

SENIOREN

W E G W E I S E R



Informationen für
ältere Bürgerinnen & Bürger
in Henstedt-Ulzburg

2024

Herausgeber:
Seniorenbeirat Henstedt-Ulzburg


Henstedt-Ulzburg

Der Seniorenbeirat freut sich, Ihnen mit diesem Heft einen aktualisierten Wegweiser für Seniorinnen und Senioren in Henstedt-Ulzburg vorlegen zu können. Die erste Auflage erschien bereits im September 2006.

Wir möchten Ihnen auch mit der 10. Auflage ein Nachschlagewerk und eine Informationsbroschüre anbieten, die möglichst alle öffentlichen Ämter, Beratungsstellen, Einrichtungen und Hilfsdienste aufführt, die für die Belange und Wünsche der älteren Bürgerinnen und Bürger von Wichtigkeit oder Interesse sein könnten.

Ihr Seniorenbeirat Henstedt-Ulzburg

Mail: Seniorenbeirat@ehrenamt-hu.de

www.henstedt-ulzburg.de/seniorenbeirat.html

Tel. 04193 / 963 177 - unser Anrufbeantworter ist immer erreichbar und wird regelmäßig abgehört

Der Seniorenbeirat ist ein Gremium, das die Interessen der Seniorinnen und Senioren gegenüber der Kommune, den Parteien und der Öffentlichkeit vertritt.

- Wir informieren, beraten und bieten regelmäßige Sprechstunden an
- Wir arbeiten auf Kreis- und Landesebene mit anderen Seniorenbeiräten zusammen
- Wir sind unabhängig, partei- und verbandspolitisch neutral und konfessionell ungebunden
- Wir streben eine gute Zusammenarbeit mit allen gesellschaftlichen Gruppen und ein gutes Miteinander der Generationen an

Henstedt-Ulzburg Fotos von Frau Heike Benkmann!

Liebe Seniorinnen,
liebe Senioren,

wo finde ich Hilfe und wo bekomme ich Auskünfte? Welche Möglichkeiten der Beratung gibt es in meiner Gemeinde? Diese und weitere Fragen soll Ihnen der aktualisierte „Seniorenwegweiser“ beantworten. Er gibt gebündelt Orientierung über die Angebote in Henstedt-Ulzburg und Umgebung - und das eben speziell für Sie als ältere Menschen in unserer Gemeinde. Die Broschüre wurde von „Expertinnen und Experten in eigener Sache“ auf den neuesten Stand gebracht: Denn keiner könnte es besser wissen, welche Informationen für Sie wichtig sind, als der Seniorenbeirat.



Im Namen der Gemeinde danke ich den Mitgliedern des Seniorenbeirats herzlich für die Überarbeitung und Herausgabe der 10. Auflage des „Seniorenwegweisers“. Das ehrenamtlich tätige Gremium setzt sich auf vielfältige Weise für Ihr Wohl und Ihre Belange ein. Das ist umso wichtiger, da Sie als Seniorinnen und Senioren einen großen Anteil unserer Bürgerinnen und Bürger ausmachen. Und Sie alle sollen sich in unserer Gemeinde wohl und gut versorgt fühlen. Einen Beitrag dazu halten Sie mit dem gedruckten „Seniorenwegweiser“ gerade in den Händen - oder Sie klicken sich in der Online-Ausgabe auf unserer Homepage durch.

Eine gute Orientierung wünscht Ihnen Ihre

A handwritten signature in black ink that reads "Ulrike Schmidt". The signature is written in a cursive, flowing style.

Ulrike Schmidt
Bürgermeisterin

Auskünfte und Beratung	8
Finanzielle Hilfen und Rechtsberatung	22
Betreuung, Versorgung, Pflege	26
Gesundheit	34
Ärzte / Psychotherapeuten	34
Hörgeräte / Optiker / Sanitätshaus	37
Zahnärzte	38
Apotheken	39
Krankenhäuser / Hospiz.....	40
Gesundheitspflege / Gesundheitsvorsorge	41
Wohnen	44
Heimübersicht	45
Freizeit	46
Hilfen / Sonstiges	50
Patientenverfügung, Vorsorge & Testament	53

Notrufnummer:

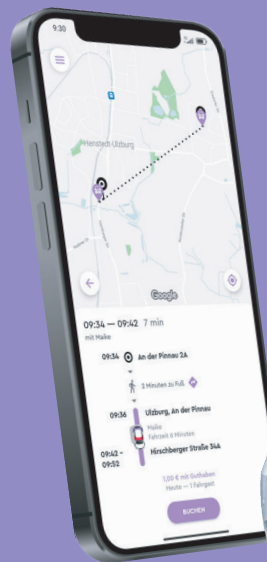
Polizei	110
Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt	112
Polizeistation Henstedt-Ulzburg	04193 / 99 13-0
Ärztlicher Notdienst	116 117
Gift-Informationszentrum-Nord	0551 / 192 40
Augenärztl.Bereitschaftsdienst	116 117
„Weisser Ring“ Notruf	116 006
Notruf „Gewalt gegen Frauen“	116 016
Pflege-Nottelefon Schleswig-Holstein	01802 / 49 48 47
Tierärztlicher Notdienst, Schleswig-Holstein	0481 / 85 82 39 98
Zahnarzt-Notdienst Segeberg.....	04192 / 201 43 67
Schloßnotdienst	04193 / 752 98 52 oder 2400
Sperr-Notruf für Karten.....	116 116
Telefonseelsorge	116 123

Telefon-Nummern:

Gemeindeverwaltung Henstedt-Ulzburg	04193 / 96 30
Gesundheitsamt Bad Segeberg	04551 / 951 9342
Finanzamt Bad Segeberg Außenstelle Norderstedt	04551 / 54-0
Amtsgericht Norderstedt.....	040 / 52 60 60
wilhelm.tel GmbH, Norderstedt	0800 / 43 24 324
Wegezweckverband Bad Segeberg	04551 / 90 90
Recyclinghof Norderstedt	040 / 522 74 52
Recyclinghof Schmalfeld	04191 / 59 84
Paracelcus Klinik	04193 / 700
Asklepios Klinik Nord - Heidberg	040 / 18 18 87-0

Und hop bist du da.

Der Shuttle, der dich in Henstedt-Ulzburg abholt.



- App laden, registrieren, abholen lassen
- hvv Ticket + max. 1€



vhhBus.de/hop



A-S-S

ARNO-SEIBERT-STIFTUNG
in und für Henstedt-Ulzburg

Allgemeine Auskünfte und Beratungen

Informationen und Beratungen zu allgemeinen, aber auch zu altersspezifischen Fragen erhalten Sie hier:

• **Gemeindeverwaltung Henstedt-Ulzburg**

Rathaus, Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Mo., Di., Do., Fr. 08.00 - 12.00 Uhr zusätzlich Do 14.00 - 18.00 Uhr
Tel.: 04193 / 963 - 0
Fax: 04193 / 963 - 190
Mail: gemeinde@h-u.de
Internet: www.henstedt-ulzburg.de

• **Seniorenbeirat**

Sprechstunden:
Jeden 3. Donnerstag im Monat von 09.30-11.00 Uhr im Rathaus,
Zimmer 1.23

öffentliche Sitzungen:

jeden 3. Donnerstag im Monat ab 15.00 Uhr im Rathaus, Zimmer 1.23, Gäste sind herzlich willkommen



Deutsches Rotes Kreuz

Gemeinsam den Alltag gestalten...
Ambulante Pflege, Tagespflege, Hausnotruf, Seniorenzentren

Tel. (04193) 966280
www.drk-segeberg.de

Gespräche, Hilfe und weiterführende Informationen bei privaten bzw. persönlichen Problemen können Seniorinnen und Senioren vielerorts erhalten.

• **Haus der Sozialen Beratung**

Rathausplatz 3, Henstedt-Ulzburg
Dies ist die zentrale Anlaufstelle für Rat und Hilfe in der Region. Im Empfangsbüro des Hauses werden Ihnen an fünf Tagen in der Woche Ihre Fragen beantwortet, Beratungstermine vermittelt und Hinweise gegeben, welche weiterführenden Hilfen es gibt.
Mo. + Di. 08.00 - 13.00 Uhr, Mi. + Do. 13.00 - 18.00 Uhr, Fr. 08.00 - 13.00 Uhr
Tel.: 04193 / 96645-0
Mail: info@sozialeberatung-henstedt-ulzburg.de
Internet: www.beratung-im-kreis-segeberg.de

• **Ämterlotsen**

Hilfe bei Behördengängen und Antragsstellungen
Flotkamp 13b / Haus der Sozialen Beratung
Sprechzeiten: Do. 14.00 - 16.00 Uhr und nach tel. Vereinbarung
Tel.: 04551 / 530 786 900
Mail: kaki-aemterlotsen@diakonie-altholstein.de
Internet: www.diakonie-altholstein.de

• **Sozialberatung des Diakonischen Werkes**

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 808 33 77 10; Mo., Mi. und Do. 09.00 - 11.00 Uhr
Info: Hilfestellung bei Problemen mit Behörden
Mail: sozialberatung-hu@diakonie-altholstein.de

• **Pflegestützpunkt im Kreis Segeberg**

Kostenfreie, unabhängige, vertrauliche Beratung über

- Ambulante und stationäre Pflege
- Tagespflege, Kurzzeitpflege
- Unterstützende Angebote (z.B. Essen auf Rädern, Hausnotruf)
- Leistungen der Pflegeversicherung
- Wohnen im Alter

E-Mail: info@pflugestuetzpunkt-se.de

Internet: www.pflugestuetzpunkt-se.de

Beratung im Haus der Sozialen Beratung Henstedt-Ulzburg

Telefon: 040 / 52 88 38 30

Sprechstunde nach Terminvereinbarung

Mittwoch: 08.00 - 10.00 Uhr

• **Schuldnerberatung (Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein)**

für überschuldete Familien und Einzelpersonen

Flottkamp 13b, 24568 Kaltenkirchen

Tel.: 04191 / 722 740

Mail: kaltenkirchen@vzsh.de; Internet: www.vzsh.de

Bürozeiten: Mo. - Fr. 08.00 - 12.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung

Sprechstunde Henstedt-Ulzburg

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3

Di. 08.00 - 10.00 Uhr nach tel. Vereinbarung unter 04191 / 722 740

• **Frauentreffpunkt Kaltenkirchen e.V.**

Beratung bei

- häuslicher Gewalt und Stalking
- Psychologische Beratung in schwierigen Lebenssituationen
- Ess-Störungen, Ängsten, Depressionen

Beratungsstelle, Flottkamp 13, 24568 Kaltenkirchen

Tel.: 04191 / 856 99, Termine nach tel. Vereinbarung

Mail: Frauentreff.kaki@gmx.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ 116 016

Sprechstunde Henstedt-Ulzburg

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3

Montags 15.00 - 17.00 Uhr nach tel. Vereinbarung unter 04191 / 856 99

Suchtberatungsstellen

• **ATS Suchthilfezentrum Kaltenkirchen**

Anlaufstelle Flottkamp 13b, 24568 Kaltenkirchen

Tel.: 04191 / 99 700; Fax: 04191 / 89 555

Bürozeiten: Mo. - Fr. 09.00 - 13.00 Uhr, Di. 16.00 - 19.00 Uhr

Offene Sprechzeiten: Di. 16.00 - 19.00 Uhr + Mi. 09.00 - 12.00 Uhr

Mail: sucht.kaki@ats-sh.de; Internet: www.landesverein.de/ats-leistungen

• **Sprechstunde Henstedt-Ulzburg**

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3

Mo. 13.00 - 15.00 Uhr nach tel. Vereinbarung unter 04191 / 99 700

• **Anlaufstelle Norderstedt, Kohfurt 1**

Tel.: 040 / 523 32 22; Fax: 040 / 523 32 13

Mail: sucht.nor@ats-sh.de

- **Anonyme Alkoholiker**

Treffen in der Kreuzkirche

Hamburger Str. 35, 24558 Henstedt-Ulzburg; Tel.: 04193 / 997 50

Treffen in der St. Petrus Kirche

Norderstedter Str. 22, 24558 Henstedt-Ulzburg, Tel. : 04193 / 7245

Internet: www.anonyme-alkoholiker.de

- **Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde**

Svenja Gruber

Rathaus Henstedt-Ulzburg, Rathausplatz 1

Tel.: 04193 / 963 - 170

Sprechstunden: Mo., Di., Do., Fr. 08.00 -12.00 Uhr, Do. 14.00 - 18.00 Uhr

Mail: gleichstellungsbeauftragte@h-u.de; Internet: www.henstedt-ulzburg.de

- **Deutscher Kinderschutzbund Ortsverein Henstedt-Ulzburg e.V.**

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3, 2. OG, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 930 73; Mobil: 0162 - 541 56 73

Termine nur nach Absprache

- **Sozial-und Migrationsberatung Diakonie Altholstein**

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3, 2. OG, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 808 33 77 11

Sprechzeiten:

Di. 14.30 - 16.30 Uhr, Do. 14.00 - 16.00 Uhr und nach Vereinbarung

Mail: sozialberatung-hu@diakonie-altholstein.de

Internet: www.diakonie-altholstein.de

Beratung bei einem psychiatrischen Notfall

- **Ärztlicher Notdienst für Schleswig-Holstein**

Anlaufpraxis der Segeberger Kliniken

Krankenhausstraße 2, 23795 Bad Segeberg

Tel.: 04551 / 802-0

- **Anlaufpraxis der Paracelsusklinik**

Wilstedter Straße 134, 24558 Henstedt-Ulzburg

Mo., Di., Do. 19.00 - 21.00 Uhr

Mi., Fr. 17.00 - 21.00 Uhr

Sa., So. 10.00 - 13.00 Uhr 17.00 - 21.00 Uhr

Tel.: 04193 / 70 4001 oder 116 117

- **Sozialpsychiatrischer Dienst im Gesundheitsamt des Kreises**

Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg

Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg

Beratung : Gieschenhagen 2B, 23795 Bad Segeberg

Tel.: 04551 / 951-94 93 Telefonische Erreichbarkeit:

Mo.- Fr. 08.30 – 12.00 / Di. und Do. 14.00 -16.00 Uhr

Krisentelefon: 04551 / 951-9777

Mo. - Do. 08.00 - 16.00 Uhr

Fr. 08.00 - 13.00 Uhr

Mail: sozialpsychiatrie@segberg.de

Internet: www.segeberg.de/sozialpsychiatrie

- **Psychiatrisches Zentrum Rickling, Notaufnahme**

Daldorfer Straße 2 , 24635 Rickling

Tel.: 04328 / 180

- **Inklusionbeauftragte für Menschen mit Behinderung Henstedt-Ulzburg**
Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg, Sprechstunden im Rathaus
Frau Brünn: jeden 2. Donnerstag im Monat, 16.00 - 18.00 Uhr
Frau Herrnring-Vollmer: jeden 4. Freitag im Monat, 10.00 - 12.00 Uhr
nur nach Terminvereinbarung (spätestens zwei Tage im Voraus),
Anmeldung möglichst über den ausgefüllten Anmeldebogen, den Sie über eine
Mail zusenden, im Rathaus am Empfang abgeben oder dort in den Briefkasten
werfen (Link unter https://www.henstedt-ulzburg.de/bmb_sprechzeiten.html).
Vordruck liegt auch am Empfang des Rathauses auf Nachfrage.
Tel.: 04193 / 963-178; Fax: 04193 / 963-190
Mail: inklusionsbeauftragte@ehrenamt-hu.de
Internet: www.henstedt-ulzburg.de/bmb_home.html
- **Beirat Inklusion für Menschen mit Behinderung**
Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Der Beirat sieht sich als Vermittler zwischen Menschen mit Behinderung und
Vertreterinnen und Vertretern der Gemeinde, Einwohnerinnen und Einwohnern,
lokaler Wirtschaft, Vereinen und Organisationen der Gemeinde Henstedt-Ulzburg.
Mail: inklusionsbeirat@ehrenamt-hu.de
Internet: www.henstedt-ulzburg.de/beirat_inklusion.html
- **Behindertenbeauftragte des Kreises Segeberg**
Frau Jutta Altenhöner (ehrenamtlich)
Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg; Tel.: 04551 / 951 9321
Internet: www.segeberg.de/Hilfe-für-behinderte-beeintraechtigte-Menschen/
- **Blinden- und Sehbehindertenverein Schleswig-Holstein e.V.**
Memelstr. 4, 23554 Lübeck; Tel.: 0451 / 40 85 08-0
Sprechstunden: Mo. - Fr. (außer Mi): 10.00 - 14.00 Uhr
Mail: info@bsvsh.org; Internet: www.bsvsh.org

- **Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen**
Karolinenweg 1, 24105 Kiel; Tel.: 0431 / 988 1620
Mo. - Fr. 09.00 - 15.00 Uhr und nach Vereinbarung
Mail: lb@landtag.ltsh.de
Internet: www.inklusion.sh
- **B.D.H. Bundesverband für Rehabilitation**
Telefonische Sozialberatung: 0228 / 969 84-0
Mo. - Do.: 08.00 – 16.00 Uhr Fr.: 08.00 -13.00 Uhr
Mail: info@bdh-reha.de; Internet:www.bdh-reha.de
- **Landesamt für soziale Dienste Schleswig-Holstein**
Dienstszitz Lübeck
Große Burgstr. 4, 23552 Lübeck
Tel.: 0451 / 14 06-7000, Fax: 0451 / 14 06-499
Mail: post-hl@lasd-sh.de; Internet: www.lasd-sh.de
Info: Antrag nach dem Schwerbehindertengesetz
- **Die Bürgerbeauftragte für soziale Angelegenheiten**
Frau Samiah El Samadoni
Karolinenweg 1, 24105 Kiel
Telefon: 0431 / 988-1240
Email: Buergerbeauftragte@landtag.ltsh.de
Internet: www.landtag.ltsh.de/beauftragte/bb
- **Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziales**
Beratungsservice für Gehörlose / und Hörgeschädigte (kostenlose Beratung)
Mail: info.gehoerlos@bmg.bund.de

Selbsthilfegruppen

- **Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe beim DRK**

Schützenstraße 14-16, 24534 Neumünster

Tel.: 04321 / 41 91 19

Bürozeiten: Mo., Di., Do., Fr. 08.00 - 12.00 Uhr / Mo., Mi. 14.00 - 16.00 Uhr

Mail: zks@drk-nms.de

Internet: www.selbsthilfe-neumuenster.de

Weitere Selbsthilfegruppen bitte unter DRK 04193 / 96 91 91 erfragen.

Bei akuter Eigen- oder Fremdgefährdung alarmieren Sie bitte die Polizei (110)

- **Das Rauhe Haus - Teilhabe mit Assistenz**

Beim Rauhen Hause 21, 22111 Hamburg; Tel.: 040 / 655 91-0

Mail: info@rauheshaus.de oder ustelljes@rauheshaus.de

Das Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit erreichen Sie von Montag bis Donnerstag, 08.00 - 18.00 Uhr und am Freitag von 08.00 - 12.00 Uhr unter folgenden Nummern:

Bürgertelefon zur Krankenversicherung (030) 340 60 66-01

Bürgertelefon zur Pflegeversicherung (030) 340 60 66-02

Bürgertelefon zur gesundheitlichen Prävention (030) 340 60 66-03

Gebärdentelefon (Videotelefonie) www.gebaerdentelefon.de/bmg

- **Weisser Ring e.V.**

Außenstelle Bad Segeberg; Außenstellenleiter: Jens Neumann

Tel.: 0160 / 980 768 52

Mail: segeberg@mail.weisser-ring.de

Internet: www.kreis-segeberg-schleswig-holstein.weisser-ring.de

- **Frauenzimmer e.V. - Fachberatungsstelle für Frauen bei häuslicher und sexualisierter Gewalt**

23795 Bad Segeberg

Tel.: 04551 / 38 18

Mail: frauenzimmer-badsegeberg@t-online.de

Internet: www.frauenzimmer-badsegeberg.de

Termine nach Vereinbarung

- **Das Hilfetelefon - Gewalt gegen Frauen**

365 Tage im Jahr, rund um die Uhr. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte werden anonym und kostenfrei beraten.

Tel.: 116 016

Internet: www.hilfetelefon.de

Senioren als Opfer von Straftaten

Erstatten Sie unverzüglich Strafanzeige bei der für Ihren Wohnort zuständigen Polizeidienststelle oder über den Polizeinotruf 110

- **Für den Seniorenschutz zuständige Staatsanwaltschaft in Kiel**

Tel.: 0431 / 6 04 34 30 (Mo. - Fr. 09.00 - 16.00 Uhr)

Ein spezielles Seniorenschutzdezernat bei der Staatsanwaltschaft Kiel kümmert sich um die speziellen Belange der Opferbetreuung im Strafverfahren.

Beratung zu verbraucherrechtlichen Themen

Energie, Finanzen und Versicherung, Gesundheit, rund um die Immobilie, Verbraucherrecht

• **Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.**

Beratungsstelle Norderstedt
Rathausallee 38, 22846 Norderstedt
Mo. und Do. 10.00 - 18.00 Uhr
Di. und Fr. 10.00 - 13.00 Uhr
Tel.: 040 / 5 23 84 55
Mail: norderstedt@vzsh.de
Internet: www.verbraucherzentrale.sh

Bei Klärung von Problemen mit Ärzten, Krankenkassen oder Krankenhäusern hilft der

• **Patienten-Ombudsmann/-frau für Schleswig-Holstein**

Bismarckallee 8 - 12, 23795 Bad Segeberg
Tel.: 04551 / 803 422
Mail: info@patientenombudsmann.de

Am PflegeNotTelefon stehen erfahrene Psychologinnen, Sozial-Pädagoginnen, Juristen und Pflegefachkräfte zur Verfügung. Sie beraten vertraulich, verschwiegen und kostenlos. Die gewünschte Anonymität der Anruferin/des Anrufers wird dabei jederzeit beachtet. Muttersprachliche Beratungen sind möglich.

• **PflegeNotTelefon Schleswig-Holstein**

Ein Beratungs-, Krisen- und Beschwerdetelefon
Tel.: 01802 / 49 48 47 rund-um-die-Uhr für 6 Cent pro Anruf

Kirchliche Angelegenheiten

Die Kirchen sind in vielfältiger Weise seelsorgerisch und sozial tätig, so dass deren Aktivitäten hier nicht im Einzelnen dargestellt werden können.

• **Ev.-luth. Kirchengemeinde Kreuzkirche**

Hamburger Str. 30, 24558 Henstedt-Ulzburg; Tel.: 04193 / 9975-0
Mo. - Mi. + Fr. 09.00 - 12.00 Uhr; Mi. 16.00 - 18.30 Uhr
Mail: buero@kreuzkirche.de; Internet: www.kreuzkirche.de

• **Ev.-luth. Kirchengemeinde Erlöserkirche**

Kisdorfer Straße 12, 24558 Henstedt-Ulzburg; Tel.: 04193 / 25 61
Di. und Fr. 08.30 - 12.30 Uhr
Mail: buero@kirche-henstedt.de; Internet: www.kirche-henstedt.de



ERD-, FEUER-, SEE- UND NATURBESTATTUNGEN
WÜRDEVOLL · INDIVIDUELL

ALLE FRIEDHÖFE
VORSORGE
BERATUNG
BEGLEITUNG

JEDER ABSCHIED IST
DIE GEBURT EINER
ERINNERUNG

04193 - 4915

Memorium am Friedhof
AM FRIEDHOF 5
24558 HENSTEDT-ULZBURG

Bestattungsinstitut Hovorka
OP'N ELLERHOOP 6
24558 HENSTEDT-ULZBURG

WWW.TRAUERHEIMAT.DE

ERREICHBAR UNTER
TAG UND NACHT

- **Ev.-luth.Kirchengemeinde St.Petrus Henstedt-Rhen**
Norderstedter Straße 22, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 72 45; Mo. + Fr. 10.00 - 12.30 Uhr; Do. 16.00 - 18.30 Uhr
Mail: info@kirche-rhen.de; Internet: www.kirche-rhen.de
- **Katholische Kirchengemeinde St. Hedwig**
Falkenkamp 2, 22846 Norderstedt; Pfarrer Hans Janßen
Tel.: 040 / 520 165 - 170; Mo. - Fr. 10.00 - 13.00 Uhr
Mail: st.hedwig@kvs-hh.de; Internet: www.katharina-von-siena.de

Allgemeine Rentenfragen

Bei Fragen zu Renten helfen folgende Institutionen:

- **Deutsche Rentenversicherung Bund**
Ruhrstraße 2, 10709 Berlin; Servicetelefon 0800 / 100 048 070
www.deutsche-rentenversicherung-bund.de
- **Deutsche Rentenversicherung Bund Auskunfts-und Beratungsstelle Norderstedt**
Rathausallee 70, 22846 Norderstedt; Tel.: 040 / 65 055 78-0
Mail: beratungsstelle-in-norderstedt@drv-nord.de

Die Form des Abschieds prägt die Erinnerung.



müller bestattungen

Inh. Jost H. Köhler

Wer sich mit seiner Endlichkeit frühzeitig auseinandersetzt, lernt besser, sie zu akzeptieren. Vorsorge zu treffen ist Ausdruck eines souveränen Umgangs mit ihr.

Sprechen Sie mit uns:
Tel. 0 41 93 - 96 84 30

Kirchweg 32 · 24558 Henstedt-Ulzburg
www.mueller-trauerbegleitung.de

- **Sozialverband Deutschland e.V.**
Hilfe bei Anträgen für Schwerbehinderung/-ausweis, Pflege / Erwerbsminderung / Krankenkassen, Hilfe in allen Sozialangelegenheiten
- **SoVB Kreisverband Segeberg**
23795 Bad Segeberg, Theodor-Storm-Str. 15a
Tel.: 04551 / 53 54 750; Mail: kv.segeberg@sovd-sh.de

Krankenkassen

- **AOK NORDWEST Kundencenter**
Rathausallee 76, 22846 Norderstedt
Tel.: 0800 / 265 500 00
Mo. 08.30 - 17.00 Uhr
Di., Do., Fr., 08.30 - 13.00 Uhr
- **Techniker Krankenkasse**
Servicenummer:
Tel.: 0800 / 285 85 85
Internet: www.tk.de
- **BEK BARMER Krankenkasse**
Europaallee 1, 22846 Norderstedt
Tel.: 0800 / 333 10 10
Mo., Di. 09.00 - 17.00 Uhr
Mi., Fr. 09.00 - 13.00 Uhr
Do. 09.00 - 18.00 Uhr
Internet: www.barmer.de
- **DAK**
Rathausallee 31, 22846 Norderstedt
Tel.: 040 / 79 75 12 60
Mo. - Mi. 08.00 - 16.00 Uhr
Do. 08.00 - 17.00 Uhr
Fr. 08.00 - 13.00 Uhr

Ihr Pflegedienst auf dem Rhen.

Matthias-Claudius-Str. 1
24558 Henstedt-Ulzburg

Unsere Leistungen:

- spezialisierte ambulante palliative Versorgung (SAPV)
- Behandlungspflege nach SGB V (z.B. Verbandswechsel, Medikamentengabe etc.)
- Grundpflege nach SGB XI (z.B. Körperpflege, zubereitung von Mahlzeiten etc.)
- Betreuungs- und Hauswirtschaftsleistungen
- Beratung und Anleitung
- Kindertrauerbegleitung

www.pflegeteam-ankerplatz.de | Tel. +49 4193 - 988 39 30 | -31 (Fax)

Pflegeteam Ankerplatz
Ihr Pflegeteam zwischen den Meeren

Palliativversorgung | Erwachsenen- und Kinderpflege | Betreuung

Grundsätzlich sind für alle verbindlichen Rechtsfragen und Gesetze die Rechtsanwältinnen und Gerichte zuständig. In sozialen Fragen können Sie sich an die Behörden wenden, die Ihnen fachliche Auskünfte erteilen. Im Folgenden sind auch einige andere Einrichtungen genannt, die Ihnen im sozialen Bereich zusätzlich Rat und Auskunft geben können.

• Wohngeld

Die finanzielle Belastung für Wohnraum übersteigt häufig die Geldmittel. In solchen Fällen gewährt der Staat einen Zuschuss, der nicht zurückgezahlt werden muss. Es gibt einen Mietzuschuss oder einen Lastenzuschuss für Eigentümer/innen. Wer in einer Seniorenwohnanlage oder in einem Seniorenheim lebt, hat ebenfalls Anspruch auf einen Mietzuschuss.

Wohngeldberechtigungsscheine (§8-Scheine) und Wohngeld müssen grundsätzlich beantragt werden:

Die Zahlung von Wohngeld ist abhängig von:

- der Zahl der im Haushalt lebenden Personen
- der Höhe des Einkommens
- der Höhe der zuschussfähigen Miete

• Sozialhilfe

Die Gewährung von Sozialhilfe ist abhängig vom vorhandenen Einkommen und Vermögen. Auf Zahlung von Sozialhilfe besteht ein Rechtsanspruch. Scheuen Sie sich nicht, von diesem Recht auf Hilfe Gebrauch zu machen. Lassen Sie sich über Ihre speziellen Probleme und rechtlichen Ansprüche bei der Gemeindeverwaltung Henstedt-Ulzburg beraten. Dort erhalten Sie auch das entsprechende Antragsformular.

• Blindengeld

Für hochgradig sehgeschwächte Personen, die sich zwar in einer ihnen vertrauten Umgebung ohne fremde Hilfe zurechtfinden, die ihr restliches Sehvermögen aber für eine Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft nicht oder nur unzureichend nutzen können, wird Blindengeld / Hilfe gewährt. Die Höhe ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.

• Auskünfte in der Gemeindeverwaltung Henstedt-Ulzburg

Rathaus, Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel. 04193 / 963-0 oder 04193 / 342 bis -347

Mail: soziales@henstedt-ulzburg.de

• Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.

Flottkamp 13b, 24568 Kaltenkirchen

Terminvereinbarung: 04191 / 72 27 40; Internet: www.verbraucherzentrale.sh

• Lebensmittel für Bedürftige Norderstedter Tafel e. V.

Schützenwall 49, 22844 Norderstedt; Mail: info@tafel-norderstedt.de

• Schiedsmann Guido Stock

Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 508 58 44; Mail: schiedsmann@h-u.de

Bürgerstiftung
HENSTEDT-ULZBURG



Bürger aus Henstedt-Ulzburg
für Bürger in Henstedt-Ulzburg

*Wir stiften an,
Gutes zu tun...*

www.STIFTUNG-HU.de



Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsunfähigkeit

Es gibt die bedarfsorientierte Grundsicherung im Alter als eigenständige soziale Leistung. Sie soll den grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt älterer Menschen sicherstellen. Durch sie soll im Regelfall die Notwendigkeit für die Gewährung von Sozialhilfe vermieden werden. Bis zu einer bestimmten Einkommensgrenze werden die Kinder nicht zur Unterhaltspflicht herangezogen. Die Grundsicherung bedarf eines Antrages und ist einkommens- und vermögensabhängig. Antragsformulare und Beratung erhalten Sie im Rathaus.

• **Gebührenbefreiung / Gebührenermäßigung**

Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung, Telefongebührenermäßigung bei Bezug von Sozialhilfeleistungen, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Menschen mit einem Schwerbehindertenausweis (Merkzeichen RF) usw.

- ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice
50656 Köln, Service-Telefon: 01806 / 999 555 10 (20 Cent/pro Anruf aus Festnetz, 60 Cent/pro Anruf aus dt. Mobilfunknetzen)
Mo. - Fr. 07.00 - 19.00 Uhr; Internet: www.rundfunkbeitrag.de

• **Schwerbehindertenausweis / Parkgenehmigungen**

Die Feststellung der Schwerbehinderteneigenschaft und der Nachweis des Behindertengrades obliegt dem Landesamt für soziale Dienste. Formulare erhalten Sie im Rathaus; Tel.: 04193 / 963 - 317, - 318

Landesamt für soziale Dienste Schleswig-Holstein

Außenstelle Lübeck (für den Kreis Segeberg zuständig)

Große Burgstraße 4, 23562 Lübeck; Tel.: 0451 / 1406-0

Betreuungsrecht

Ziel des Betreuungsgesetzes ist es, den Menschen zu helfen, die wegen Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr selber regeln können.

Auskünfte erteilen:

• **Kreisverwaltung Segeberg, Betreuungsbehörde**

Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg; Tel.: 04551 / 951 87 50

Internet: www.segeberg.de; Mail: betreuungsbehoerde@segeberg.de

Außenstellen in:

• **Norderstedt**

Ochsenzoller Str. 142a, 22848 Norderstedt

Jeden Donnerstag, 15.00 - 17.00 Uhr nach tel. Vereinbarung

• **Kaltenkirchen im Beratungszentrum**

Flottkamp 13b, 24568 Kaltenkirchen, Empfang im 1. Stock - Raum 1.10

Tel.: 04192 / 816 23 55; Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 15.00 - 17.00 Uhr

• **Betreuungsverein Kreis Segeberg e.V.**

Schlüskamp 32a, 24576 Bad Bramstedt; Tel.: 04192 / 816 23 50

Fax: 04192 / 816 23 51; Mail: info@btv-segeberg.de; Internet: www.btv-segeberg.de

Sprechstunden: Di. 09.00 - 13.00 Uhr, Do. 14.00 - 17.00 Uhr



Täglich frisch gekochter Mittagstisch – abholbereit ab 11 Uhr!

Maurepasstr. 121 · 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 - 2550 · fleischerei-nowatzki.de

NOWATZKI
Fleischerei · Partyservice

• Außenstelle Kaltenkirchen

Flotkamp 13b, 23568 Kaltenkirchen

Tel.: 04192 / 816 23 55; Mail: info@btv-segeberg.de; www.btv-segeberg.de

Jeden 2. Dienstag im Monat, 09.30 - 12.30 Uhr

Die Kontakte der Betreuungsbehörde zu Bürgerinnen und Bürgern erfolgen überwiegend in aufsuchender Arbeit (Außendienst).

• Amtsgericht Norderstedt

Rathausallee 80, 22846 Norderstedt

Tel. 040 / 52 60 60; Mail: poststelle@ag-norderstedt.landsh.de

• Heimaufsicht in Schleswig-Holstein

Kreis Segeberg; Ordnungs- und Gewerbeangelegenheiten

Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg; Tel.: 04551 / 951 0

Internet: www.segeberg.de

An die Beschwerdestelle können sich alle Personen wenden, die Beschwerden und Anregungen zum psychiatrischen/psychosozialen Versorgungssystem mit Einrichtungen, Diensten und Angeboten haben. Die Angaben werden vertraulich behandelt.



AMBULANTES PFLEGETEAM
MIT HAND & HERZ

IHR PFLEGEDIENST FÜR DEN RHEN UND UMGEBUNG
Wilstedter Str. 49 | 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel. 0 41 93 - 752 07 37 | Mail info@pflegeteamkb.de

Besuchsdienste & Dienstleistungen

Besuchsdienste sind ehrenamtliche Gruppen, die sich um einsame ältere Menschen kümmern. Dienstleistungsagenturen bieten oder vermitteln Hilfen rund um den Haushalt und Begleitung beim Spazierengehen, Arztbesuchen oder bei Behördengängen.

• Besuchsdienst Rhener St. Petrus Kirche

Auskünfte erhalten Sie bei:

Christine Friedsam, Tel.: 04193 / 819 65 36

Reinhard Schulz, Tel.: 04193 / 759 38 41

Mail: besuchsdienst@kirche-rhen.de

Das Kernangebot der ambulanten sozialpflegerischen Dienste bilden folgende Leistungen:

- Häusliche Krankenpflege
- Hauspflege
- Urlaubs- und Ersatzpflege (bei Verhinderung der Pflegeperson)
- Pflegeberatungsgespräche
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln

Fragen Sie in den örtlichen Alten- und Pflegeheimen!

Kurzzeitpflege

Die Kurzzeitpflege dient intensiv pflegebedürftigen Menschen als Übergang vom Krankenhaus in die eigene Wohnung oder in ein Pflegeheim bzw. pflegenden Angehörigen, die eine „Auszeit“ brauchen (z.B. wegen eigener Krankheit oder Erholungsurlaub).

Tagespflege

Die Tagespflege nimmt täglich betreuungsbedürftige Menschen auf, beschäftigt und versorgt sie während des Tages.

Wenn ein Mensch und seine Angehörigen Unterstützung benötigen, stellen sich viele Fragen: Wer unterstützt mich im Alltag? Wie kann ich mein bisheriges Leben in vertrauter Atmosphäre weiterleben? Wo bekomme ich Hilfsmittel? Welche Anträge muss ich stellen? Auf diese und andere Fragen bekommen Sie bei den nachfolgenden Pflegestützpunkten und den Ambulanten Pflegediensten eine Antwort. Sie erhalten Informationen zu Themen wie **Leben und Wohnen im Alter, Pflege und Betreuung** sowie zur **Verhinderungspflege**. Bei Verhinderung einer privaten Pflegeperson (Erholungsurlaub, Krankheit oder aus anderen Gründen) können bis zu 28 Tage Verhinderungspflege in Anspruch genommen werden.

Pflegestützpunkte im Kreis Segeberg

• Hauptbüro Norderstedt

Heidbergstraße 28, 22846 Norderstedt; Tel.: 040 / 52 88 38 30
Mo., Mi., Fr. 09.00 - 12.00 Uhr, Di. 14.00 - 17.00 Uhr
Mail: info@pflugestuetzpunkt-se.de; Internet: www.pflugestuetzpunkt-se.de

• Büro Henstedt-Ulzburg

im Haus der Sozialen Beratung, Rathausplatz 3, 2. Stock
Tel.: 040 / 52 88 38 30; Sprechzeiten: Mi. 08.00 - 10.00 Uhr (nur mit Termin)

• Pflege Diakonie Station Henstedt-Ulzburg

Frau Birthe Seifert, Pflegedienstleitung
Schulstraße 3, 24558 Henstedt-Ulzburg
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 08.00 - 14.00 Uhr und nach Vereinbarung
Tel.: 04193 / 808 337 800; Mail: pfluge-henstedt-ulzburg@diakonie-altholstein.de

• Pflegediakonie Station Henstedt-Ulzburg

in der Fürstenhof Senioren-Residenz, Dorfstraße 12, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 98 31 22

Ambulante Pflegedienste

Die Pflegedienste sind jeweils 24 Stunden erreichbar:

• Ambulantes Pflegeteam Mit Hand und Herz

Wilstedter Str. 49, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel: 04193 / 752 07 37; Internet: www.pf-mitHandundHerz.de

• Deutsches Rotes Kreuz „Pflege zu Hause“

Schulstr. 5, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 96 62 80; Fax: 04193 / 966 286 247
Mail: pfluge-zu-hause@drk-segeberg.de; Internet: www.drk-segeberg.de

• MB Ambulanter Pflegedienst

Maurepasstr. 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 88 08 936;
Mail: mbseniorenservice@pflugedienst-henstedt-ulzburg.de
Internet: www.pflugedienst-henstedt-ulzburg.de

• Mobiler Pflegedienst Dörte Kral-Thies

Maurepasstr. 74, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 96 98 10; Fax: 04193 / 95 98 91
Bürozeiten: 09.00 - 17.00 Uhr, Fr. 09.00 - 15.00 Uhr
Mail: info@ihr-mobiler-pflugedienst.de
Internet: www.ihr-mobiler-pflugedienst.de

• Pflegeteam Ankerplatz - Ihr Pflegedienst auf dem Rhen

Matthias-Claudius-Str. 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 988 39 30; Fax: 04193 / 988 39 31
Mail: info@pflugeteam-ankerplatz.de; Internet: www.pflugeteam-ankerplatz.de

• **Pflegedienst Simon Zabel**

Neuer Weg 24, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 980 68 80; Fax: 04193 / 980 68 81
Mail: info@pflegedienst-simonzabel.de
Internet: www.pflegedienst-simonzabel.de

• **Pflegedienst Steenbuck**

Beckerbergstr. 4-6, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 96 53 550
Mail: pflegedienst-steenbuck@web.de
Internet: www.pflegedienst-steenbuck.de

• **PPV Ambulant GmbH**

Neuer Weg 14, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 75 25 285; Fax: 04193 / 75 25 184
Mail: info@ppv-ambulant.de
Internet: www.ambulant.de

• **Home Instead Seniorenbetreuung**

Hamburger Str. 28, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 752-4036
Mail: segeberg@homeinstead.de
Internet: www.home-instead.de

• **Senioba - Die Seniorenbegleitagentur**

Elfried Delfs; Tel.: 04193 / 976 08
Internet: www.senioba.de

Mahlzeitendienste

• **Fleischerei Nowatzki**

Maurepasstr. 121, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 25 50; Fax: 04193 / 10 63
Mail: info@fleischerei-nowatzki.de; Internet: www.fleischerei-nowatzki.de

• **Essen im Gemeindehaus der Henstedter Kirche**

Kisdorfer Str.12a, Frau Annemarie Winter
Jeden Mittwoch 12.00 - 13.30 Uhr Info: Kirchenbüro; Tel.: 04193 / 25 61;
Mail: bwo@kirche-henstedt.de Internet: www.kirche-henstedt.de

• **Mahlzeiten in der Rhener Kirche**

Norderstedter Straße 22, 24558 Henstedt-Ulzburg
1. Dienstag (außer in den Schulferien) 13.00 Uhr,
Tel.: 04193 / 72 45, Kirchenbüro

Fahrdienste für Behinderte

Für Behinderte, die auf den Rollstuhl angewiesen sind, gibt es mehrere örtliche Taxiunternehmen, die über entsprechende Fahrzeuge verfügen. Der DRK-Ortsverein stellt einen 9-sitzigen Bus mit Hochdach gegen Bezahlung zur Verfügung. Dieses Sozialmobil eignet sich besonders gut für Menschen, die auf die Benutzung eines Gehwagens (Rollator) angewiesen sind. Außerdem unterhält der DRK Ortsverein ein Behindertenmobil, das auch sehr hoch gebaute Elektrorollstühle ohne Beeinträchtigung transportieren kann. BürgerAktiv stellt einen Bus für Einkaufsfahrten etc. zur Verfügung. Ansprechpartner ist in allen Fällen: Andreas Rosenbusch, Tel.: 04193 / 969 191. Die Transporte erfolgen mit einem Fahrer des DRK-Ortsvereins. Zur Deckung der Kosten wird um eine geringe Spende gebeten.

Psychiatrische Dienste

Der Sozialpsychiatrische Dienst bietet Hilfen und Beratung an für Menschen in belastenden und krisenhaften Situationen, für psychisch kranke und psychisch gefährdete Menschen, für Suchtkranke sowie für Angehörige und Mitbetroffene.

• Sozialpsychiatrischer Dienst des Kreises Segeberg

Gesundheitsamt in der Kreisverwaltung, Anmeldung Haus A, Zimmer 3401
Hamburger Straße 30, 23795 Bad Segeberg

Tel.: 04551 / 951 - 0

Notfallnummer: 04551 / 951 9493 oder Notfall 112

Mo. - Do. 08.00 - 16.00 Uhr; Fr. 08.00 - 13.00 Uhr

Mail: sozialpsychiatrie@segeberg.de

Internet: www.segeberg.de

Sterbe- und Trauerbegleitung, Hospizgruppen

Im Mittelpunkt der Hospizarbeit stehen der sterbende Mensch und die ihm nahe stehenden Personen. Sie benötigen gleichermaßen Aufmerksamkeit, Fürsorge und aufrichtige Zuwendung. Hospizmitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten Sterbende und ihre Angehörigen zu Hause in vertrauter Umgebung, im Krankenhaus oder in Wohn- und Pflegeheimen durch die Zeit von Abschied und Trauer. Wenden Sie sich vertrauensvoll an:

• DRK Hospizgruppe

Henstedt-Ulzburg und Umgebung

Petra Wolff

Wieder Weg 14, 24628 Hartenholm

Tel.: 0171 / 85 12 963

• DRK - Kleiderkammer

Dammstücken 39, 24558 Henstedt-Ulzburg; Tel.: 04193 / 96 91 91

Internet: www.drk-hu.de/angebote/alltagshilfen/kleiderkammer.html

Kontaktlose Spendenannahme (pandemiebedingt)

Dienstag 09.30 - 11.30 Uhr + 15.00 - 18.00 Uhr

Bitte stellen Sie Ihre Spende nur zu diesen Zeiten vor unsere Tür im ersten OG und nutzen Sie außerhalb der Zeiten unsere Kleidercontainer.

Für die Kleiderausgabe ist weiterhin eine Terminbuchung notwendig

• Möbelkammer Henstedt-Ulzburg

Götzberger Str. 94, 24558 Henstedt-Ulzburg

Mobil: 0160 / 6 54 14 14; Geöffnet: jeden Samstag 09.00 - 15.00 Uhr.

FREY&LAU 
explore your senses



**Über Generationen:
Qualität, die Bestand hat.**

Ätherische Öle | Aromen | Parfümöle | Rohstoffe | **seit 1836**

FREY+LAU GmbH • Immenhacken 12
24558 Henstedt-Ulzburg • Germany
T +49 (0) 4193 99 53 • info@freylau.com



Bei einem Unfall oder sonstigem gesundheitlichen Notfall fordern Sie einen Krankenwagen oder Notarzt unter Telefon 112 an!

Ärzte

Allgemeinmedizin:

Allgemeinarztpraxis Henstedt, Maurepasstraße 74
Bahnsen, Heiko, Dr., Klöckner, Susanne, Dr. 04193 / 50 29 990

Gemeinschaftspraxis Neuer Weg 9
Grabow, Hans-Jürgen, Dr. / Scholing-Grabow, Christa, Dr. 04193 / 88 64 00

Gemeinschaftspraxis Beckersbergstraße 12
Zajac, Alexander, Dr. / Hümpel, Astrid, Dr. /
Jewan, Hans Peter, Dr. 04193 / 75 47 930

Allgemeinarztpraxis Ulzburg Süd, Dammstücken 35
Ulan, Oksana, Dr. / Röhling, Gudrun, Dr. / Großmann, Irina
Hamkar, Masoud 04193 / 99 37 51

Gemeinschaftspraxis Rhen, Wilstedter Straße 32a
Geier, Oliver, Dr. / Frank, Kathrin, Dr. / Koundjo, Mareille Karine 04193 / 798 89

Hausarztpraxis Rhen am Markt, Wilstedter Straße 41
Gottschalk, Maren, Dr. / Braun, Vladimir, Dr. 04193 / 770 11

Augenärzte:

AOB Augenarztpraxis, Rathausplatz 3
Tavakoli, Fatemah, Dr. / Kohsar, Jacob, Dr. 04193 / 915 50

Augenzentrum Schleswig-Holstein, Dammstücken 37a,
Prüter, Jörn-Wolff, Dr. u.a. 04193 / 884 99 90

Chirurgie und Unfallchirurgie:

Daffinger, Norbert, Dr., Wilstedter Straße 134 04193 / 72 03

Frauenheilkunde:

Frauenarzt-Praxis Henstedt-Ulzburg, Hamburger Straße 28
Oppermann, Steffen, Dr. / Toennies, Susanne 04193 / 922 99

Hals, Nasen, Ohren:

Ghaleb, Riyadh, Dr., Beckersbergstraße 2 04193 / 9 33 33

Kinder:

Dizman, Gülnur + Brunberg, Saskia, Beckersbergstraße 2 04193 / 59 85
Kleine Eulen Team, Benzing, Jörg, Dr., Rathausplatz 3 04193 / 913 53
Privatpraxis Holtz, Bärbel, Abschiedskoppel 2 04193 / 77 99 858

Innere:

Braun, Vladimir, Dr., Wilstedter Straße 41 04193 / 770 11
Franz, Kathrin, Dr. Wilstedter Str. 32a 04193 / 7 89 89
Kapic, Amir, Dr., Beckersbergstraße 2 04193 / 980 81 81
Kröplin, Thomas, Dr., Rathausplatz 11 04193 / 88 213 17
Schuster, Oliver, Dr. Beckersbergstr. 12 (Gastrologe) 04193 / 754 793-20
Ulas, Sinan, Hamburger Straße 6 04193 / 753 16 50

Kardiologie:

Gemeinschaftspraxis „Alsterquelle“, Matthias-Claudius-Str. 10
 Sievers, Britta / Kynast, Jörg, Dr. / Waskow, Moritz
 Gröne, Eike Frederik, Dr. 04193 / 796 96

Nervenheilkunde/Neurologie/Psychotherapie:

Rathausplatz 3
 Pramschiefer, Matthias, Dr. / Korowin, Dimitri 04193 / 40 31

Hautarzt:

Rathausplatz 4, Gellißen, Suzanne, Dr. 04193 / 805 07 50
 z. Zt. nur Privatpatienten

Orthopädie:

Hamburger Straße 6
 Leineweber, Christian, Dr. / Rathgen, Sabine, Dr. 04193 / 912 22

Psychotherapeuten:

Pfensig, Robert, Hamburger Str. 21a 04193 / 896 37 31
 Orlik, Magdalene, Dipl.-Psych., Alsterweg 5 04193 / 880 85 03
 Wamke, Claudia, Waldenburger Ring 11, Privatpraxis 04193 / 882 16 69
 Ziegler, Andreas, Dr. Kirschenweg 35 04193 / 96 76 47

Urologie:

Spethmann, Jan, Dr., Sibum, Kathrin, Dr.
 Hamburger Straße 28 04193 / 96 88 00

Ärztlicher Bereitschaftsdienst / Anlaufpraxis

116 117

In dringenden medizinischen Fällen außerhalb der regulären Sprechzeiten.

Unter dieser Nummer ist auch zu erfahren, welche Augenärzte und HNO-Ärzte Bereitschaftsdienst haben.

Ärztlicher Notdienst/Rettungswache

112

**Termin- Servicestelle der kassenärztlichen
Vereinigung Schleswig-Holstein**

04551 / 30 40 49 31

Vermittlung von Terminen bei Fachärzten und
 Psychotherapeuten

Hörgeräte

Geers Hörgeräte, Beckersbergstr. 1 04193 / 758 093
 Amplifon Hörgeräte, Rathausplatz 3 04193 / 887 92 13
 Hörakustik Zestermann, Hamburger Str. 89a 04193 / 752 05 99

**Silvia Hoff**

Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie
 Naturheilverfahren und Homöopathie
 Beckersbergstr. 2 24558 Henstedt-Ulzburg
 Tel.: 04193 / 40 18 info@elch-apo.com

**natürlich
 gesund
 leben**



Wir beraten Sie gern!

Optiker

Optik Meyer GmbH, Hamburger Str. 6	04193 / 26 47
Brillen Bube, Hamburger Str. 81	04193 / 751 97 88
Migra Optik, Rathausplatz 3	04193 / 15 46
AUVIDE, Neuer Weg 14	04193 / 95 95 347
KLUPP Brillen, Wilstedter Straße 55	04193 / 759 19 90

Sanitätshaus

Sanitätshaus Stolle, Beckersbergstr. 1	04193 / 969 454
--	-----------------

Zahnheilkunde

· Benz, Stefan, Dr. med. dent, Hermann-Löns-Str. 2	04193 / 7 76 04
· Bürgermeister, Janine, Nordereck 12	04193 / 58 63
· Gemeinschaftspraxis Matthias-Claudius-Str. 10	
Focke, Thomas, Dr.med.dent, Steinhoff, Lars, Dr.med.dent	04193 / 71 57
· Gemeinschaftspraxis für Zahnersatz und Implantologie	
Abschiedskoppel 2, Cölle, Florian, Dr.med.dent,	
Krakat, Ivo, Dr.med.dent, Krohn, Jörg, Dr.med.dent	04193 / 76 22 76
· Ghadir, Saeid Food, Dr.med.dent, Neuer Weg 14	04193 / 9 25 88
· Jorzig, Ralf, Dr., Wohldweg 2	04193 / 9 39 42
· Kiefer-Orthopädie, Vári, Endre, Dr.med.dent, Beckersbergstr. 2	04193 / 9 24 30
· Lund, Christian, Dr.med.dent, Maurepasstr. 12	04193 / 14 57
· Ordoukhani, Mohammad, Hamburger Str. 6	04193 / 46 60
· Meier, Andreas, Dr.med.dent, Schulstr. 2	04193 / 9 30 41
· Roeder, Detlef, Nordereck 12	04193 / 58 63
· Schmitz, Björn, Dr.med.dent, Dammstücken 37	04193 / 95 03 70
· Schulz, Daniel, Dr.med.dent, Rathausplatz 11	04193 / 80 88 66
· Thiem, Silke, Dr., Beckersbergstr. 2	04193 / 9 24 30
(Fachzahnärztin für Kieferorthopädie)	
· Zahnarzt-Notdienst für den Kreis Segeberg	04193 / 040-528 32

Apotheken

· Alster-Apotheke	
Neuer Weg 24	04193 / 20 30
· easyApotheke	
Gutenbergstraße 4	04193 / 965 17 11
· Elch-Apotheke im Ärztehaus	
Beckersbergstr. 2	04193 / 40 18
· PHARMAZEUTIX Apotheke am Bahnhof Ulzburg	
Hamburger Str. 6	04193 / 12 99
· PHARMAZEUTIX Apotheke in Ulzburg-Süd	
Hamburger Str. 92	04193 / 90 48 43
· PHARMAZEUTIX Apotheke auf dem Rhen	
Wilstedter Str. 45	04193 / 73 76
· Süd-Apotheke	
Dammstücken 43	04193 / 75 49 00

Apotheken-Notdienst: Ein Notdienstplan ist in allen Apotheken erhältlich.

· **Telefonseelsorge**

Tel.: 116 123

Internet: www.telefonseelsorge.de



Damit Sie sich wieder wohl fühlen!

Hamburger Str. 6 · 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 0 41 93 / 12 99 · E-Mail: bahnhof@pharmazeutix.de
geöffnet: Mo.-Fr.: 8.00-19.00 Uhr | Sa.: 8.00-14.00 Uhr

Wilstedter Str. 45 · 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 0 41 93 / 73 76 · E-Mail: rhen@pharmazeutix.de
geöffnet: Mo.-Fr.: 8.00-19.00 Uhr | Sa.: 8.00-13.00 Uhr

Hamburger Str. 92 · 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 0 41 93 / 90 48 43 · E-Mail: sued@pharmazeutix.de
geöffnet: Mo.-Fr.: 7.00-19.00 Uhr | Sa.: 9.00-13.00 Uhr

Krankenhäuser

- **Paracelsus-Klinik Henstedt-Ulzburg**
Wilstedter Str. 134, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 70-0; Internet: www.paracelsus-kliniken.de/akut/henstedt-ulzburg/

- **Albertinen Krankenhaus**
Süntelstraße 11a, 22457 Hamburg Schnelsen
Tel.: 040 / 55 88-1; Internet: www.albertinen.de

- **Asklepios Klinik Nord**
Standort Heidberg, Tangstedter Landstr. 400
Standort Ochsenzoll, Langenhorner Chaussee 560
Tel.: 040 / 181 887-0; Internet: www.asklepios.com

- **Palliative Versorgung:**
Friedrich-Ebert Krankenhaus - Palliativstation - Friesenstr. 11, 24534 Neumünster
Tel.: 04321 / 405-0, Fax: 04321 / 405-1609
Mail: info@fek.de; Internet: www.fek.de

- **Psychiatrisches Krankenhaus Rickling**
Dahldorfer Straße 2, 24635 Rickling
Tel.: 04328 / 18-0, Fax: 04328 / 18-369
Mail: info@pkh-rickling.de; Internet: www.pkh-rickling.de

- **Schön-Klinik Bad Bramstedt**
Birkenweg 10, 24576 Bad Bramstedt, Tel.: 04192 / 504-0
Mail: info@schoen-klinik.de; Internet: www.schoen-klinik.de

- **Albertinen Hospiz Norderstedt**
Lawaetzstraße 1b, 22844 Norderstedt; Tel.: 040 / 308 53 50-0

- **Segeberger Kliniken**
Bad Segeberg, Tel.: 04551 / 802-0; Fax: 04551 / 802-4850
Mail: info@segebergerkliniken.de
Internet: www.segebergerkliniken.de

- **Praxisklinik Norderstedt der Segeberger Klinik**
Heidbergstr. 98, 22850 Norderstedt
Herzzentrum, Tel.: 040 / 52 59 50-0
Kardiolog.Versorgungszentrum, Tel.: 040 / 52 59 50-36 70
Internet: www.segebergerkliniken.de

Gesundheitspflege / Gesundheitsvorsorge

- **Gesundheitsamt des Kreises Segeberg**
Hamburger Str. 30, 23795 Bad Segeberg, Tel. 04551 / 951 93 42

- **Sportverein Henstedt-Ulzburg e.V. Sportland**
Fitness- und Gesundheitssport; Rehabilitation; Olivastr. 2, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 9 42 87; Mail: spola@sv-hu.de; Internet: www.sv-hu.de
Mo - Fr: 08.30 Uhr - 21.00 Uhr
Sa: 10.00 Uhr - 13.00 Uhr
So: 10.00 Uhr - 15.00 Uhr

- **Rheuma-Liga Schleswig Holstein e.V.**
Holstenstraße 88-90, 24103 Kiel, Tel. 0431 / 53 54 90
Mail: info@rlsh.de; Internet: www.rlsh.de
Ortsgruppe H-U: Mail: henstedt-ulzburg@rlsh.de

Info zu rheumatischen Erkrankungen, Funktionstraining + persönliche Beratung: mittwochs von 13.00 - 15.00 Uhr

• Volkshochschule Henstedt-Ulzburg e.V.

Hamburger Str. 24 A, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 7 55 30 00; Fax: 04193 / 7 55 30 29

Mail: info@vhs-hu.de

Internet: www.vhs-henstedt-ulzburg.de

Krankenkassen bieten in der Regel eigene Kurse zur Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation an.

Die Menschen werden immer älter, ihr Anteil in der Gesamtbevölkerung wird weiter steigen. Häufig besteht der Wunsch, in der eigenen Wohnung und dem bisherigen Umfeld eigenständig seinen Lebensabend zu verbringen. Durch bauliche Veränderungen (barrierearm/-frei) und kleinere Hilfsmittel ist dieses in vielen Fällen möglich. Finanzielle Unterstützung gibt es durch Krankenkassen, KfW-Darlehen usw. Wohnprojekte für selbstständiges und unabhängiges Wohnen ist in allen Kommunen – auch in Henstedt-Ulzburg und den Nachbargemeinden - ein wichtiges Thema.

Für eine öffentlich geförderte Wohnung benötigen Sie einen Wohnberechtigungsschein (§8 bzw. §88d), der einkommenabhängig ist.

Auskünfte erhalten Sie im Rathaus Henstedt-Ulzburg, Rathausplatz 1

Tel.: 04193 / 963-344 bis -347

• Seniorenresidenz Fürstenhof

Dorfstr. 12, 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 983 110

Fax: 04193 / 983 120

Mail: info@fuerstenhof-seniorenresidenz.de

Internet: www.fuerstenhof-seniorenresidenz.de

• DRK-Seniorenwohnanlage

Betreutes Wohnen

Bahnhofstr. 117,

24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 / 919 74

Fax: 04193 / 96 93 38

Wir hören Ihnen erst mal zu, um zu erfahren, was Ihnen wirklich wichtig ist.



Frau Möller

Frau Gliem

Unsere Verkaufskonzepte – für Sie maßgeschneidert:

Konzept Klassik:

Wir verkaufen Ihre Immobilie zum attraktiven Preis und Wunschtermin.

Konzept Komfort:

Wir verkaufen Ihre Immobilie und Sie mieten eine moderne Wohnung aus dem Manke-Bestand

Konzept Premium:

Zum attraktiven Preis an Kapitalanleger verkaufen und Sie bleiben als Mieter in Ihrem Zuhause wohnen.

über 60 Jahre Manke - über 60 Jahre Kompetenz
Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin mit uns!

GUTSCHEIN

**Kostenfreie
Wertermittlung**



MANKE IMMOBILIEN SERVICE

Von Haus aus die beste Beratung!

**Ihr Makler von Manke
Manke Immobilienservice**

**Bahnhofstraße 4
24558 Henstedt-Ulzburg**

**Tel.: 04193/901 230
info@manke-immo.de
manke-immo.de**

Seniorenpflegeheime

Im Pflegeheim erhalten Menschen, die wegen Krankheit oder Behinderung ständig pflegebedürftig sind, neben Unterkunft, Verpflegung und Betreuung auch eine qualifizierte Pflege. Durch die „aktivierende Pflege“ sollen die verbliebenen Kräfte erhalten und gestärkt sowie der Allgemeinzustand verbessert werden. Wichtigster Punkt bei dieser Wohnform ist die Gewissheit, nötige Hilfe sofort und direkt zu bekommen. Näheres dazu erfragen Sie bitte bei den einzelnen Heimen.

Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz: Lebt jemand in einem Seniorenpflegeheim oder in einer anderen vollstationären Einrichtung, zahlt die Pflegeversicherung monatliche Zuwendungen, abhängig von den jeweiligen Pflegegraden. Neben den Pflegeversicherungsleistungen gibt es unter bestimmten finanziellen Voraussetzungen Pflegegeld. Sollte das monatliche Einkommen trotz Pflegeversicherungsleistungen nicht zur Deckung der Heimkosten ausreichen, können auf Antragstellung Sozialhilfeleistungen gezahlt werden. Außerdem wird auch ein Betrag zur persönlichen Verfügung (Taschengeld) gewährt und Beihilfen für notwendige Anschaffungen (Bekleidung etc.) Der Fachbereich Soziales überprüft, ob sich unterhaltspflichtige Personen (Kinder) an den Restkosten beteiligen können. Kinder werden jedoch nur dann herangezogen, wenn sie auch tatsächlich hierzu in der Lage sind.

Nähere Auskünfte erteilt:

• Rathaus Henstedt-Ulzburg

Rathausplatz 1
 Fachbereich Soziales
 Tel. : 04193 / 963-0; Fax: 04193 / 963-190
 Mail: gemeinde@h-u.de
 Internet: www.henstedt-ulzburg.de

Pflege- / Seniorenheime in Henstedt-Ulzburg

Pflegeheim Haus Doris

Breslauer Str. 2 04193 / 53 66
 Mail: hausdoris@t-online.de; Internet: www.haus-doris.de

Alten- und Pflegeheim Schmalensee GmbH

Middelweg 7 04193 / 89 72-0
 Mail: aphschmalensee@aol.com

Alten- und Pflegepension Meyer

Breslauer Str. 6 04193 / 45 14
 Mail: kontakt@app-meyer.de; Internet: www.app-meyer.de

Senioren-Zentrum Lühmannpark GmbH

Lühmannstraße 11 04193 / 7518-0
 Mail: infoluehmannpark@kervita.de; Internet: www.kervita.de

Haus Sonnenhof

Am Ring 12 - 14, Mail: haussonnenhof@aol.com 04193 / 765 55
 Internet: www.haus-sonnenhof.com

ALTEN & PFLEGE PENSION
Meyer ■ ■ ■ ...gemeinsam leben
 in familiärer Atmosphäre.

- ✓ 1-2 BETT ZIMMER / SONNENTERRASSEN- & BALKONE
- ✓ WIR KOCHEN & BACKEN NOCH SELBST
- ✓ GEMEINSCHAFTSRÄUME / VERANSTALTUNGEN / AUSFLÜGE
- ✓ BESCHÄFTIGUNGSTHERAPIE
- ✓ WOHLFÜHLANGEBOTE (FRISEURE/FUßPFLEGE)
- ✓ UND VIELES MEHR...

BRESLAUER STRASSE 6 / 24558 HENSTEDT-ULZBURG / TEL.: 04193 - 45 14
 KONTAKT@APP-MEYER.DE / WWW.APP-MEYER.DE



Ehrenamtliche Tätigkeiten

Für ehrenamtliche Tätigkeiten gibt es viele interessante Angebote. Helfer werden überall dringend gesucht! Nutzen Sie Ihre Fähigkeiten, Sie werden feststellen, wieviel Freude eine ehrenamtliche Tätigkeit auch bringen kann!

Informationen erhalten Sie bei:

- BürgerAktiv, Tel. 0174 / 523 49 31
- DRK Ortsverein und Sozialstation, Tel. 04193 / 96 91 91
- Kirchengemeinden/Kirchenbüros, Tel. 04193 / 72 45 (Rhen) / 25 61 (Henstedt)
- Seniorenbeirat, Tel. 04193 / 96 31 77
- Seniortrainer/in, Tel. 04193 / 963-471; Mail: seniorentainer@h-u.de
- Sportverein, Tel. 04193 / 880 98 80; Mail: info@sv-hu.de
- Willkommensteam, Tel. 04193 / 96 98 84
- Tafel Norderstedt/Ausgabestelle Henstedt-Ulzburg, Tel. 040 / 525 26 36

Kulturelles

- **Forum Kultur-Förderungs-Vereinigung e.V.**
Alsterwiesen 42, 24548 Henstedt-Ulzburg
Tel. 04193 / 7 84 13; www.forum-hu.de; Mail: info@forum-hu.de
- **Gemeindebücherei und -medothek**
Hamburger Straße 22a, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 96 33 70, Mail: buecherei.info@h-u.de
Mo., Di. und Do. 10.00 - 18.00 Uhr, Fr. 10.00 - 16.00 Uhr,
Sa. 10.00 - 13.00 Uhr
Sie bietet speziell für Senioren Literatur mit Großbuchstaben, Hörkassetten und CDs zum Ausleihen an.
www.henstedt-ulzburg.de/gemeindebuecherei-mediothek.html

Nähere Auskünfte erhalten Sie bei:

- **Volkshochschule Henstedt-Ulzburg e.V.**
Hamburger Str. 24 A, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 755 30 00
Mail: info@vhs-henstedt-ulzburg.de; Internet: www.vhs-henstedt-ulzburg.de
Mo. - Fr.: 09.00 - 12.30 Uhr, Mo + Do: 15.00 - 18.00 Uhr
- **BürgerAktiv Henstedt-Ulzburg e.V.**
Geschäftsstelle: Haus der Sozialen Beratung
Rathausplatz 3, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 0174 / 523 49 31
Öffnungszeiten: Fr. 10.00 - 12.00 Uhr
Mail: info@buengeraktiv.com; Internet: www.buengeraktiv.com
- **DRK Ortsverein Henstedt-Ulzburg e.V.**
Dammstücken 39, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 96 91 91; Fax: 04193 / 96 91 92
Di + Fr: 09.30 - 11.30 Uhr
Mail: info@drk-henstedt-ulzburg.de; Internet: www.drk-hu.de

Aktiv im Alter

Werden Sie Mitglied im Club Ü60

Info-Tel. : 04193 / 755 30 00 - www.vhs-henstedt-ulzburg.de



vhs Volkshochschule
Henstedt-Ulzburg e.V.

Durch den ständig steigenden Anteil an der Bevölkerung bilden die Seniorinnen und Senioren eine beachtliche Interessengemeinschaft. Die Angebote zur Freizeitgestaltung sind dementsprechend umfangreich und vielseitig, so dass jeder etwas für sich finden kann.

Sport- und Bewegungsangebote

Hierbei geht es um Sportarten, die der Leistungsfähigkeit im Alter gerecht werden. Dazu gehören u. a.: Gymnastik, Rückengymnastik, Turnen für Ältere, Entspannungsübungen, Yoga, Qigong, Wassergymnastik, Wandern, Lauftreff, Seniorentanz (Volkstanz), Radfahren, Koronarsport, Walking u. a.

Für Details fragen Sie:

- DRK Ortsverein, Tel. 04193 / 96 91 91
- Bürgeraktiv, Tel. 0174 / 523 49 31
- Sportverein, Tel. 04193 / 880 98 80
- Volkshochschule, Tel. 04193 / 755 30 00
- ADFC Allgemeiner Deutscher Fahrradclub, Ortsgruppe Henstedt-Ulzburg
Tel. 0176 / 488 802 08
- Sportverein SVHU, Lindenstr. 93, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 880 98 80; Mail: info@sv-hu.de
- Sportland
Fitness- und Gesundheitssport; Rehabilitation
Olivastr. 2, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 9 42 87; Mail: spola@sv-hu.de; Internet: www.sv-hu.de/sportland

- **Naturbad Beckersberg**
Beckersbergstraße 34, 24558 Henstedt-Ulzburg; Tel.: 04193 / 75 95 85
- **Wander- und Radwegenetz**
(Pläne erhalten Sie in der Gemeindeverwaltung)

„Playfit“-Sportgeräte – Bewegung im Freien nach alter chinesischer Tradition
Sanfte Fitness, die das Wohlbefinden fördert, Stärkung von Kreislauf, körperlicher Vitalität, Beweglichkeit, Koordination und Lockerung von Muskeln und **eine wichtige Kommunikationsmöglichkeit! Die Geräte stehen im Bürgerpark.**



Vertrauensmann
» **Carsten Schäfer** Versicherungsfachmann (BwV)

Hamburger Str. 89a, 24558 Henstedt-Ulzburg
» **04193 92900**
cschaefer@itzehoer-vl.de

itzehoer
Versicherungen
... und gut ✓

Immer
gut beraten

www.cschaefer.itzehoer-vl.de

Tierheim und Tierärzte

24-Stunden-Notfall-Bereitschaft

- Tierärztliche Klinik für Kleintiere
Kabels Stieg 41, 22850 Norderstedt
Tel.: 040 / 529 894-0
Fax: 040 / 529 894-55

- Tierschutzverein Straßentiger Nord e.V. (nur Katzen)
Tel.: 040 / 333 8888 3

Wenn Sie ein Haustier suchen oder in der Tierbetreuung helfen wollen, wenden Sie sich bitte an das

- **Tierheim Henstedt-Ulzburg**

Kirchweg 124 e, Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 9 18 33, Fax: 04193 / 95 97 98
www.tierheim-henstedt-ulzburg.de
info@tierheim-henstedt-ulzburg.de

- **Tierärzte**

Jörg-Eike Tödt, Maurepasstr. 50	04193 / 25 04
Kleintierpraxis Dr. Hühnke u. A. Pauls, Norderst. Str.2	04193 / 752 91 37
Tiergesundheitszentrum, Dammstücken 39	04193 / 751 97 37

- **Hausnotruf**

Leider wird oftmals erst an den Hausnotruf gedacht, wenn ein Notfall bereits stattgefunden hat. Der Hausnotrufanschluss besteht aus einem Hausnotrufgerät und einem Handsender, der an einer Halskette oder als Armband getragen wird. Bei einer Notsituation wird hierüber der Notruf einfach ausgelöst und es wird sofort eine Sprechverbindung mit der Notrufzentrale hergestellt - Rund um die Uhr. Helfer fahren dann sofort zu der bekannten Adresse und leisten dementsprechend Hilfe.

- **Mobiler Notruf**

Der mobile Notruf ist ein erweiterter Notruf, der Sie bei sportlichen Aktivitäten, Urlaubsreisen, Spaziergang usw. begleitet. Durch GPS-Verfahren kann der jeweilige Aufenthaltsort ermittelt werden.

Auskünfte erteilen DRK, Malteser-Hilfsdienst und andere Anbieter.

- **Schloßdienst Behn**

Neubrandenburger Str. 1
Tel.: 04193 / 2400

- **Schloßtechnik Parr**

Tel. 04193 / 752 98 52

Wir fertigen seit 20 Jahren Schließanlagen und Sicherheitstechnik, und behaupten, Einbruchschutz muss nicht teuer sein !

Als Ihr ortsansässiger Schließtechniker beraten wir Sie gerne bei Fragen zu Fenster- und Tür-Verschlüssen, kostenfrei und unverbindlich in Ihrem Hause.

Ob hochwertig und Versicherungs-anerkannt, oder zweckdienlich und kostengünstig:

Wir finden mit *Sicherheit* die Lösung, mit der Sie beruhigt schlafen können.

Die räumliche Nähe gewährleistet, dass wir zur Not schnell zur Stelle sind, auch, wenn Ihnen nur die Tür zugefallen ist.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin, auch wochenends:
04193 - 7 52 98 52 • info@andreasparr.de

Schließtechnik **PARR**
Andreas

• Schlüsseldienst

Sie haben sich aus Versehen ausgesperrt oder der Schlüssel ist im Schloss abgebrochen. Im örtlichen Telefonbuch stehen einige Anbieter, die Ihnen helfen werden. Erkundigen Sie sich vor Inanspruchnahme nach den Kosten!

• Laub- und Schneeräumdienst

Örtliche Garten- und Landschaftsbaubetriebe bieten ihre Dienste an. Im Winter übernehmen einige davon zu einem Pauschalpreis auch die Kehr- und Streupflicht auf Ihrem Bürgersteig.

• Rauchmelder

Rauchmelder sind inzwischen Vorschrift und sollten regelmässig auf ihre Einsatzfähigkeit überprüft werden!

• Bewegungsmelder

Im Dunkeln nach Hause kommen und erst nach Aufschließen der Haustür Licht machen zu können, ist eine Vorststellung, die viele besonders ältere Frauen daran hindert, nach Einbruch der Dunkelheit noch außer Haus zu sein. Eingebaute Bewegungsmelder schalten das Licht wo immer Sie wollen. Dies ist auch ein Schutz vor unerwünschten Besuchern. Fragen Sie bei örtlichen Anbietern nach einem Einbau an.



eigene Trauerhalle in Kaltenkirchen
mit Parkmöglichkeit



Bestattungsinstitut

Aug. Holdorf seit 1906

Inf. Fam. Czerwinski

Kieler Straße 14, 24568 Kaltenkirchen

Tel. 0 41 91 / 21 92 (Tag und Nacht)

www.augustholdorf.de // info@augustholdorf.de

oder Götzberger Straße 5, Henstedt-Ulz., Tel. 0 41 93 / 9 26 80
Fam. Kaack

Was ist was?

Patientenverfügung

ist die eigene Willenserklärung über das, was zu einem späteren Zeitpunkt geschehen soll; gleichzeitig ist sie auch eine Mitteilung an die Angehörigen über meinen Willen.

Vorsorgevollmacht

bestimmt Jemanden, der mein Fürsprecher ist und damit für mich spricht, wenn ich es selbst nicht kann, und ggf. meine Patientenverfügung durchsetzt.

Betreuungsvollmacht

Sollte ein Gericht mir einen Betreuer (früher Vormund) zur Seite stellen wollen, kann ich mit der Betreuungsvollmacht erreichen, dass eine von mir bestimmte Person dieses Amt übertragen bekommt. In der Regel wird das Gericht (früher Vormundschaftsgericht) meinem Wunsch folgen. Diese Verfügung kommt nur dann zur Anwendung, falls ein besonderer Umstand eintritt, der in der Patientenverfügung oder der Vorsorgevollmacht nicht geregelt sein sollte oder weil auf Grund geänderter Gesetze ein Betreuer vom Gericht bestellt werden muss. Mit der Betreuungsvollmacht kann ich erreichen, dass mir keine fremde Person als Betreuer (früher: Vormund) zugewiesen wird.

Patientenverfügung

Sie soll gewährleisten, dass Ihre persönlichen Vorstellungen bezüglich lebensverlängernder medizinischer Maßnahmen auch dann berücksichtigt werden, wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, diese selbst zu äußern oder durchzusetzen.

Vorsorgevollmacht

Sie ist im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) geregelt, gilt ab einem vorab von Ihnen bestimmten Zeitpunkt, ist an die von Ihnen festgelegten Bedingungen gebunden und gilt nur für die Angelegenheiten, die in ihr genannt sind. Die Generalvollmacht gilt für alle Lebensbereiche. Die von Ihnen gewünschten Aufgaben sollten einzeln aufgeführt sein. Bei Verwaltung Ihres Haus- und Grundbesitzes ist eine notarielle Beurkundung erforderlich.

Was ist zu beachten?

- Sie können die Vollmacht auf unterschiedliche Personen aufteilen und nur einzelne Bereiche einer Person zuordnen. Bitte achten Sie darauf, dass jede Person in diesem Fall alleine entscheiden kann.
- Der / die Bevollmächtigte/n müssen die Vollmacht zum Zeichen ihres Einverständnisses unterschreiben.
- Die gesetzliche Regelung des § 181 BGB besagt, dass ein Bevollmächtigter nicht mit sich selbst als Privatperson Geschäfte tätigen darf. Hiervon ist der Bevollmächtigte in der Vorsorgevollmacht ausdrücklich zu befreien, damit er z.B. Aufwandsentschädigungen aus dem Konto des Vollmachtgebers entnehmen kann.

Betreuungsvollmacht

Mit dieser bestimmen Sie selbst, wer Ihre gesetzliche Betreuung übernehmen soll, wenn Sie Ihre Angelegenheiten nicht mehr alleine regeln können und auf Antrag an das Familiengericht ein Betreuer/eine Betreuerin offiziell eingesetzt wird. Das Gericht kontrolliert die Arbeit des Betreuers / der Betreuerin. Für eine Betreuungsvollmacht (manchmal auch Betreuungsverfügung genannt) besteht keine Formvorschrift. Sie können für weitere Wünsche äußern, z. B. wenn Sie als Betreuer auf keinen Fall haben wollen, welche Wünsche und Gewohnheiten von Ihrem Betreuer respektiert werden sollen, ob Sie im Pflegefall zu Hause oder in einem Pflegeheim versorgt werden wollen.

GESUNDHEITS- UND SENIORENSPORT

IN IHREM SPORTVEREIN – DEM SVHU

Der SV Henstedt-Ulzburg bietet eine sportliche Heimat für alle Menschen jeden Alters und dabei besonders für Senioren eine breite Palette für Bewegung und Gesundheit.

Werden Sie Mitglied und genießen Sie nicht nur wohltuende Bewegung, sondern auch Geselligkeit und den Kontakt zu anderen Sportlerinnen und Sportlern während des Trainings, davor oder danach.

Sie wollen fit bleiben und suchen Bewegung in der Gruppe? Dann haben wir genau das Richtige:

- > Rückenfitness
- > Aktiv 70+
- > Sitz-Yoga
- > Hockergymnastik
- > Pilates
- > Bleib Fit
- > Badminton 50+
- > Lungensport und Atemgymnastik



Mehr Informationen finden Sie im Internet unter www.sv-hu.de

Sie haben gesundheitliche Probleme und Ihr Hausarzt möchte Ihnen eine Rehasport-Maßnahme verschreiben? Der SVHU ist der größte Anbieter von Reha- und Gesundheitssport in Henstedt-Ulzburg. Kommen Sie mit Ihrer Verordnung zu uns und lassen Sie sich beraten. Die Kosten übernimmt in diesem Fall Ihre Krankenkasse.

Wir bieten Rehasport bei

- > Rückenschmerzen
- > Osteoporose
- > Morbus Bechterew
- > Verspannungen
- > Inkontinenz
- > Arthrose
- > Dysbalancen
- > Lungenerkrankungen wie Asthma oder COPD
- > Krebserkrankungen

Oder als Anschluss an stationäre Rehabilitation bei Brüchen, Gelenkersatz oder Bänderverletzungen.

Sie möchten Ihr Herz stärken? Kein Problem! Der SVHU bietet Herzsport unter ärztlicher Aufsicht. Sobald Sie sich von Ihrem Hausarzt gründlich für die Ausübung von Herzsport untersucht haben lassen sind wir bei Angina Pectoris, nach einem Herzinfarkt oder nach einer Stent- oder Bypassoperation für Sie da! Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin mit Studioleiterin Johanna Kreker unter spola-jkr@sv-hu.de oder melden Sie sich telefonisch bei unserem Sportland Serviceteam unter 04193 - 942 87.

Wir freuen uns auf Sie! Wir bewegen Henstedt-Ulzburg!

#sportvereinhenstedtulzburg

Notfallmappe

Wir alle können unerwartet und plötzlich auf fremde Hilfe angewiesen sein. Durch Unfälle, Krankheiten oder auch durch fortschreitendes Alter entstehen Situationen, in denen Betroffene unkompliziert Hilfe durch Angehörige und Vertrauenspersonen benötigen. In die Notfallmappe können Sie alle wichtigen Daten eintragen, damit Ihnen im Ernstfall schnell geholfen werden kann.

Notfallkärtchen

In dieses Kärtchen, das Sie wie eine Krankenkassenkarte immer bei sich tragen sollten, tragen Sie alle wichtigen Informationen für eine Soforthilfe ein.

Notfalldosen

Um für Ihre Retter in der Wohnung wichtige Notfalldaten zu finden, stellen Sie die Notfalldose mit den entsprechenden Daten in die KülschrankTÜR und kleben den Aufkleber „Notfalldose“ an die Innenseite Ihrer Wohnungstür. Auf diese Weise stehen aktuelle und notfallrelevante Informationen ohne Zeitverlust zur Verfügung.

Sie erhalten Notfallmappen, Notfalldosen und Notfallkärtchen während der Sprechstunden des Seniorenbeirates an jedem 3. Donnerstag im Monat von 09.30 - 11.00 Uhr im Rathaus, Rathausplatz 1 oder nach telefonischer Rücksprache bei einem Mitglied des Seniorenbeirates. Ebenso die Vordrucke für die Patientenverfügung und Vorsorgervollmacht.

Testament

Das Gesetz unterscheidet das **notarielle Testament** und das **private Testament**. Die einfachste Art, seinen letzten Willen festzulegen, ist das eigenhändig verfasste Testament. Das bedeutet: es muss von Ihnen selbst mit der Hand - nicht mit einer Schreibmaschine - geschrieben, mit Ort und Datum versehen sowie mit Vor- und Nachnamen unterzeichnet werden. Das notarielle Testament wird mündlich vor einem Notar erklärt und von diesem in einer Niederschrift festgehalten (beurkundet). Dieser Vorgang ist gebührenpflichtig.

• Friedhofsverwaltung Henstedt

Götzberger Straße 13, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: 04193 / 9 34 44; Fax: 04193 / 76 24 258
Mo. - Fr. 08.00 - 10.00 Uhr

Über Einzelheiten informieren alle Beerdigungsinstitute.

WALDLÄUFER
LAUFKOMFORT SPORBAR ERLEBEN

LEGERO®
Der Leichtschuh

Affenzahn

Lurchi
by SALAMANDER®

superfit®

koel
WALK YOURSELF HAPPY

RICOSTA®
Der Kinderschuh.

Himmlich unterwegs
Bequeme Schuhe und mehr

AB SOFORT BEI

Die Schuhkiste
Kinderschuhe & mehr...

Tel. 0 41 93 - 980 65 00 | www.dieschuhkiste.de
Hamburger Straße 22 | 24558 Henstedt-Ulzburg

Die aktuelle Besetzung unseres Beirates 2022 - 2026

Uwe Groth	Vorsitzender
Barbara Schemberger	stellvertretende Vorsitzende
Günter Kierstein	Schriftführer
Hans Bliedung	
Karin Bianca Böhm	
Veronika Bohrer	
Inez Gutsche	stellv. Schriftführerin
Bettina Kluckert	
Barbara Kutzner	Kassenwartin
Gerd Peltz	
Joachim Süme	
Heinz Dieter Welling	
Magrid Wulff	
Barbara Ebert	
Wolfgang Hübner	
Manfred Buks	



Sprechzeiten

Jeden 3. Donnerstag im Monat
von 09.30 - 11.00 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung
Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 1.23, 24558 Henstedt-Ulzburg
Quartalsweise auch in der Rhener Kirche, die Termine werden rechtzeitig in der Umschau bekannt gegeben.

Öffentliche Sitzungen

Jeden 3. Donnerstag im Monat
um 15.00 Uhr im Rathaus, Rathausplatz 1, Zimmer 1.23

Impressum

Herausgeber: Seniorenbeirat Henstedt-Ulzburg
Rathausplatz 1, 24558 Henstedt-Ulzburg
Mail: seniorenbeirat@ehrenamt-hu.de
Internet: www.henstedt-ulzburg.de/seniorenbeirat.html

10. Auflage März 2024

Haftungsausschluss: Der Herausgeber übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Information. Haftungsansprüche gegen den Autor, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen.

Hilfreiche Links für Senioren

- www.deutsches-seniorenportal.de
- www.portal-fuer-senioren.com
- www.einherzfuerrrentner.de
- <https://www.wohnen-im-alter.de/zuhausse/altersgerechtes-wohnen>



**HÖRAKUSTIK
ZESTERMANN**
MEHR ALS HÖRSYSTEME

WIR FINDEN
DAS HÖRGERÄT,
DAS ZU IHNEN PASST.

DENKEN SIE AN DIE VORSORGE!

JÄHRLICHE ZAHNUNTERSUCHUNG ✓

REGELMÄßIGER SEHTEST ✓

HÖRTEST ?

→ Vereinbaren Sie gleich einen Termin für einen kostenfreien Hörtest zur Hörvorsorgeuntersuchung.



Zestermann



Hamburger Str. 89a | 24558 Henstedt-Ulzburg

Tel. 04193 - 75 20 599
www.hoerakustik-zestermann.de