einzelnen Tagen Essen nach Hause liefern zu lassen. Die Bestellung erfolgt telefonisch oder nach Anmeldung über das Internet.

**Landhausküche
von „apetito“**

Tel. 0800 120 80 20



Essen auf Rädern bietet warme und tiefgekühlte Mahlzeiten.

Mobil bleiben

Fahr- und Begleitdienste in Eschborn

Für Gehbehinderte gibt es Taxi-Gutscheine des Main-Taunus-Kreises.

Voraussetzungen für die Nutzung sind:

- Erstwohnsitz im Main-Taunus-Kreis
- kein eigenes Kraftfahrzeug
- ein Schwerbehindertenausweis mit „aG“ oder eine ärztliche Bescheinigung über die dauernde Nutzung eines Rollstuhls
- ein Einkommen unter den vorgegebenen Grenzen
- ein Vermögen unter der Freigrenze

Informationen über die Voraussetzungen gibt es in der „Eingliederungshilfe“ im Kreishaus in Hofheim.

Eingliederungshilfe

Am Kreishaus 1 - 5
65719 Hofheim
Tel. 06192 201- 2031
soziales@mtk.org

Anträge erhalten Sie bei:

Corinna Mann

Sozialamt der Stadt Eschborn
Rathausplatz 36
65760 Eschborn
Tel. 06196 490-331

Verwaltungsstelle Niederhöhnstadt

Hauptstraße 297
65760 Eschborn-
Niederhöhnstadt
Tel. 06196 490-999

Die nachfolgenden Organisationen und Taxiunternehmen können als Behindertenfahrdienste mit den Taxischeinen des Main-Taunus-Kreises beauftragt werden:

ASB Ortsverband Eschborn

Tel. 06196 504022 oder
0800 1921200

Taxi direkt Eschborn

Tel. 06196 44444

Taxi Volland

Tel. 06196 83839

AWO Hattersheim

Tel. 06190 71760

Malteser Hilfsdienst Kelkheim

Tel. 06195 911119

Fahrdienste in Eschborn

Die Stadt Eschborn hat für Menschen mit Gehbehinderungen ein besonderes Angebot. Menschen im Rollstuhl und mit dem Merkzeichen „aG“ in ihrem Schwerbehindertenausweis, die kein eigenes Auto besitzen, können sich durch den ASB Eschborn acht Mal im Monat im Umkreis von 35 Kilometern fahren lassen. Für Fahrten innerhalb Eschborns beträgt der Eigenanteil 1,50 Euro, für Fahrten außerhalb Eschborns 2,50 Euro. Bitte lassen sie sich beim ASB als Fahrtteilnehmer registrieren!

ASB Ortsverband Eschborn/Regionalverband Westhessen

St.-Florian-Straße 2,
65760 Eschborn
Tel. 06196 504022
Tel. 0800 1921200

Personen, die den Eintrag „G“ in ihrem Schwerbehindertenausweis haben und kein eigenes Auto besitzen, können sich bei der Stadt Eschborn mit dem entsprechenden Antrag registrieren lassen. Sie können damit acht Taxi-Fahrten pro Monat bei „Taxi direkt“ einlösen. Auch hier ist für Fahrten innerhalb Eschborns ein Eigenanteil von 1,50 Euro zu zahlen und für die festgelegten Ziele außerhalb Eschborns 2,50 Euro.

Das Taxiangebot 75+ richtet sich an Eschbornerinnen und Eschborner ohne eigenes Auto, die das 75. Lebensjahr vollendet haben. Die Fahrtziele liegen ausschließlich in Eschborn. Es gibt 4 Fahrscheine monatlich.

Regina Helfrich

Tel. 06196 490-490

sekretariat4@eschborn.de

Das Anrufsammeltaxi (AST)

Das Anrufsammeltaxi (AST) fährt von allen Bushaltestellen sowie von den eigens eingerichteten AST-Haltestellen in Eschborn. Dort befinden sich die Aushänge und Abfahrtszeiten.

Das AST fährt nur auf telefonische Anforderung zu den an den Haltestellen aufgeführten Zeiten. Für Rollstuhlfahrer ist das AST nur bedingt geeignet. Rollatoren und Kinderwagen können mitgenommen werden.

Anrufsammeltaxi

(Anforderung und Information)

Tel. 06192 2002626

www.mtv-web.de/services/anruf-sammeltaxi/

Parkausweise für Schwerbehinderte

Der Parkausweis für Schwerbehinderte berechtigt zur Nutzung von Sonderparkrechten. Dies erleichtert den Alltag oft deutlich. Der Parkausweis ist personenbezogen und wird nicht für ein Auto, sondern auf den Betroffenen ausgestellt.

Zur Beantragung ist keine eigene Fahrerlaubnis erforderlich. Anspruch auf den Parkausweis für Schwerbehinderte haben Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit dem Kennzeichen „aG“ (außergewöhnliche Gehbehinderung), „bl“ (blind) oder beidseitiger Amelie oder Phokomelie. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Frauke Sönnichsen

Tel. 06196 490-202

verkehrssicherheit@eschborn.de

Einrichtung von Behindertenparkplätzen

Für Menschen mit Behinderungen mit den Merkmalen „aG“ oder „bl“ im Schwerbehindertenausweis besteht die Möglichkeit der Einrichtung eines entsprechenden Parkplatzes.

Die Stadt Eschborn setzt sich dafür ein, Anspruchsberechtigten diese Form der Parkerleichterung zu ermöglichen, soweit die persönlichen Voraussetzungen vorliegen und die Verkehrsverhältnisse es zulassen. Ob die Möglichkeit besteht, muss daher immer im Einzelfall und vor Ort geprüft und entschieden werden.

Straßenverkehrsbehörde

Tel. 06196 490-208

Tel. 06196 490-284

straßenverkehrsbehoerde@eschborn.de

Hilfen im Alltag

Die mobilen sozialen Hilfsdienste

Mobile soziale Dienste bieten älteren oder behinderten Menschen Hilfestellung bei einzelnen Verrichtungen des täglichen Lebens an.

- Hilfe im Haushalt (Einkäufe, Betten machen)
- Gardinen auf- und abhängen
- Reinigungs- und Reparaturdienste (Treppen putzen, kleinere Gartenarbeiten, kleinere Reparaturarbeiten)
- Vorlese- und Schreibdienste

Mobile soziale Dienste bieten keine Pflegeleistungen durch Pflegefachpersonal an. Je nach Grad der Hilfebedürftigkeit und der finanziellen Situation helfen Pflegekassen und Sozialamt bei der Finanzierung der Dienste.

Wohn-Service-Team

Mieterinnen und Mieter der Nassauischen Heimstätte können bei „Helfer im Alltag“ des Wohn-Service-Teams anfragen. Es ist ein zertifizierter Anbieter für haushaltsnahe Dienstleistungen nach § 45 SGB XI.

Wohn-Service-Team

Tel. 0800 3660533

(Die Anrufe sind kostenfrei.)

Nachbarschaftshilfe

Personen ab einem Pflegegrad 1 können sich selbst in der Nachbarschaft Hilfe suchen. Nach der Anerkennung durch den MTK können die Kosten abgerechnet werden.

Seniorenberatung

Tel. 06196 490-343 oder
06196 490-857

Hanah*s Dienste

Hanah*s Dienst steht für hausnahe und soziale Dienste. Dazu zählen hauswirtschaftliche Dienstleistung, das heißt Reinigung und Pflege des Haushalts, Zubereitung kleiner Speisen, Wäschewaschen, Bügeln, kleine Näharbeiten. Außerdem gehört dazu die Be-



*Die Mitarbeiterinnen von „Hanah*s Dienste“ unterstützen Senioren im Alltag*

gleitung nach draußen, etwa zum Einkaufen, Spazieren gehen oder zu Besuchen von Seniorenveranstaltungen; ferner die Betreuung von Seniorinnen und Senioren – auch mit Demenz – sowie die Entlastung von Familienangehörigen. Die Einsätze werden stundenweise, kontinuierlich und in regelmäßigem Rhythmus und mit festen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern geleistet.

Die Kosten können über die Pflegekasse abgerechnet oder privat gezahlt werden.

Nicole Kahlert

Diakoniestation Eschborn/
Schwalbach

Hauptstraße 20

65760 Eschborn

Tel. 06196 9547517

mobil 01577 541 29 57

nicole.kahlert@ekhn.de

Ambulante Betreuung und 24-Stunden-Betreuung

Viele Seniorinnen und Senioren brauchen neben der Pflege oftmals Betreuung. Die Aufgaben, die durch Betreuerinnen und Betreuer geleistet werden, reichen von der Haushaltsversorgung bis hin zu leichten Gartenarbeiten. Einkaufen, Kochen und gegebenenfalls Unterstützung beim Essen gehören ebenfalls zum Aufgabenbereich, wie die Unterstützung bei der Körperhygiene, Hilfen bei der Mobilität und gemeinsames Aufsuchen von Veranstaltungen.

Insbesondere bei der 24-Stunden-Betreuung, bei der die Mitarbeiterinnen im Haus der Betreuten wohnen, müssen die Angehörigen sich darüber im Klaren sein, dass deutsche Arbeitsstandards einzuhalten sind. Dies schließt die 40-Stunden-Woche ebenso ein, wie zwei freie Tage in

der Woche. Gemeinsam mit dem Anbieter ist abzuklären, wie beispielsweise Feiertage wie Weihnachten oder Ostern organisiert werden können und was dies kostet. Da es anders als bei den ambulanten Pflegediensten und Heimen derzeit noch kein qualitätssicherndes Zulassungs- und Kontrollsystem gibt, bleibt ein gewisses Restrisiko beim Nutzen solcher Angebote. Gleichwohl ermöglichen solche Dienste beispielsweise Menschen mit Demenz, weiter zu Hause leben zu können. Ein Kostenvoranschlag ist sinnvoll, zumal ein Teil der Leistungen ggf. auch über die Pflegekasse abgerechnet werden kann.

actioVita GmbH

Ludwig-Erhard-Straße 16 - 18

65760 Eschborn

Tel. 06196 9710770

info@actiovita.de

Pflege

*Was tun im Pflegefall? Was leistet die Pflegeversicherung?
Welche Angebote gibt es?*

Die Pflegeversicherung

Unterstützung für hilfs- und pflegebedürftige Menschen

Der Medizinische Dienst der Krankenkassen ist zuständig für die Begutachtung und Einstufung der betroffenen Personen. Der Antrag dazu ist bei der zuständigen Krankenkasse zu stellen. Privatversicherte Personen wenden sich für ihre Anträge auf Begutachtung an die „COMPASS Private Pflegeberatung“. Die Einstufung erfolgt in fünf Pflegegrade. Entsprechend des Pflegegrades der Person erhalten die Betroffenen nach Wunsch Geld-, Sach- oder Kombileistungen. Darüber hinaus werden Pflegehilfsmittel bzw. Verbrauchsmittel bezuschusst. Bei Bedarf werden außerdem Umbauten in der Wohnung mit

bis zu 4.000 Euro finanziert. Zudem können Kurzzeit- oder Verhinderungspflege sowie Tagespflege in Anspruch genommen werden.

Sollte die Einstufung nicht sachgemäß erfolgt sein, kann Widerspruch eingelegt werden. Hilfe und Unterstützung bei der Beantragung eines Pflegegrades erhalten Seniorinnen und Senioren durch die Eschborner Seniorenberatung.

Katja Keiner

Tel. 06196 490-343

Ali Kacar

Tel. 06196 490-857

seniorenberatung@eschborn.de

Pflegestützpunkt MTK

Der Pflegestützpunkt für den Main-Taunus-Kreis hat seinen Sitz in Hofheim. Die Sprechzeiten sind montags, mittwochs und freitags von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr und donnerstags von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Pflegestützpunkt MTK

Am Kreishaus 1 - 5

65719 Hofheim

Tel. 06192 201-19 90

Tel. 06192 201-19 89

pflegestuetspunkt@mtk.org

Mitglieder der privaten Pflegekassen werden nicht durch den Pflegestützpunkt in Hofheim beraten, sondern durch die Compass GmbH.

COMPASS

Private Pflegeberatung

Tel. 0800 1018800

(kostenlos)

Engel auf Rädern

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Evangelischen Andreasgemeinde bieten alleinstehenden und pflegebedürftigen Menschen Zeit. Diese Zeit mit den Seniorinnen und Senioren ermöglicht auch Gespräche, Zuwendung und – wenn gewünscht – Seelsorge. Das Angebot ist kostenfrei.

Miriam Heinz

Tel. 06196 78 87 30

[demenzberatung@](mailto:demenzberatung@andreasgemeinde.de)

[andreasgemeinde.de](mailto:demenzberatung@andreasgemeinde.de)

Ambulante Pflegedienste

Pflege in der eigenen Wohnung



Die Ökumenische Diakoniestation in der Hauptstraße ist einer der in Eschborn tätigen Pflegedienste.

Durch ambulante Pflege kann häufig eine stationäre Heimunterbringung hinausgeschoben oder sogar vermieden werden. Die häusliche Pflege stellt dabei das Personal eines ambulanten Pflegedienstes sicher.

Zu den Leistungen von ambulanten Pflegediensten zählen:

- Beratung und Klärung des individuellen Hilfebedarfs
- Grundpflege und umfangreiche Pflege bei schwerer

Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit

- Durchführung ärztlich verordneter Behandlungsmaßnahmen
- Fachliche Anleitung von Familienangehörigen
- Rehabilitation und Mobilisierung sowie Hilfen im Haushalt

Anbieter:

actioVITA Rhein-Main GmbH

Ludwig-Erhard-Straße 16 - 18
Tel. 06196 9710770

Ambulanter Intensiv-Pflegedienst Amicus

Unterortstraße 48
Tel. 06196 7777467

Ambulanter Pflegedienst Ambrella

Ana Skoro
Am Stadtpfad 1
Tel. 06196 5929059

Maximed Pflegedienst GmbH

Unterortstraße 27a
Tel. 06196 9217296
Fax 06196 9217252
maximedgbr@gmail.com

**Ökumenische
Diakoniestation in
Eschborn**

Johannes Engelmann,
Hauptstraße 20
Tel. 06196 9547 50
Fax 06196 954729
kontakt@diakonie-eschborn.de

Pflegedienst Manolya

Düsseldorfer Straße 5 - 7
Tel. 0177 716 46 80

**Sozialzentrum für
Familien-, Alten- und
Krankenpflege**

Irina und Michael Schüllli
Hauptstraße 426
Tel. 06173 640036
Fax 06173 606879
info@sozialzentrum-eschborn.de

Demenz

Wenn das Gedächtnis nachlässt

Mit Demenz bezeichnet man den Verlust geistiger Leistungsfähigkeit. Deutliche Erkennungszeichen sind Beeinträchtigungen des Gedächtnisses, der räumlichen Orientierung, der Sprache und des praktischen Geschicks, in der Regel ohne eine Eintrübung des Bewusstseins. Dies bringt mit sich, dass betroffene Menschen alltägliche Aufgaben nicht mehr ausführen können.

Beratungsstellen

Im Main-Taunus-Kreis und in Frankfurt gibt es Anlaufstellen, die pflegenden Angehörigen dementer Menschen im häuslichen Bereich Beratung, Hilfe und Unterstützung bieten.

Für die Tagesbetreuung von Demenzkranken bietet sich auch die Nutzung der beiden Tagespflegen in Eschborn und

Niederhöchstadt an (siehe Seite 70). Hier können auch tageweise Menschen mit Demenz betreut werden.

Angebote der Ev. Gemeinde Eschborn

Die Evangelische Gemeinde in Eschborn bietet niederschwellige Angebote zur Beratung und Betreuung an (siehe Seiten 12, 13 und 68).

Ev. Gemeinde Eschborn

Tel. 06196 93148-57

mobil 0151 17504441

anja.mahne@ekhn.de

Demenzberatung der Ev. Andreasingemeinde

Die Evangelische Andreasingemeinde betreibt in Niederhöchstadt ein Senioren- und Demenzzentrum. Mit Rat und Tat erhalten Betroffene Infor-

mationen und passende Hilfsangebote rund um das Thema Demenz. Die Beratungen finden als Einzelsprechstunden oder als Gruppengespräche statt.

Jeden Montag findet von 11:00 Uhr bis 13:00 Uhr zudem im Büro „7. Himmel“ eine kostenfreie Demenzsprechstunde für Betroffene und Angehörige statt. Diese bietet qualifizierte Beratung und Aufklärung in allgemeinen



*Demenz kennt viele Gesichter.
Foto: Altmann/Pixabay*

Fragen zum Krankheitsbild Demenz. Außerdem werden gelingende Kommunikation mit kognitiv eingeschränkten Personen sowie der Umgang mit herausforderndem Verhalten, wie Aggressivität und Unruhezustände thematisiert. Gemeinsam soll nach Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige gesucht werden.

Miriam Heinz

Tel. 06173 78 28 730
demenzberatung@
andreasgemeinde.de

Infoveranstaltungen

Susanne Däbritz von der Stadt Eschborn bietet kostenfreie, ganztägige Info-Veranstaltungen zur Thematik für Angehörige und ehrenamtlich Mitarbeitende an.

Susanne Däbritz

Tel. 06196 490-320
senioren@eschborn.de

Netzwerk Demenz

Der Caritas-Verband Main-Taunus betreibt das Netzwerk Demenz im MTK und das Projekt Freiräume. Er bietet Beratung, Begleitung, Hausbesuche und Entlastung für Demenzkranke und ihre Angehörigen.

Fachstelle Demenz des Main-Taunus-Kreises

Burgstraße 9
65719 Hofheim
Tel. 06192 293434
Fax 06192 293436
fachstelledemenz@
caritas-main-taunus.de

Sonstige Angebote

Die Alzheimer Gesellschaft Frankfurt bietet Information und Beratung von Demenzkranken, Angehörigen-seminare, Begleitung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen.

Alzheimer Gesellschaft Frankfurt e.V.

Heinrich-Hoffmann-Straße 3
60528 Frankfurt
Tel. 069 67736633 oder
069 95090655
info@frankfurt-alzheimer.de

Das Alzheimer Telefon bietet Beratung und Informationen für Betroffene, Angehörige sowie für ehrenamtlich und beruflich Engagierte.

Alzheimer Telefon

Tel. 030 259379 514
Sprechzeiten Mo. bis Do. von
09:00 Uhr bis 18:00 Uhr,
Fr. von 09:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Demenzsprechstunde der Neurologischen Universitätsklinik Frankfurt

Schleusenweg 2 - 16, Frankfurt
Tel. 069 63017468
Sprechzeiten mittwochs ab
13:00 Uhr (Terminvereinbarung
notwendig)

Auszeit von der Pflege

Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige müssen sich mit vielen Problemen auseinandersetzen. Die Gesprächskreise für Pflegende laden alle ein, die durch die Pflege von Angehörigen einem hohen Druck ausgesetzt sind. Im gemütlichen Zusammensein gibt es die Möglichkeit, mit anderen Menschen in ähnlichen Situationen zu sprechen. Zu bestimmten Themen und Fragestellungen werden auf Wunsch der Gruppe Fachexperten eingeladen.

In den Gesprächskreisen treffen sich an jedem ersten Mittwoch im Monat Menschen, die ihre an Demenz erkrankten Partnerinnen und Partner oder Eltern zu Hause begleiten und pflegen. Der Termin von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr ist für Partner vorgesehen. Von 18:30 Uhr bis

20:00 Uhr treffen sich Kinder pflegebedürftiger Eltern. Die monatlichen Treffen bieten den Teilnehmenden ein Forum des Erfahrungsaustausches und der Solidarität.

Miriam Heinz

*Ev. Andreaskirche
Langer Weg 2
Tel. 06173 78287 30
demenzberatung@
andreasgeeinde.de*

Im Mehrgenerationenhaus findet an zehn Abenden eine Schulung für Angehörige von demenzerkrankten Menschen statt. Die Kursgebühr übernimmt die Pflegekasse.

Anja Mahne

*Tel. 06196 93148-57
anja.mahne@ekhn.de*

Tagespflege

Angebote in Eschborn



Tagespflege in Eschborn

Die Tagespflege ist ein Angebot für Pflegebedürftige, deren Angehörige während ihrer Berufstätigkeit oder bedingt durch das eigene Alter, die Pflege nicht vollständig allein übernehmen können. Sie kann auch für einzelne Tage oder stundenweise in Anspruch genommen werden. Die Tagespflegen haben bei Nachfrage sieben Tage in der Woche ge-

öffnet. Hier werden Pflege, Betreuung und abwechslungsreiche Beschäftigung angeboten.

Anbieter in Eschborn:

Sozialzentrum für Familien-, Alten- und Krankenpflege

Irina und Michael Schüllli

Hauptstraße 426

65760 Eschborn

Tel. 06173 640036

Fax 06173 606879

info@sozialzentrum-eschborn.de

Senioren-Tagespflege Haus Amun-Re

Marita Stork

Eckenerstraße 1

65760 Eschborn

Tel. 06196 773299

info@haus-amun-re.de

www.haus-amun-re.de

Stationäre Pflege

Wenn die Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist

Nutzen Sie die Chance, vor jeder Heimübersiedlung mit der städtischen Seniorenberatung zu sprechen (Seite 37)! Sie berät über die Vielzahl der Einrichtungen und hat entsprechendes Infomaterial des Main-Taunus-Kreises. In verschiedenen Häusern besteht auch die Möglichkeit der

Kurzzeitpflege bei Urlaub oder Krankheit der pflegenden Angehörigen.

Main-Taunus-Kreis

Am Kreishaus 1 - 5
65719 Hofheim
Tel. 06192 201-0
seniorenhilfe@mtk.org

Pflegestützpunkt MTK

Am Kreishaus 1 - 5, Hofheim
Tel. 06192 201-19 90 oder
06192 201-19 89
pflegestuetzpunkt@mtk.org



In Eschborn-Niederhöchstadt bietet das Pflegeheim „Hofreite“ (siehe Seite 72) ein neues Wohnkonzept



Pflegeheim Niederhöhnstadt

In der Hofreite steht 37 Menschen eine vollstationäre Versorgungsform zur Verfügung, die sich konzeptionell von üblichen Pflegeeinrichtungen abhebt.

In drei familiären Gruppen orientiert sich der Alltag an Tätigkeiten und Abläufen aus einem „normalen Haushalt“. Die Rahmensituation hier-



Hell und freundlich ist die Hofreite von innen gestaltet.

für bietet sich in dem wohnlichen und familiären Umfeld der Gemeinschaftsbereiche auf jeder Etage an. Besonders für an Demenz erkrankte Personen stellt die Gestaltung eines angenehmen Ambiente eine große Bedeutung dar. Durch gemeinsame Aktivitäten wie das Zubereiten der Mahlzeiten, Seniorengymnastik oder die Möglichkeit, eine Verbindung mit der Natur einzugehen, kann man hier Genuss und Freude erleben.

Bei Interesse an der Hofreite, für weitere Informationen oder einen Besuchstermin wenden sie sich bitte an:

Irina Schüllli

Gartenstraße 9

65760 Eschborn

Tel. 06173 319620

hofreite-eschborn@gmx.de

www.hofreite-eschborn.de

Pflegeheim am Rapp-Kreisel

Das erst vor wenigen Jahren eröffnete Heim hat 60 Plätze in Einzelzimmern, davon 6 Plätze in der Kurzzeitpflege. Betreiber des Heims und Dienstleister für das Service-

Wohnen (siehe Seite 50) ist die ProjectCare GmbH.

Pflegeheim Eschborn

Hinter der Heck 1
65760 Eschborn
Tel. 06196 88 28 110
cornelia.meyendorff@projectcare.de



Die Seniorenimmobilie am Rapp-Kreisel in Eschborn

Kliniken für Altersmedizin (Geriatric)

Die Altersheilkunde (Geriatric) versteht sich nicht als weitere Spezialisierung der Medizin, sondern als Fach, welches den Menschen als Ganzes behandelt. Sie berücksichtigt nicht nur die akuten gesundheitlichen Probleme, sondern auch die bestehenden gestörten Alltagsfähigkeiten und das soziale Umfeld. Den geriatricen Problemkreisen wie der Multimorbidität, d. h. dem unabhängigen Vorliegen verschiedener akuter und chronischer Erkrankungen, der Sturzgefährdung, der Inkontinenz, der Bewegungseinschränkung, der im Alter veränderten Medikamentenwirkung, der zunehmenden Hirnleistungsstörungen bis hin zur Demenz, werden besondere Aufmerksamkeit geschenkt.

Hierzu bedarf es vieler verschiedener Berufsgruppen, die sich im geriatricen Team um den Patienten bemühen. Ziel ist es, dem Betroffenen auf seinem Weg – in der Regel die Rückkehr in die eigenen vier Wände – Anleitung und Unterstützung zu geben.

Varisano Kliniken Frankfurt-Main-Taunus

*Geriatriche Klinik Bad Soden
Kronberger Straße 36
65812 Bad Soden
Tel. 06192 98 - 4410*

*Geriatriche Klinik Hofheim
Lindenstraße 10
65719 Hofheim
Tel. 06192 98 - 4410
Fax: 06192 98-4707
kontakt@kliniken-mtk.de*

*Klinik für Altersmedizin
Gotenstraße 6 - 8
65929 Frankfurt
Tel. 069 3106-2890
altersmedizin@klinikumfrankfurt.de*

Hospizarbeit

Hospizarbeit ist die Begleitung von Menschen am Lebensende. Fragen, Ängste, Gefühle, die am Ende eines Lebens stehen, finden hier ihren Raum. Angehörige und selbst Betroffene können sich hier Rat und Hilfe holen.

Ambulante Hospizarbeit



Der Hospizverein „Lichtblick“ berät Menschen, die mit einer schweren Krankheit und ihren Auswirkungen konfrontiert sind, unabhängig von Alter, Religion und Herkunft. Die Mitarbeitenden des Vereins setzen sich mit der Krankheit, der Therapie und den Themen am Lebensende auseinander und hören zu. Wo es gewünscht wird, suchen sie nach Lösungen und Möglichkeiten

für die letzte Wegstrecke und helfen bei Bedarf bei der Umsetzung.

Der Hospizverein begleitet kranke und alte Menschen und unterstützt ihre Familien und Freunde. Er steht ihnen in der letzten Zeit des Lebens zur Seite – zu Hause, im Pflegeheim oder im Krankenhaus. Die Helferinnen und Helfer arbeiten vertrauensvoll mit Ärzten, Pflegekräften und anderen an der Betreuung beteiligten Diensten zusammen. Das Handeln ist dabei geprägt von Mitgefühl, Respekt und Empathie.

Die Begleitung erfolgt ehrenamtlich durch eine qualifizierte Hospizbegleiterin oder einen -begleiter.

Die Sprechstunde findet jeden Donnerstag von 17:00 Uhr bis

18:00 Uhr statt. Möglich ist aber auch, einen persönlichen Gesprächstermin zu Hause zu vereinbaren.

Im September startet der Hospizverein Lichtblick jedes Jahr eine Trauergruppe. Die Gruppe trifft sich an zehn Abenden.

Hospizverein Lichtblick e.V.

Hauptstraße 52

Tel. 0160 92975597

koordinatorin@

hospizverein-lichtblick.de

Palliativ-Care-Team

Ein Team aus speziell ausgebildeten Palliative-Care-Pflegekräften und erfahrenen Palliativ-Medizinern begleitet Sterbende mit ihren Angehörigen mit

Würde in ihrer vertrauten Umgebung zu Hause. Das Team arbeitet eng mit Hausärzten, Pflegediensten, Hospizvereinen und anderen zusammen.

Palliativ Care Team Main-Taunus

Lindenstraße 10, Hofheim

Tel. 06192 984260

Stationäre Hospizarbeit

Im Main-Taunus-Kreis gibt es das stationäre Hospiz Lebensbrücke gGmbH in Flörsheim. Es steht auch Eschbornerrinnen und Eschbornern zur Verfügung.

Hospiz Lebensbrücke

Dalbergstr. 2a, 65439 Flörsheim

Tel. 06145 971420

info@hospizverein-
lebenbruecke.de

Ihre Ansprechpersonen der Seniorenberatung der Stadt Eschborn



Katja Keiner

Tel. 06196 490-343

seniorenberatung@eschborn.de



Ali Kacar

Tel. 06196 490-857

seniorenberatung@eschborn.de

Sprechstunden:

Rathaus Eschborn: Mo. 10:00 Uhr - 12:00 Uhr,

Mi. 10:00 Uhr - 11:00 Uhr und 15:00 Uhr - 16:00 Uhr

Niederhöchstadt: nach telefonischer Vereinbarung

Nachbarschaftstreff Berliner Str. 2: Mo. 12:15 Uhr - 14:00 Uhr

Pavillon Spessartweg 23: Do. 09:00 Uhr - 11:00 Uhr

*Eine Stelle der Eschborner Seniorenberatung
wird durch den Main-Taunus-Kreis gefördert.*



main-taunus-kreis

Glossar

A

- Altersjubiläen S. 33
- Ambulante Pflegedienste S. 64
- Anrufsammeltaxi S. 57
- Ansprechpartner S. 77

B

- Betreuungsverfügung S. 45

C

- Café Sokr@tes S. 27

D

- Demenz S. 66

E

- Ehejubiläen S. 33
- Essen auf Rädern S. 54

F

- Fahr- und Begleitdienste S. 55
- Finanzielle Hilfen S. 35

H

- Hausnotruf S. 51
- Hospizarbeit S. 75

K

- Kulturangebot S. 30

M

- Mehrgenerationenhaus S. 18
- Mobile soziale Hilfsdienste S. 59
- Montagskreis S. 17

N

- Nachbarschaftstreff S. 9

P

- Patientenverfügung S. 44

- Pflegedienste S. 64
- Pflegeversicherung S. 62

R

- Rente S. 34

S

- Senioren Ausflug der Stadt S. 16
- Seniorenberatung S. 37
- Seniorencafé S. 8
- Seniorenfest S. 31
- Seniorennetzwerk S. 4
- Seniorentreff S. 20
- Seniorenwohnungen S. 47
- Servicewohnen S. 49
- Sicherheitsberater S. 43
- Sozialbüro S. 41
- Sozialstationen S. 65
- Sportangebote S. 22
- Stadtbücherei S. 28
- Stationäre Pflege S. 71

T

- Tagespflege S. 72
- Testament S. 46
- Treffpunkte S. 6

U

- Universität des dritten Lebensalters S. 29

W

- Weihnachtspäckchen S. 32
- Westerbach-Café S. 15
- Wohngeld S. 36

V

- Volksbildungswerk S. 26
- Vorsorgevollmacht S. 45

