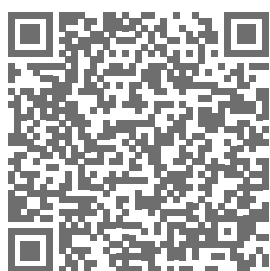


*Mit Schwung
in die reifen Jahre ...*



Hier geht es zum
Ratgeber-Flipbook

RATGEBER
Fit & Aktiv

Kreis Paderborn 2023



Malteser
...weil Nähe zählt.



**Schnelle Hilfe
auf Knopfdruck**
Malteser Hausnotruf

Foto: Lisa Böller

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:

☎ 05251 1585-510 und -520 oder unter 🌐 malteser-hausnotruf.de



Malteser
...weil Nähe zählt.



**Ihr Lieferservice für
gesunde Mahlzeiten**
Malteser Menüservice

Foto: Stefanie Latgolin

Infos und unsere leckere Menü-Auswahl unter:

🌐 malteser-menueservice.de oder ☎ 05251 1585-120

Editorial

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

nach der Erwerbstätigkeit verändern sich häufig viele unserer Lebensgewohnheiten. Die Familienstruktur ist oft anders, wir haben mehr Zeit für Hobbys und Interessen. Doch es gibt nicht nur die positiven Seiten. Nicht selten meldet sich der Körper mit sich Signalen, die den Blick auf die Gesundheit lenken. Leichte gesundheitliche Veränderungen sind dann mit einer veränderten Lebensweise oft gut zu beherrschen, aber mitunter ist Hilfe von Profis erforderlich. Deshalb finden Sie auf den folgenden Seiten eine Vielzahl an Beratungsmöglichkeiten zu Hilfs- und Unterstützungsangeboten.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist das Thema „Wohnen im Alter“ und der damit verbundene Wunsch so lange wie möglich im eigenen Zuhause zu leben. Sollte es aufgrund von Pflegebedürftigkeit nicht mehr möglich sein, den Alltag alleine zu meistern, gibt es im Kreis Paderborn eine Vielzahl von Angeboten. Sie reichen von der Unterstützung im Alltag über die Tagespflege bis hin zur stationären Pflege.

Qualifizierte Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner finden Sie in den Beratungsstellen der Stadt- und Kreisverwaltung. Hier erhalten Sie ganz individuelle Tipps und Adressen für die unterschiedlichsten Lebenssituationen im persönlichen Gespräch.

Schon Cicero, ein bekannter Schriftsteller der römischen Antike, brachte es auf den Punkt: „Das Leben ist nicht das Problem, sondern unsere Einstellung dazu.“ Wir möchten Ihnen in diesem Magazin Anregungen zu geben, um Ihr Alltagsleben positiv und schön zu gestalten.

Nun wünschen wir Ihnen viel Vergnügen beim Lesen!

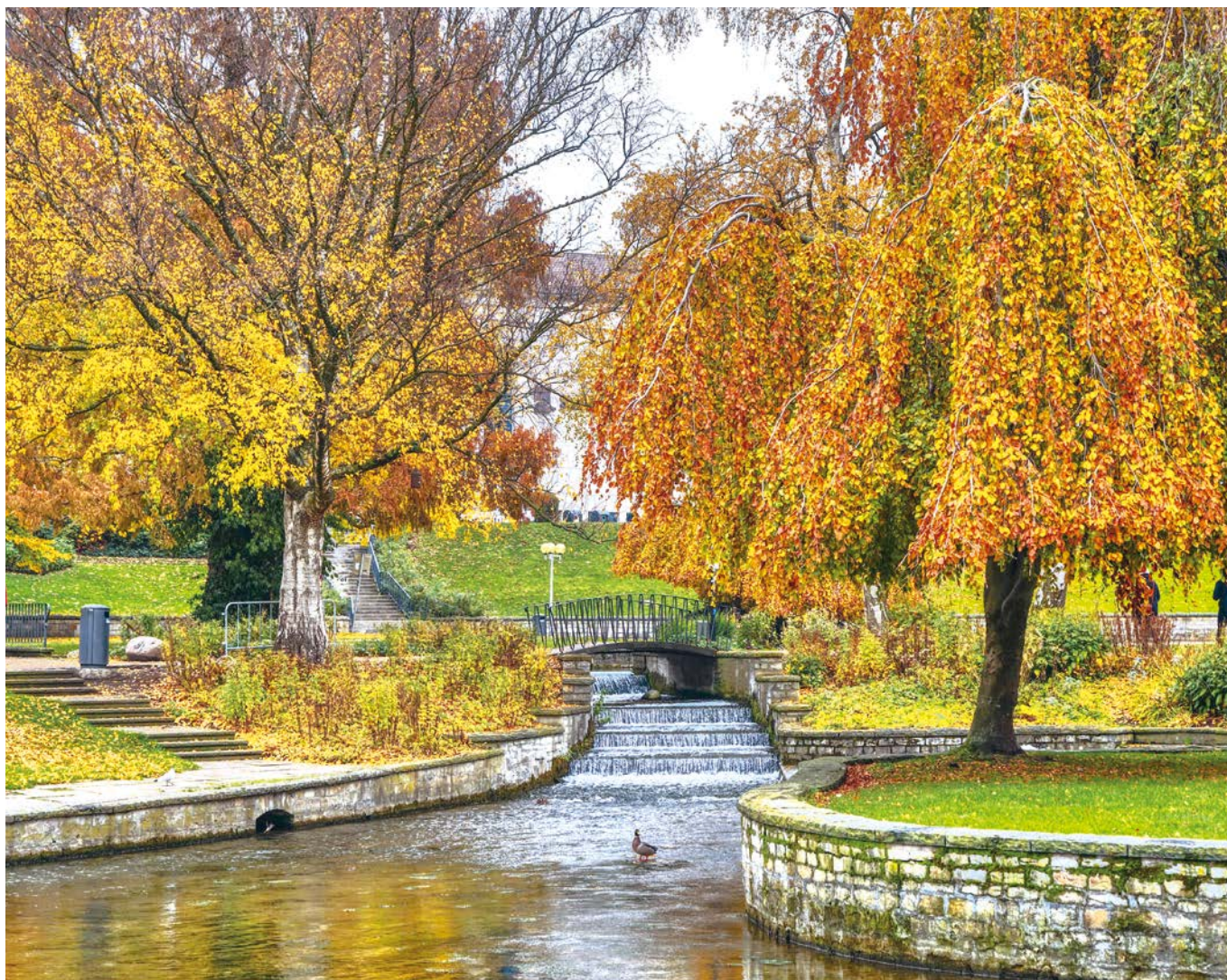
*Ihr Team vom Ratgeber
Fit & Aktiv für den Kreis Paderborn*

Inhalt

Editorial	03
Firmenverzeichnis	04
Beratungsstellen & Hilfe im Kreis Paderborn	06-17
Gehirnjogging im Alter: Videospiele	14
Altersgerecht umbauen oder Haus verkaufen?	18-19
Frühzeitig ans Alter denken	19-20
Allgemeine Anlaufstellen im Kreis Paderborn	21
Hilfsdienste für den Alltag	22-32
Aktive Nachbarschaftshilfe	27
Haushaltshilfe & Betreuung	33-36
Wohnen & Pflege	37-43
Leistungen der Pflegeversicherung	38
Reisen & Erholung	44
Begegnungsstätten	45
Vereine	46
Bestattungsvorsorge & Trauer	47
Rund um`s Erben	48
Wichtige Rufnummern	49
Notfallpass zum Mitnehmen	49-50
Impressum	50

Firmenverzeichnis

Allianz Vertretung Tobias Köhler.....	7	Medilex Pflegefachberatung Hössel.....	43
Altenwerk Schloss Hamborn GmbH.....	37	Meyer Menü Büren GmbH & co. KG.....	52
APT Prothesen Ostwestfalen.....	29	Perthes-Haus	35
AWO Pflegeservice zuhause.....	20	Physioeffekt - Praxis für Physiotherapie GbR	17
Betreutes Wohnen im Hochstift – Dingel-Padberg GmbH.....	39	REMAX Immobilienservice GmbH.....	19
Cardia Pflegeteam Flick GmbH.....	27	Schrieweshof Charleston Wohn- und Pflegezentrum	36
Cem Kaba.....	38	Seniorencentrum St. Johannes.....	40
Eva M. Wäscheträume	32	Symann Hörgeräte	49
Krix Hausgeräte Technik GmbH	26	Verbundgesellschaft Paderborn/ Höxter mbH.....	24, 51
Logopädiezentrum Dahl	30	Zahnmedizinisches Zentrum Paderborn – ZMZ	5
Malteser Hilfsdienst e. V.....	2	ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation Paderborn GmbH.....	28
Mannibest GmbH.....	25		



endlich wieder Zubeißen mit voller Zahnkraft

Wir schließen Zahnlücken –
mit einer Implantatversorgung
erhalten Sie Ihre volle Kaukraft zurück.

Zahimplantate sind eine fantastische Erfindung.

Sie ersetzen die natürliche Wurzel,
wenn ein Zahn verloren geht.

Das kann schnell passieren: durch
einen Sportunfall, durch eine Krank-
heit, durch Karies oder Parodontitis.

Mehr Infos



Termin-
vereinbarung
online www.zm-z.de
oder telefonisch
05251-64400

Implantate – eine Erfindung nach dem Vorbild der Natur

Implantate werden, ähnlich
einer Schraube, in den Kiefer
eingesetzt. Der Knochen
wächst dann fest um das
Zahimplantat, so dass nach einer
Einheilphase ein individueller Zahn-
ersatz (fest oder herausnehmbar)
verankert werden kann.

Dabei bildet das Implantat das Funda-
ment und orientiert sich an der Perfek-
tion einer Zahnwurzel – die beste Lösung
für eine optimale Lebensqualität in Funk-
tion und Ästhetik.

Ein interessanter Nebeneffekt dabei ist,
dass ein Zahimplantat ganz natürlich
dazu beiträgt, den Kieferknochen lang-
fristig zu erhalten. Dies geschieht durch
den Erhalt der physiologischen Reize,
ganz ähnlich wie bei den eigenen Zähnen.

Im Fall einer Zahnlücke vermeidet ein
Zahimplantat außerdem, gesunde Zähne
für eine Brücke beschleifen zu müs-
sen. Die Nachbarzähne bleiben ge-
sund, die Implantatkrone schließt die
Lücke.



Implantate – für eine langfristige und sichere Lebensqualität

Implantate sind seit über 40 Jahren eine
bewährte Lösung mit einer Erfolgsquote
von über 95%. Das ist auch der Grund,
warum sich immer mehr Menschen für
diese Art der Versorgung entscheiden.

Dabei bietet eine Rehabilitation mit
Hilfe von Implantaten jedem Patienten,
egal welchen Alters, eine grosse Anzahl
an Möglichkeiten, seine Kaufunktion,
Ästhetik und Sprachbildung vollum-
fänglich wieder herzustellen.

In vielen Situationen sind Zahimplantate
die bessere Lösung, um einen Zahnersatz
aus Kronen und Brücken, eine Prothese
oder eine herausnehmbare Brücke zu
befestigen. Dabei spielt es keine Rolle, ob
ein einzelner Zahn, mehrere Zähne oder
alle Zähne fehlen. Ein Beispiel für langfris-
tige und sichere Lebensqualität: Fehlen
drei und mehr Zähne nebeneinander,
kann die Zahnreihe mit Hilfe von Zahn-
implantaten wieder hergestellt werden,
ohne weitere Zähne zu schädigen oder
auf ein festes Zahngefühl verzichten zu
müssen. Dies wäre ohne Implantate nicht
möglich.

Implantate – die Digitalisierung macht den Unterschied

Auch in der Implantologie führt die
Digitalisierung schneller, einfacher und
genauer zu einem perfekten Ergebnis –
auf Wunsch und bei den entsprechen-
den Voraussetzungen auch innerhalb
eines Tages.

Gerne sprechen wir persönlich
mit Ihnen über die verschiedenen
Möglichkeiten und beantworten
gern alle Ihre Fragen zum
Zahimplantat.

Vereinbaren Sie einfach einen
unverbindlichen Beratungstermin.

zmz

zahnmedizinisches
zentrum

ZM-Z • Mersinweg 26
33100 Paderborn



Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Seniorenberatung der Stadt Paderborn

Das Seniorenbüro und die Koordinierungsstelle Rund ums Alter der Stadt Paderborn sind die zentralen Kontakt- und Beratungsstellen für alle älteren Menschen und ihre Familien. Sie unterstützt dabei, die selbständige Lebensführung bis ins hohe Alter zu fördern.

Seniorenbüro/Bürgerengagement

Frau Weigel Tel.: 88-11823

Stadtverwaltung Paderborn
Sozialamt
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

seniorenbuero@paderborn.de 

www.paderborn.de/teilhabe 

Koordinierungsstelle Rund ums Alter

Stadtverwaltung Paderborn
Sozialamt
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

rundumsalter@paderborn.de 

www.paderborn.de/teilhabe 

Frau Tröster Tel.: 88-11255

d.troester@paderborn.de 

Frau Kordtomeikel Tel.: 88-11256

n.kordtomeikel@paderborn.de 

Frau Struck Tel.: 88-11823

m.struck@paderborn.de 

Seniorenberatung des Kreis Paderborn

Seniorenbüros bieten Beratung zu Hilfsangeboten in den Gemeinden und Städten und informieren u.a. zu Möglichkeiten des freiwilligen Engagements.

Familienbeauftragte der Stadt Delbrück

Frau Köllner Tel.: 05250 996-281

Rathaus, Raum 23

Lange Str. 45

33129 Delbrück

rita.koellner@stadt-delbrueck.de 

www.stadt-delbrueck.de/de/buergerservice 

Servicestelle für Familien, Kinder, Seniorinnen und Senioren, Integration und Gesundheit Bad Lippspringe

Frau Niewöhner Tel.: 05252 26-199

Friedrich-Wilhelm-Weber-Platz 1
Raum B 08
33175 Bad Lippspringe

Carolina.Niewoehner@Bad-Lippspringe.de 

www.bad-lippspringe.de 

Öffnungszeiten:

Persönlich mit Terminvereinbarung

Mittwoch & Freitag: 08.30 h - 12.30 Uhr

Telefonisch:

Montag - Freitag: 08.30 h - 12.30 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Bad Lippspringe

Frau Grieser Tel.: 05252 53 696

..... Mobil.: 0162 177 55 49

Drosselweg 36

33175 Bad Lippspringe

www.bad-lippspringe.de 

Seniorenbeirat der Stadt Büren

Frau Schlingmann-Meier Tel.: 02951 97 02 11

Königstraße 16

Rathaus, Zim. 211

33142 Büren

info@seniorenbeirat-bueren.de 

www.seniorenbeirat-bueren.de 

Öffnungszeiten (Büro):

Dienstag: 15.00 h - 17.00 Uhr

Mittwoch: 10.00 h - 12.00 Uhr

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Seniorenbeirat der Stadt Delbrück

Herr Teschner.....Tel.: 0 52 50 93 00 69

Lange Straße 45

33129 Delbrück

seniorenbeirat@stadt-delbrueck.de 

www.seniorenbeirat-delbrueck.de 

Rentenberatung der Stadt Paderborn

Kompetente Beratung zu Fragen rund um die Rente ist wichtig. Die Rentenstelle des Sozialamtes der Stadt Paderborn kümmert sich um sämtliche Anliegen, die Sie zu Ihrer Rente haben.

Sie können verschiedene Rentenanträge stellen:

- Anträge auf Altersrente
- Anträge auf Hinterbliebenenrente (Witwen-Witwerrente, Waisenrente, Erziehungsrente)
- Anträge auf Rente wegen Erwerbsminderung
- Anträge auf Klärung des Rentenversicherungskontos (z. B. bzgl. des Versorgungsausgleichs bei Scheidung, Ergänzung der Schul- bzw. Ausbildungszeiten, Anträge auf Feststellung von Kindererziehungs- und Kinderberücksichtigungszeiten etc.)
- Rehabilitationsanträge

Stadt Paderborn – SozialamtTel.: 88-0

Am Hoppenhof 33, Gebäude C

33104 Paderborn

rente@paderborn.de 

Frau Brechmann..... Tel.: 881 1248

m.brechmann@paderborn.de 

Frau Orthaus..... Tel.: 881 1267

p.orthaus@paderborn.de 

Herr Kaup Tel.: 881 1921

g.kaup@paderborn.de 

Rentenberatungsstelle Stadt PB

Stadt PaderbornTel.: 880

rente@paderborn.de 

Öffnungszeiten

Montags, Mittwochs, Donnerstags

08.30 - 13.30 Uhr

Dienstag (mit Terminvereinbarung)

08.30 - 15.30 Uhr

Seniorenberatungsstelle Stadt PB

SeniorenbüroTel.: 88-11823

seniorenbuero@paderborn.de 

rundumsalter@paderborn.de 

www.paderborn.de/teilhabe 



Allianz 

DIE ALLIANZ
BESTAGER FINANZIERUNG:

Finanzielle Spielräume im Alter

Mit der BestAger Finanzierung der Allianz erhalten Sie finanzielle Mittel, um sich im Alter Ihre Wünsche zu erfüllen - und Ihre Immobilie gehört weiterhin Ihnen. Ich berate Sie gerne.



Tobias Köhler

Allianz Hauptvertretung

Detmolder Straße 7

33102 Paderborn

☎ 0 52 51.1 48 45 28

☎ 01 77.5 53 85 24

tobias1.koehler@allianz.de



Besuchen Sie
uns auf unserer
Homepage.

WWW.ALLIANZ-TOBIASKOEHLER.DE

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Deutsche Rentenversicherung Westfalen

Telefon:..... 10680

Terminvereinbarung:..... 52540

Servicetelefon:..... 0800 100048011

Kamp 31

33098 Paderborn

ab-paderborn@drv-westfalende 

www.deutsche-rentenversicherung-westfalen.de

Öffnungszeiten:

Montag - Mittwoch 08.00 - 13.00 Uhr

14.00 - 16.00 Uhr

Donnerstag 08.00 - 13.00 Uhr

14.00 - 18.00 Uhr

Freitag 08.00 - 13.00 Uhr

Beratung und finanzielle Leistungen im Kreis Paderborn

Altenbeken

Bahnhofstr. 5a

33184 Altenbeken

Telefon:..... 05255 1200-0

www.altenbeken.de 

Bad Lippspringe

Friedrich-Wilhelm-Weber-Platz 1

33175 Bad Lippspringe

Telefon:..... 05252 26-0

www.altenbeken.de 

Bad Wünnenberg

Poststraße 15

33181 Bad Wünnenberg

Telefon:..... 02953 709-0

www.bad-wuennenberg.de 

Borchen

Rathaus Borchen

Unter der Burg 1

33178 Borchen

Telefon:..... 05251 3888-0

www.borchen.de 

Büren

Stadtverwaltung Büren

Königstr. 16

33142 Büren

Telefon:..... 02951 9700

www.bueren.de 

Delbrück

Lange Straße 45

33129 Delbrück

Telefon:..... 05250 996-0

www.stadt-delbrueck.de 

Hövelhof

Schloßstraße 14

33161 Hövelhof

Telefon:..... 05257 50090

www.hoevelhof.de 

Lichtenau

Stadtverwaltung Lichtenau

Lange Str. 39

33165 Lichtenau

Telefon:..... 05295 890

www.lichtenau.de 

Salzkotten

Stadtverwaltung Salzkotten

Marktstr. 8

33154 Salzkotten

Telefon:..... 02951 507-0

www.salzkotten.de 

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Die Sozialhilfe

Menschen, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen oder Vermögen bestreiten können, haben Anspruch auf Sozialhilfe.

Stadt Paderborn – SozialamtTel.: 880
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

Öffnungszeiten:

Montag	08:00 - 12:30 Uhr
Mittwoch	08:00 - 12:30 Uhr
Donnerstag	14:00 - 17:00 Uhr

Kreis Paderborn – Sozialamt

Frau Bergmann Tel.: 308 - 5013
Aldegrevestraße 10 – 14
33102 Paderborn

bergmannj@kreis-paderborn.de ✉

Frau Wiesemann Tel.: 308 - 5011
Aldegrevestraße 10 – 14
33102 Paderborn

wiesemanne@kreis-paderborn.de ✉

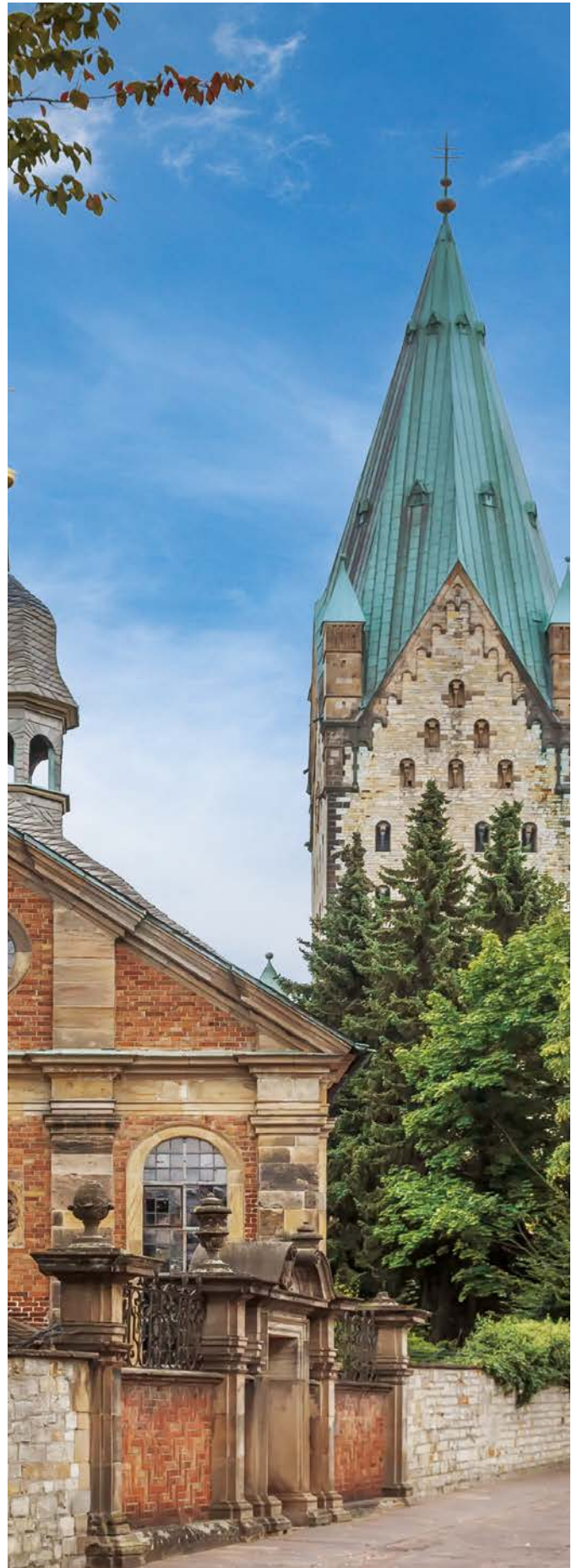
Öffnungszeiten:

Montag:	08.30–12.00 Uhr
Dienstag:	08.30–12.00 Uhr
Mittwoch:	08.30–12.00 Uhr
Donnerstag:	08.30–12.00, 14.00–18.00 Uhr
Freitag:	08.30–12.00 Uhr

Anlaufstelle für das ehrenamtliche Engagement

Hier werden Erfahrungswissen vernetzt und die vielfältigen Kompetenzen der Paderborner Bürger*innen sichtbar gemacht.

Stadt Paderborn
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn



Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

anlaufstelle.ehrenamt@paderborn.de 

www.paderborn.de/ehrenamt 

Nadine Kordtomeikel..... Tel.: 8811256

n.kordtomeikel@paderborn.de 

Dagmar Tröster..... Tel.: 8811255

d.troester@paderborn.de 

Das EFI-Programm

Erfahrungswissen für Initiativen (EFI): Die Lebenserfahrung seiner älteren Mitglieder nutzen und weitergeben ist das Ziel des EFI-Programms. Es vernetzt ältere Menschen in generationsübergreifenden Projekten und schafft Verantwortungsrollen für ältere und jüngere Menschen.

Telefon..... 88-2053

Postadresse:

Marktplatz für ehrenamtliches Engagement
c/o Stadt Paderborn
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn

Büroadresse:

Mühlenstr. 43
33098 Paderborn

info@ehrenamt-pb.de 

www.ehrenamt-pb.de 

www.paderborn.de/ehrenamt 

Öffnungszeiten:

Mittwoch 10 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung

Ausbildung zur seniorTrainer*in

Das EFI-Programm bietet für ehrenamtlich tätige Senioren*innen ein umfassendes Fortbildungsprogramm zum Einstieg.



Beratung zur Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung – Betreuungsstelle Stadt Paderborn

Beratung und Information zu betreuungsrechtlichen Angelegenheiten und zu Fragen wie:

- Vorsorgevollmacht
- Betreuungsverfügung
- Patientenverfügung

Stadt Paderborn/Betreuungsstelle
Am Hoppenhof 33, Gebäudeteil D
33104 Paderborn

Herr Kampmann..... Tel.: 05251 88-11646

d.kampmann@paderborn.de 

Frau Reinhardt..... Tel.: 05251 88-11350

s.reinhardt@paderborn.de 

Frau Welslau Tel.: 05251 88-11173

m.welslau@paderborn.de 

Beratung zur Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung – Betreuungsstelle Kreis Paderborn

Die Betreuungsstelle bietet zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung eine umfassende Beratung, sowie Beglaubigung, an.

Sozialamt
Aldegrevestraße 10-14
33102 Paderborn

Herr Amsbeck..... Tel.: 308-5044

(Büren, Bad Wünnenberg)

amsbecks@kreis-paderborn.de

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Frau Arndt..... Tel.:308-5065

(Bad Lippspringe)

arndtc@kreis-paderborn.de

Frau Fleischer..... Tel.:308-5045

(Salzkotten, Altenbeken, Lichtenau)

fleischerd@kreis-paderborn.de

Frau Pützfeld..... Tel.:308-5064

(Borchen, Delbrück, Hövelhof)

puetzfeldt@kreis-paderborn.de

Öffnungszeiten:

Montag: 08.30–12.00 Uhr

Dienstag: 08.30–12.00 Uhr

Mittwoch: 08.30–12.00 Uhr

Donnerstag: 08.30–12.00, 14.00–18.00 Uhr

Freitag: 08.30–12.00 Uhr

Pflegeberatung Kreis Paderborn

Die Pflegeberatung des Kreises Paderborn unterstützt pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörige als trägerunabhängige Anlaufstelle kostenfrei in allen Belangen der Pflegebedürftigkeit.

Pflegestützpunkt Paderborn

Beratungszentrum Alter und Pflege

Aldegrevestr. 10 – 14

33102 Paderborn

Außenstelle Bahnhofstraße 50

33102 Paderborn

Telefon:..... 308 5077

pflegeberatung@kreis-paderborn.de ✉

beratungszentrum@kreis-paderborn.de ✉

Sprechzeiten:

Montag - Freitag 08.30 - 12.00 Uhr

Donnerstag zusätzlich 14.00 - 18.00 Uhr

und nach Vereinbarung



Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Sprechstunden werden monatlich in allen Gemeinden angeboten, sowie montags bis freitags nach Terminabsprache im Beratungszentrum „Alter und Pflege“ des Kreises. **Aktuelle Termine der Pflegeberatung in den Städten und Gemeinden** finden Sie in den jeweiligen Pressemitteilungen des Kreises Paderborn:

www.kreis-paderborn.de/kreis_paderborn/aktuelles/pressemitteilungen

Zusätzliche regelmäßige Sprechstunden in den Städten und Gemeinden:

Frau Dohmann.....308-5072

Bezirke: 33104 Paderborn, 33129 Delbrück

dohmannm@kreis-paderborn.de 

- **Beratungszentrum Alter und Pflege Paderborn**

- **Rathaus Delbrück, 1. Etage**
(Besprechungsraum)
Lange Straße 45
33129 Delbrück

Sprechzeiten:

Jeden 1. Donnerstag im Monat 09.00 bis 11.00 Uhr

Frau Kröger.....308-5074

während der Sprechzeiten 3888151

Bezirke: 33161 Hövelhof, 33098 Paderborn, 33178 Borchten

kroegerc@kreis-paderborn.de 

- **Beratungszentrum Alter und Pflege Paderborn**
- **Kath. Familienzentrum Hövelhof**
Schloßstr. 12 A
33161 Hövelhof

Sprechzeiten:

Jeden letzten Dienstag im Monat 14.00 bis 16.00 Uhr

- **Rathaus Borchten**

Unter der Burg 1
33178 Borchten

Sprechzeiten:

Jeden 1. Dienstag im Monat 10.00 bis 12.00 Uhr

Frau Lope-Gonzalez308-5073

während der Sprechzeiten 120058

Bezirke: 33184 Altenbeken, 33175 Bad Lippspringe, 33106 Paderborn-Elsen

lope-gonzalezb@kreis-paderborn.de 

- **Gemeindeverwaltung**

Ortwaldstraße 2
33184 Altenbeken

Sprechzeiten:

Jeden 4. Dienstag im Monat 08.30 bis 10.30 Uhr

- **Stadtverwaltung Bad Lippspringe**

Burgstraße 12, 2. OG
33175 Bad Lippspringe

Sprechzeiten:

Jeden 2. Donnerstag im Monat 10.00 bis 12.00 Uhr



Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

- **Beratungszentrum Alter und Pflege Paderborn**
Herr Ricke.....308-5071

Bezirke: 33181 Bad Wünnenberg, 33142 Büren,
33165 Lichtenau, 33100 Paderborn, 33106
Paderborn-Wewer und Sande

rickef@kreis-paderborn.de 

- **KuGa - Kneipp und Gesundheit im Aatal**
Im Aatal 1
33181 Bad Wünnenberg

Sprechzeiten:

Jeden 4. Montag im Monat 09.00 bis 11.00 Uhr

- **Stadtverwaltung Büren**
Königstr. 16, Raum 28
33142 Büren

Sprechzeiten:

Jeden 2. Dienstag im Monat 09.00 bis 11.00
Uhr

- **Stadtverwaltung Lichtenau**
Lange Str. 39, EG Raum 20
33165 Lichtenau

Sprechzeiten:

Jeden 3. Dienstag im Monat 09.00 bis 11.00
Uhr

- **Beratungszentrum Alter und Pflege Paderborn**

Frau Wippermann.....308-5075

Bezirke: 33102 Paderborn, 33154 Salzkotten

wippermannb@kreis-paderborn.de 

- **Salinenhof**
Geseker Straße 10
33154 Salzkotten

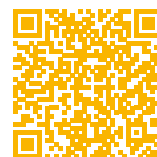
Sprechzeiten:

Jeden 1. Mittwoch im Monat 14.30 bis 16.30
Uhr

- **Beratungszentrum Alter und Pflege Paderborn**

Das umfangreiche Pflegeportal
für den Kreis Paderborn finden Sie
unter:

[www.kreis-paderborn.de/
pflegeportal](http://www.kreis-paderborn.de/pflegeportal) 



Sozialraumberatung

Die Sozialraumberatung bietet Informationen zu Alltagshilfen schon vor dem Pflegefall. Sie erhalten Informationen über lokale Angebote zur sozialen Teilhabe, zu alltagsunterstützenden Hilfen wie Entlastungs- und Betreuungsdienste oder Hauswirtschaftshilfen und zum bürgerschaftlichen Engagement. Auch begleitende Gespräche bei psychosozialen Problemen wie sozialer Vereinsamung können vermittelt werden.

**Kernstadt, West/Nord, Stadtheide, Elsen, Wewer,
Benhausen, Neuenbeken**

Caritas Beratungsstelle
Astrid Fernhomberg-Hennemann und Alla Klimenko
Bodelschwinghstraße 1-3
33100 Paderborn

Telefon:.....05251-8891401

..... 0151 62359772

koap-paderborn@caritas-pb.de 

Sprechzeiten:

Mittwoch	14.30 bis 16.00 Uhr
Freitag	10.30 bis 12.00 Uhr

Altstadt, Kernstadt Süd, Marienloh, Dahl

AWO Kreisverband Paderborn e.V.
Verena Webb

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Mehrgenerationenhaus, Leostr. 45
33098 Paderborn

Telefon.....0175 9363403

v.webb@awo-paderborn.de ✉

koap-paderborn@awo-paderborn.de 🌐

Sprechzeiten:

Mittwoch 12.00 bis 14.00 Uhr

Schloß Neuhaus

Verena Webb

Schloßstraße 4

33104 Paderborn-Schloß Neuhaus

Telefon: 0175 93663403

koap-paderborn@awo-paderborn.de ✉

Sprechzeiten:

Jeden letzten Montag im Monat 10 bis 12 Uhr
und nach tel. Vereinbarung

Kernstadt Ost, Lieth, Kaukenberg, Sennelager,
Sande

Ehemaliges Gemeindezentrum

Bettina Wessel

Auf der Lieth

Willebadessener Weg 3

33100 Paderborn

Sprechzeiten Auf der Lieth:

Donnerstag 16 bis 17.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Ehemaliges Pfarrhaus neber der Paul-Gerhard-Kirche

Bettina Wessel

Klosterweg 9

33104 Paderborn-Sennelager

Telefon: 5002-24

Telefon: 0157 77686418

koap-paderborn@diakonie-pbhx.de ✉

Warum Videospiele fit halten

Immer mehr Ältere begeistern sich für Fantasiewelten auf dem Computer oder Handy. Forscher befürworten die Spiellust.

Zu Hause am Computer oder unterwegs am Handy durch Fantasiewelten springen, rollen oder sich kämpfen: Videospiele sind heute ein fester Bestandteil unserer Gesellschaft - bei den Jüngeren, aber zunehmend auch bei Senioren. Jeder zehnte Videospieler ist laut einer aktuellen Umfrage der Gesellschaft für Konsumforschung zwischen 60 und 69 Jahre alt. Oder in anderen Zahlen: 5,1 Millionen Seniorinnen und Senioren daddeln. Die Hirnforschung gibt grünes Licht dafür: Sich in einer simulierten Umgebung zurechtfinden, die dreidimensionale Sicht und die Dinge, die man tun muss in einem Videospiel, "all das ist für das Gehirn sehr anspruchsvoll", urteilt Professor Jürgen Gallinat, Psychiater am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, im Apothekenmagazin "Senioren Ratgeber". Ob Sport- oder Strategiegame, Action oder

Abenteuer: Gaming hält den Geist wach, fördert das räumliche Vorstellungsvermögen und fordert das Gehirn ähnlich wie reale Bewegung. Möglicherweise wirkt es sogar einer Demenz entgegen - vieles spricht für Gallinat dafür. Der Hamburger Psychiater untersucht das derzeit an Testpersonen, die im Schnitt 72 Jahre alt sind und an einer Vorstufe an Alzheimer leiden. Das Ergebnis ist noch offen. (wbv/ots)



Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Sprechzeiten in Sennelager:

Donnerstag 11.00 bis 12.30 Uhr
und nach Vereinbarung

Altenbeken

Astrid Fernhomberg-Hennemann
Adenauerstraße 74
33184 Altenbeken

Telefon:.....889-2110

koap-altenbeken@caritas-pb.de 

Sprechzeiten:

Donnerstag 09.00 bis 11.00 Uhr

Bad Lippspringe

Verena Webb
Burgstraße 12, 2. OG
33175 Bad Lippspringe

Telefon:.....0175-9363403

koap-badlippspringe@awo-paderborn.de 

Sprechzeiten:

Dienstag 11.30 bis 13.30 Uhr
Mittwoch 09.00 bis 11.00 Uhr
und nach tel. Vereinbarung

Bad Wünnenberg

Haus der Caritas
Lisa Harges
Fürstenberger Straße 8
33181 Bad Wünnenberg

Telefon:.....02951-9870-0

koap-wuennenberg@caritas-bueren.de 

Sprechzeiten:

Montag 09.00 bis 11.00 Uhr

Borchen

Rathaus Borchen
Alla Klimenko
Unter der Burg 1
33178 Borchen

Telefon:.....3888151 (während der Sprechzeiten)

.....**0151-62359772** (außerhalb der Sprechzeiten)

koap-borchen@caritas-pb.de 

Sprechzeiten:

Dienstag 09.00 bis 12.00 Uhr

Büren

Stadtverwaltung Büren
Martina Menne
Königstr. 16, Raum 28
33142 Büren

Telefon:.....02951-93357-18

(außerhalb der Sprechzeiten)

koap-bueren@caritas-bueren.de 

Sprechzeiten:

Montag 09.00 bis 11.00 Uhr

Delbrück

Caritasbüro im Heimathaus
Verena Schienstock und Alla Klimenko
Kirchplatz 10
33129 Delbrück

Tel.:05250-93891-79 (während der Sprechzeit)

Tel.:0175-7153859

koap-delbrueck@caritas-pb.de 

Sprechzeiten:

Donnerstag 14.00 bis 17.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Hövelhof

Kath. Familienzentrum Johannes
Bettina Wessel
Schloßstr. 12a
33161 Hövelhof

Telefon:.....5002-24

Telefon:.....0157 77686418

koap-hoevelhof@diakonie-pbhx.de 

Sprechzeiten:

Donnerstag 14.00 bis 15.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Lichtenau

Stadtverwaltung Lichtenau

Verena Webb

Telefon:.....0175 9363403

Lange Str. 39, EG Raum 20

33165 Lichtenau

koap-lichtenau@awo-paderborn.de 

Sprechzeiten:

Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr

Salzkotten

Salinenhof (Caritasverband im Dekanat Büren e.V.)

Lisa Harges

Telefon:.....05258 9913420

Geseker Str. 10

33154 Salzkotten

Zusätzlich erreichbar außerhalb der Sprechzeiten:

koap-salzkotten@caritas-bueren.de 

Sprechzeiten:

Mittwoch 9.00 bis 11.00 Uhr

Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe

Menschen mit geringem Einkommen wird Prozesskostenhilfe gewährt. Dazu muss ein Antrag über den Anwalt seines Vertrauens oder direkt über das zuständige Gericht, nach Vorlage des Einkommensnachweises, Kostenhilfe beantragt werden.

Amtsgericht Paderborn

Telefon:.....126-0

Am Bogen 2 – 4

33098 Paderborn

Psychosoziale Beratung

Kreis Paderborn – Sozialamt

AG „Netzwerk Demenz im Kreis Paderborn“

Telefon:.....308 50 17

Aldegrevestraße 10 – 14

33102 Paderborn

Kreis Paderborn – Gesundheitsamt

Sozialpsychiatrischer Dienst

Telefon:.....308 53 60

Aldegrevestraße 10-14

33102 Paderborn

gesundheitsamt@kreis-paderborn.de 

Öffnungszeiten:

Montag - Mittwoch 8.30 bis 12.30 Uhr

14.00 bis 15.30 Uhr

Donnerstag 8.30 bis 12.30 Uhr

14.00 bis 18.00 Uhr

Freitag 8.30 bis 12.30 Uhr

Wohnraumberatung

Die Wohnberatung bietet kostenlose Beratung und Hilfe für Menschen im Paderborner Kreisgebiet, die im Alter, bei Pflegebedürftigkeit oder mit Handicaps so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben möchten. Im Stadtgebiet Paderborn nimmt diese Aufgabe die Wohnberatung des KIM Soziale Arbeit e. V. als wichtiger Kooperationspartner des Sozialamtes wahr.

KIM - Soziale Arbeit e.V.

Wohnberatung für ältere und behinderte Menschen

Detmolder Str. 5

33102 Paderborn

Telefon:.....282718

Fax:.....8729299

wohnberatung@kim-paderborn.de 

www.kim-paderborn.de/wohnberatung 

Büro-Zeiten

Montag - Donnerstag 08.00 - 16.00 Uhr

Freitag 08.00 - 14.00 Uhr

Beratung & Hilfe Kreis Paderborn

Das Paderborner Palliativnetz

Der Verein ist ein Zusammenschluss von Ärzten und Berufsgruppen, die sich der palliativmedizinischen Versorgung verpflichtet fühlen. Er steht „rund um die Uhr“ für Betroffene und Angehörige beratend zu ambulant palliativmedizinischen Versorgung zur Verfügung. Er arbeitet mit Palliativ Care Netz im Kreis Höxter und Sr. Neria Palliativnetzwerk Delbrücker Land zusammen.

Fachberatung

Telefon:..... 872030-1

fachberatung@palliativnetz-paderborn.de ✉

www.palliativnetz-paderborn.de 🌐

Bürozeiten

Montag – Donnerstag 08.00 – 15.00 Uhr

Freitag 08.00 – 13.00 Uhr

Termine nur nach Vereinbarung

Informationen zum Schwerbehindertenrecht

Kreis Paderborn – Sozialamt

Frau Becker

Telefon:..... 308 - 5050 bis 5060

Aldegrevestraße 10 – 14

33102 Paderborn

Öffnungszeiten:

Montag: 08.30–12.00 Uhr

Dienstag: 08.30–12.00 Uhr

Mittwoch: 08.30–12.00 Uhr

Donnerstag: 08.30–12.00 Uhr & 14.00–18.00 Uhr

Freitag: 08.30–12.00 Uhr

Tourist-Information Paderborn

Marienplatz 2a

33098 Paderborn

Telefon:..... 8812980

tourist-info@paderborn.de ✉

www.paderborn.de/tourismus 🌐

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag

10.00 – 17.00 Uhr

Samstag

10.00 – 16.00 Uhr

NEUROLOGISCHE KRANKENGYMNASTIK
NACH BOBATH FÜR ERWACHSENE (KG-ZNS)
MANUELLE THERAPIE
KRANKENGYMNASTIK
MANUELLE LYMPHDRAINAGE
CMD
HAUSBESUCHE AUF ÄRZTL. VERORDNUNG



SIE ERREICHEN UNS UNTER

05251 50 62 594

INFO@PHYSIOEFFEKT.DE

PHYSIOeffekt
Praxis für Physiotherapie

Weitere Therapieformen und
Hausbesuche auf Anfrage

Physioeffekt Praxis für Physiotherapie Claudia Lücke
Le-Mans-Wall 9 | 33098 Paderborn
www.physioeffekt.de

Altersgerecht umbauen oder Haus verkaufen?

Das eigene Heim zu verlassen, fällt vielen älteren Menschen schwer: Zu viele schöne Erinnerungen stecken im den Mauern, in jedem Zimmer sind Geschichten verborgen. Hier hat sich der größte Teil des Lebens abgespielt, hier sind die Kinder aufgewachsen.

Wenn Sie sich nicht von Ihrer Immobilien in Paderborn trennen möchten, sollten Sie sich dann rechtzeitig folgende Frage stellen: Wie lässt sich Ihr Haus altersgerecht bewohnen und pflegen, wenn die eigenen Kräfte nachlassen?

Altersgerecht: Hindernisse wegschaffen

Was Ihre Immobilie im Alter sozusagen unpraktisch werden lässt, ist, dass Sie Ihnen im Alltag immer mehr Hindernisse in den Weg legt. Diese gilt es zu beseitigen. Bauen Sie deshalb barrierefrei und altersgerecht um. Die wichtigsten Veränderungen hierbei sind:

- Verbreiterung von Haus- und Wohnungstüren
- Abbau von (Tür-)Schwellen: Rampen statt Stufen
- Umbau der Dusche auf Bodenniveau
- Einbau eines Treppenlifts
- Einbau von rutschfesten Böden
- Anbringung von Stütz- und Haltesystemen, z.B. Griffe oder Sitze in Dusche und Badewanne

Die Reihenfolge können Sie hierbei Ihren persönlichen Bedürfnissen anpassen.

Ab wann ist es denn altersgerecht?

Am besten ist, Sie gehen diese altersgerechten Umbauten an, solange Sie selbst noch fit und gesund sind. So haben Sie die Möglichkeit, immer in Etappen stückchenweise die Veränderungen auf altersgerecht durchzuführen – und zwar dann, wenn Sie Lust und Geld dafür haben und nicht aus einer akuten Notsituation heraus dazu gezwungen werden.

Bei dieser Vorgehensweise können Sie auch überlegen, welche Umbaumaßnahmen sinnvoll sind und welche Sie selbst leisten können bzw. welche besser von einem Experten übernommen werden müssen.

Altersgerecht: Der Wert der Immobilie

Bedenken Sie aber auch, dass der altersgerechte Umbau nicht gerade günstig ist und zu gleich nicht unbedingt eine Wertsteigerung Ihrer Immobilie bedeutet.

Sollte der altersgerechte Umbau Ihrer Immobilie also nicht möglich oder sinnvoll sein, oder Ihre Rücklagen angreifen, ist der Verkauf Ihrer Immobilie der bessere Weg. Das kann Ihnen genügend Geld für eine Wohnung ohne Barrieren und darüber hinaus weiteres Geld einbringen, um in der Rente sorgenfrei leben zu können. Statt den riesigen Garten zu pflegen und sämtliche Zimmer zu putzen, haben Sie dann Zeit für die Dinge im Leben, die Ihnen leichter fallen.

Altersgerecht Umbauen oder Verkaufen? Diese Entscheidung ist oft eine Herzensangelegenheit und deshalb nicht leicht zu treffen. Wir zeigen Ihnen für beide Wege Ihre Möglichkeiten auf.

Altersgerechter Umbau vs. Umzug

Der richtige Zeitpunkt, über einen Verkauf nachzudenken, ist dann gekommen, wenn Ihnen an Ihrer Immobilie alles zu viel wird: Zwei oder mehr Etagen sind zu viel, die Gartenarbeit und das Putzen sind zu viel, die Treppenstufen werden gefühlt auch jeden Tag mehr. Und viele Zimmer werden eigentlich gar nicht mehr betreten.

Das trifft auf Sie zu? Dann passt – kurz gesagt – Ihre Immobilie nicht mehr zu Ihren Anforderungen an eine Wohnsituation. Und genau an dieser Stellschraube sollten Sie drehen. Ich berate Sie gerne, welcher Immobilien-Typ zu Ihnen passt.

Für wen Ihre Immobilie passt

Das eigene Haus in Paderborn und Umgebung zu verkaufen, ist derzeit nicht so schwierig. Wichtig ist nur, dass Sie sich von vornherein bewusst machen, welche Zielgruppe sich für Ihre Immobilie eignet: Das sind meist junge Familien mit Nachwuchs, die mehr Zimmer brauchen und sich auch einen Garten für die Kinder zum Spielen wünschen.

Kommt es zu Besichtigungsterminen ist es ratsam, dass Sie Ihre eigene Vergangenheit und Ihre Erlebnisse in dieser Immobilie zurückstellen und

den jungen Interessenten Platz machen, für Ihre eigenen Vorstellungen von einem Leben in diesen vier Wänden.

So kann Ihre Immobilie einer neuen Familie eine Zukunft schenken – und Sie wiederum können sich etwas Neues in Paderborn suchen, ganz ohne

Barrieren und welches altersgerecht zu Ihnen passt. Möchten Sie wissen, ob sich ein altersgerechter Umbau Ihrer Immobilie lohnt oder wie Sie den Verkauf Ihrer Immobilie angehen sollen? Kontaktieren Sie uns unter mario.knaup@remax.de. – Wir beraten Sie gern.



**WOHNEN
IM ALTER.**



RATGEBER LESEN

www.remax-paderborn.de/de/ratgeber/wohnen-im-alter

Frühzeitig ans Alter denken

Es gibt mehrere Modelle, wie man im Alter komfortabel wohnen kann. Man kann beispielsweise die vier Wände umbauen, in eine Wohnung ziehen oder Teile des Eigenheims vermieten. Wichtig ist, sich frühzeitig mit diesen Veränderungen zu befassen.

Egal ob in Paderborn oder anderswo: Viele ältere Menschen stehen vor der Frage, wie sie ihren Lebensabend verbringen wollen. Möchten sie möglichst lange im Eigenheim leben und ihre vier Wände angenehmer gestalten, indem sie einige Umbauten vornehmen, die ihre Immobilie barrierefrei machen? Oder wollen sie lieber ihr Einfamilienhaus verkaufen und stattdessen in eine barrierefreie Etagenwohnung mit Aufzug ziehen? Denn oft ist das Eigenheim nach dem Auszug der Kinder zu groß, Umbauten zu kostspielig und der Garten zu arbeitsintensiv. Nicht wenige suchen auch eine neue Bleibe in der Nähe ihrer Kinder, um mehr Kontakt zu ihren Enkeln zu haben.

Experten helfen bei der Planung

Egal wie die Wahl ausfällt, sie sollte wohlüberlegt sein. „Außerdem sollten sie Experten wie Architekten, Statiker und Handwerker hinzuziehen“, rät Mario Knaup, Geschäftsführer von RE/MAX Immobilien in Paderborn. Bei ihm gehört die Beratung älterer Menschen in Immobilienfragen inzwischen zum Alltag.

Als Makler taxiert er den Wert der Immobilie und unterstützt ebenso beim Verkauf der bisherigen Immobilie wie bei der Suche nach einem neuen Domizil. Architekten planen Anpassungen mit weniger Barrieren, Stolperfallen und Stufen und kalkulieren die Kosten. Die Profis kennen sich zudem mit den Fördermitteln für solche Vorhaben aus. „Zu bedenken ist, dass bei einem größeren Umbau einer Bestandsimmobilie unter Umständen zusätzliche energetische Maßnahmen realisiert werden müssen. Das sieht die Energieeinsparverordnung so vor“, erläutert Mario Knaup.

Entscheidungen werden oft aufgeschoben

Leider schieben viele Ältere Entscheidungen zu ihrer künftigen Wohnsituation auf, oft weil sie sich nur ungern mit dem Altern und ihren schwindenden Kräften befassen möchten. „Das ist nachvollziehbar. Allerdings müssen die Entscheidungen dann oft kurzfristig getroffen werden“, warnt Mario Knaup. Wenn einer der beiden Ehepartner beispielsweise nach einem Sturz, Unfall oder Schlaganfall plötzlich in seiner Mobilität eingeschränkt ist, wird das Thema Wohnen neu definiert. Solche unter Zeitdruck gefällten Veränderungen sind nicht unbedingt die besten.

Barrierefreier Umbau mit Mehrwert

Möglicherweise kann ein barrierefreier Umbau mit anderen Maßnahmen, wie einer Gebäudedämmung oder dem Fensteraustausch verknüpft werden. „Das steigert zudem den Immobilienwert.“, ergänzt Mario Knaup. Entscheidend sind altersgerechte Anpassungen in Küche und Bad sowie barrierearme beziehungsweise -freie Wege. Dazu zählen die Übergänge von der Terrasse in die Wohnung oder der Zugang zum Haus. Türen sollten mindestens 90 Zentimeter breit sein, Flure 1,50 Meter, wie die Plattform Nullbarriere.de rät.

Eventuell sind hierfür Grundriss-Änderungen nötig: Küche und Bad lassen sich eventuell vergrößern, wenn dem Wohnzimmer einige Quadratmeter abgezackt werden. Die Modernisierer sollten überlegen, Bewegungsmelder am Bett, im Flur und im Bad anzubringen. Auch Investitionen in den Einbruchschutz sind sinnvoll.

Wohnung abtrennen und vermieten

Manchmal kann beim Einfamilienhaus eine separate

Wohnung abgetrennt werden, häufig im ersten Stock. Soll diese vermietet werden, müssen die Räume abgeschlossen sein, über ein Bad verfügen sowie die Möglichkeit bieten, eine Kochgelegenheit beziehungsweise Küche einzubauen. Auch Ausgaben für Heizung, Strom, Warmwasser müssen separat erfassbar sein. Hierfür sind zumeist größere bauliche Eingriffe nötig. „Zudem sollte man sich überlegen, ob man mit einer weiteren Partei unter einem Dach leben und sich künftig um Mietersuche, Nebenkostenabrechnung etc. kümmern möchte“,



gibt Mario Knaup zu bedenken.

Wer das Eigenheim verkaufen und stattdessen eine Wohnung mieten oder kaufen will, sollte ein Auge auf Neubauprojekte haben. Bei diesen sind die Wohnungen oftmals schwellenarm angelegt, außerdem verfügen sie größtenteils über Aufzüge. Häufig können beim Erwerb einer Eigentumswohnung Sonderwünsche berücksichtigt werden, je nachdem in welcher Bauphase sich das Projekt befindet.

Bei weiteren Fragen zu barrierefreien Umbauten oder dem Verkauf ihrer Immobilie wenden Sie sich gerne an RE/MAX Immobilien in Paderborn, Telefon: 05251 699899 E-Mail: immoservice-paderborn@remax.de. Auf www.remax-paderborn.de bietet er außerdem den kompakten kostenlosen Ratgeber „Wohnen im Alter“ an.



Pflegeservice zu Hause

Das Rund-um-Paket aus einer Hand:

- Hausnotruf
- Betreuungsangebote / Begleitdienste
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Häusliche Krankenpflege
- Seniorenwohngemeinschaft
- **AWO-TOURS** Seniorenreisen

Sprechen Sie uns an! Tel.: 05252-51782

Weitere Anlaufstellen

Kurberatung für pflegende Angehörige

In einer Kur für pflegende Angehörige können Sie Kraft tanken, um anschließend gestärkt in den Pflegealltag zurückzukehren.

AWO Kreisverband Paderborn e.V.

Leostr. 45

33098 Paderborn

AnsprechpartnerIN: Astrid Luthmann

Telefon: 2906614

a.luthmann@awo-paderborn.de 

Terminvereinbarung notwendig

Caritas-Information und Beratung

Grube 1

33098 Paderborn

Ansprechpartnerin: Sabine Lohmann

Telefon:..... 889 128 1

sabine.lohmann@caritas-pb.de

Ansprechpartnerin: Ursula Bökmann

Telefon:..... 889 1283

ursula.boekmann@caritas-pb.de 

Sprechzeiten

Dienstag: 8.30 Uhr - 16.00 Uhr

Donnerstag: 8.30 Uhr - 16.00 Uhr

Termin nach Absprache

Ansprechpartnerin: Sabine Burkhardt-Kropp

Telefon:..... 889 2102

pflegeberatung@caritas-pb.de 

Sprechzeiten

Donnerstag: 16.00 Uhr - 18.00 Uhr

Termin nach Absprache

Caritasverband im Dekanat Büren e.V. -

Beratungsstelle

Ansprechpartnerin: Maria Feldkamp

Telefon:.....02951 - 933 572 0

Briloner Straße

33142 Büren

maria.feldkamp@caritas-bueren.de 

Telefonseelsorge

**Telefonseelsorge der Evangelischen und
Katholischen Kirche**

Rund um die UhrTel.: 0800 111 0 111

.....oder 0800 111 0 222

Schuldnerberatung

Ev. Kirchengemeinde.....Tel.: 5 40 18 48

Detmolder Straße 173

33175 Bad Lippspringe

www.diakonie-pbhx.de 

Zeitspende

Projektbüro in der Mühlenstraße 43

33098 Paderborn

Telefon:.....8811320

info@zeitspende-paderborn.de 

www.zeitspende-paderborn.de 

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag

10.00 – 17.00 Uhr

Samstag

10.00 – 16.00 Uhr

Selbsthilfe-Kontaktstelle

Telefon:..... 8782960

Bleichstraße 39 a

33102 Paderborn

www.selbsthilfe-paderborn.de 

Hilfe im Alltag

Die Herausforderungen des Alltags möglichst selbständig bis ins hohe Alter in der gewohnten Umgebung bewältigen zu können ist der Wunsch vieler älterer Menschen. Unterstützung bei den alltäglichen Dingen bieten neben Familie, Freunden und Nachbarn auch professionelle Dienste.

Mahlzeitendienste

Der Johanniter Menüservice

Telefon..... 0521 29 90 96 80

menueservice-johanniter@apetito.de 

www.ihr-menueservice.de/juh/juh-bielefeld 

www.apetito.de 

Essen auf Rädern - St. Elisabeth Pflegen und Wohnen

Telefon..... 150 91 47

Tegelweg 17

33102 Paderborn

Essen auf Rädern – Seniorenzentrum Altenbeken

Telefon:..... 05255 9 33 90

Schützenweg 1

33184 Altenbeken

Essen auf Rädern - Deutsches Rotes Kreuz Ortsverein Bad Lippspringe

Telefon..... 05252 4717

Detmolder Straße 175

33175 Bad Lippspringe

Essen auf Rädern - Caritasverband im Dekanat Büren e.V.

Telefon..... 02951 93 27 98

Eringerfelder Straße 1

33142 Büren

Essen auf Rädern – Meyer Menü

Telefon..... 02951 98420

Westring 14

33142 Büren

Essen auf Rädern - Caritas Sozialstation

Telefon..... 05250 7448

Lohmannstraße 13

33129 Delbrück

Essen auf Rädern - Mobiles Menü Wohnpark Schrieweshof

Telefon..... 05254 663810

Von-Ketteler-Straße 14

33106 Paderborn

Frühstücksdienst Morgengold

Telefon..... 05031 9746412

Im Schlinge 57

33106 Paderborn

Kaffee und Kuchen Stiftung Westphalenhof

Telefon..... 2008-67

Giersstraße 1

33098 Paderborn

Landhausküche von apetito. Mit Liebe gekocht!

Telefon..... 0521 93 45 96 17

info@landhaus-kueche.de 

www.landhaus-kueche.de 

Malteser Menüservice

Telefon..... 0800 30 20 10 3

jens.sander@malteser.org 

www.malteser.de/menueservice 

Mittagstisch & Frühstücksbüffet Stiftung Westphalenhof

Telefon..... 2008-67

Giersstraße 1

33098 Paderborn

Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren aus Neuenbeken

Hilfe im Alltag

Telefon.....05253 9650-156
Alte Amtsstraße 64
33100 Paderborn

<https://wedde.bio> 
liefersdienst@wedde.bio 

Offener Mittagstisch im Seniorenzentrum St. Bruno
Telefon.....05254 99 34-0
Memelstraße 18
33104 Paderborn

Paderborn bringt`s... - Lieferdienste für Stadt und Kreis - Verbraucherzentrale
Telefon..... 68349-05
Grunigerstraße 2
33102 Paderborn

Venio Lu's Bioküche / vegetarische Vollwertküche
Telefon.....1807981
Löherstraße 2
33102 Paderborn
Lu.feller@web.de 
www.lus-biokueche.de 

Einkaufsservice

Einkaufsservice DRK Kreisverband Paderborn e.V.
Telefon.....05251 13 0 93 0
Lohmannstraße 13
33129 Delbrück

Team Kolibri Einkaufsservice
Telefon..... 8784 894
Vattmannstraße 8
33100 Paderborn

Wochenmarkt 24 Lieferservice
www.wochenmarkt24.de 

Wedde Bio Lieferservice
Telefon..... 544 89-10

Nachbarschaftshilfe

Nachbarschaftshilfeverein Salzkotten e. V. - Hederpark

Telefon.....05258 940686
Am Wallgraben 33
33154 Salzkotten
<https://nachbarschaftshilfeverein-salzkotten.de> 

Nachbarschaftshilfe Marienloh

Telefon..... 0157 51 96 49 84
nachbarschaftshilfe@marienloh.de 
www.marienloh.de/nachbarschaftshilfe 

Nachbarschaftshilfe Neuenbeken

Telefon..... 0157 51 96 49 84
Am Wallgraben 33
33154 Salzkotten
nachbarschaftshilfe@marienloh.de 
www.marienloh.de/nachbarschaftshilfe 

Marktplatz für ehrenamtliches Engagement in Paderborn

Telefon.....88-12053
c/o Stadt Paderborn
Am Hoppenhof 33
33104 Paderborn
www.ehrenamt-pb.de 
info@ehrenamt-pb.de 

Paderborner Senioreninitiative e.V.

Telefon..... 6836998
Grunigerstraße 5
33102 Paderborn
www.psi-ev.de 



Hin und weg mit Bus und Bahn!

Die Fahrt im Nahverkehr zur Landesgartenschau Höxter und zurück ist im Ticket inbegriffen.

Tageskarten sind in der „fahr mit“ - **mobit**hek in Paderborn erhältlich.

www.landesgartenschau-hoexter.de
www.fahr-mit.de

Hilfe im Alltag

Paderborner Taschengeldbörse

Obulus

Obulus vermittelt Schülerinnen und Schüler im Alter von 14-18 Jahren für leichte Tätigkeiten in Haus und Garten an Paderborner Privathaushalte. Sie dient der Förderung des sozialen Engagements von Jugendlichen.

Telefon:.....88 1 1671
Rathausplatz 1
33098 Paderborn

Taschengeldbörse - dasnez

Telefon:.....05252 26151
Friedrich-Wilhelm-Weber-Platz 1
33175 Bad Lippspringe

Notrufdienste

Caritas Hausnotruf - Mobiler Ruf

Telefon:..... 88 92 040
Ansprechpartner: Herr Karsten Hentschel
Ansprechpartner: Herr Marc Weggen

Deutsches Rotes Kreuz

Telefon:..... 13 09 30
24 Stunden erreichbar
Ansprechpartnerin: Frau Birgitt Arens

Hausnotrufdienst der Johanniter

24 Stunden erreichbar
Telefon:89 77 70
Information:
Herr Mummert
Telefon:29 90 96 80

Notrufservice Cardia

Hilfe im Alltag

Telefon: 93 07 07

Service rund um die Uhr

Arminiusstraße 22 a

33175 Bad Lippspringe

Malteser Hilfsdienst e. V.

Telefon: 15 850

Hausnotruf, Mobiler Notruf, eigener

Bereitschaftsdienst

33102 Paderborn

Netzwerk Osteoporose e.V.

Telefon: 280586 oder 21120

Ludwigstraße 22

33098 Paderborn

Pflege-Cafe – offener Treff für pflegende Angehörige

Telefon: 3902201

Bleichstraße 39 a

33102 Paderborn

Selbsthilfe

Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e.V. – Paderborn

Telefon: 0201 82797-736

Reumontstraße 32

33102 Paderborn

DRK Begegnungszentrum in Hövelhof

Telefon: 05257-50 64 305

Bahnhofstraße 30

33161 Hövelhof

Selbsthilfe – Kontaktstelle

Telefon: 87 82 960

Bleichstraße 39 a

33102 Paderborn

Schlaganfallselbsthilfegruppe Paderborn

Telefon: 05252 5841

Neuhäuser Kirchstraße 3

33104 Paderborn

Schlaganfallselbsthilfegruppe Hövelhof

Telefon: 05252 5841

Ferdinandstraße 7

33161 Hövelhof

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Telefon: 3902201

Bleichstraße 39 a

Fahr- und Begleitdienste



Unser Angebot für Sie Mannibest - IT-Service

- Beratung und Verkauf
- Überprüfung und Reparatur
- Vor-Ort-Service
- IT Sicherheitsberatung
- Website erstellung und Betreuung
- Domain und Website Betreuung
- IT Schulungen und Unterweisungen

...wir helfen Ihnen bei allen fragen zu Computern und Notebooks zu günstigen Preisen in Ihrer nähe

Ein Angebot der Mannibest GmbH | An der Talle 97 | 33102 Paderborn



05252/940600
www.mannibest.de/it
An der Talle 97, 33102 Paderborn

Hilfe im Alltag

Auto Bachem

Telefon:.....05258 93 11 39

Geseker Straße 45

33154 Salzkotten

Deutsches Rotes Kreuz – Behindertentransport und - Fahrdienst

Telefon.....130 93 10

Neuhäuser Straße 64

33102 Paderborn

Johanniter Fahrdienst

Telefon:.....89 770

Wollmarktstraße 101

33098 Paderborn

Janotta Christian Taxiunternehmen

Telefon:.....77 82 66

Finkenweg 33

33106 Paderborn

Malteser Fahrdienst

Telefon.....15 85 10

Dessauer Straße 14 b

33106 Paderborn

Personenbeförderung Portobello/Jonda

Telefon:.....05254 93 40 40

Flughafenstraße 33

33142 Büren

Taxi Silcock

Telefon:.....05250 99 79 99

Lange Straße 71

33129 Delbrück

Taxi Simon

Telefon:.....05257 99 99 00

Allee 45

33161 Hövelhof

Taxi und Omnibus Kückelheim

Telefon:.....05258 94 00 94

Zollweg 16

33154 Salzkotten

WASCHMASCHINE defekt? GESCHIRRSPÜLER streikt?



KRIX Hausgeräte
Technik

Reparatur und Verkauf
von Haushaltsgeräten aller Marken

05251 28 29 80

Leostraße 41 • 33098 Paderborn
(direkt neben dem Capitol)

An der Burg 10 • 33154 Salzkotten
(direkt bei Richter ElektroCom)

www.krix-technik.de
info@krix-technik.de



JAN – Jung und Alt im Netz

Mit dem Computerprojekt JAN – Jung und Alt im Netz möchte unser Verein generationsübergreifend Menschen zusammenbringen, um miteinander und voneinander zu lernen.

www.pb-ost.de/jan-jung-und-alt-im-netz

Der Hörakustiker

Hörsysteme Häusler mobil – für Sie unterwegs

Der Mobile Service der Hörakustiker richtet sich

Hilfe im Alltag

Aktive Nachbarschaftshilfe

Wie Alleinstehende dank Hausnotrufsystem wieder Teil der Gemeinschaft werden

Gerade im Alltag von alleinlebenden, älteren Personen gibt es immer einen Zeitpunkt, an dem konkrete Hilfe wichtig ist. Hier kommen Hausnotrufsysteme wie das von Vitakt zum Einsatz. Einige eingehende Notrufe sind allerdings nicht auf medizinisch-pflegerische Gründe zurückzuführen; vielmehr geht es oft darum, dass ein Ratschlag, ein Zuhörer oder praktische Unterstützung benötigt werden. Angebote solcher Art sind heutzutage schnell und einfach im Internet zu finden. Da ein großer Anteil der älteren Generation jedoch keinen Zugang dazu hat, bleibt ihnen diese Möglichkeit zunächst verwehrt. Aus diesem Grund hat Vitakt mit dem Nachbarschaftsnetzwerk nebenan.de ein integratives Konzept erarbeitet. Gemeinsam möchten sie die Brücke vom Analogen zum Digitalen schlagen, so für Gesuche älterer Personen einen Platz anbieten, sie vor allem in die soziale Gemeinschaft einbinden und die Nachbarschaften aktiv beleben. Wie funktioniert die unkomplizierte Nachbarschaftshilfe? Über den Sender übermitteln die Vitakt-Kunden ihren Unterstützungsbedarf an die Vitakt-Serviceleitstelle. Diese leitet die Anfrage an nebenan.de weiter, wo ein verifizierter Nachbarschaftshelfer über die Datenbank der Plattform ermittelt wird. Hier gibt es viele, die ein nachbarschaftliches Miteinander praktizieren und jedem mit Hilfsbereitschaft

gegenüberstehen. Die Kooperation von Vitakt und nebenan.de ermöglicht so, dass der Einsamkeit vieler Menschen entgegengetreten wird und sich insbesondere ältere Alleinlebende wieder als Teil einer Gemeinschaft fühlen können. Mehr Informationen zu der aktiven Nachbarschaftshilfe gibt es unter www.vitakt.com. (epr)



CARDIA
PFLEGETEAM FLICK GmbH

Qualität, Menschlichkeit, Vertrauen.



QUALITÄT
statt pflegerisches Einerlei

MENSCHLICHKEIT
statt Minutenpflege

VERTRAUEN
statt ausgeliefert zu sein

PADERBORN:
Greifswalder Str. 9
33106 Paderborn
0 52 51 / 87 37 97

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. bis Fr.: 08:00 - 15:00 Uhr
und nach Vereinbarung

BAD LIPPSPRINGE:
Arminiusstr. 22a
33175 Bad Lippspringe
0 52 52 / 93 07 07

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo., Mi., Fr.: 08:00 - 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung

info@cardia.de
www.pflegeteam-flick.de

Wir freuen uns auf Sie!

Hilfe im Alltag

an Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht in eines der Fachgeschäfte kommen können. Sowohl eine persönliche Beratung zu Hörlösungen, ein kostenloser Hörtest als auch die Überprüfung der Einstellung der Hörgeräte können bequem vor Ort durchgeführt werden.

Frau Kuczmera – Hörakustikerin

Service- und Terminvereinbarung: **0176-1033 6037**
Mo - Fr **09.00 - 18.00 Uhr**

Amplifon Hörgeräte Paderborn

Telefon:..... **22 280**
Schildern 17
33098 Paderborn

GEERS Hörgeräte

Telefon:..... **10 480**
Markt 15, Am Dom
33098 Paderborn

Telefon:..... **05254 64 850 53**
Von-Ketteler-Straße 45
33106 Paderborn

Hörakustik Vollbach

Telefon:..... **274 80**
Riemekestraße 12
33102 Paderborn

Hörakustik Vollbach im Gesundheitszentrum MediCo

Telefon:..... **142 36 07**
Husener Str. 48
33098 Paderborn

KIND Hörgeräte Paderborn

Telefon: **70 99 860**
Rosenstraße 5
33098 Paderborn

Löhr Akustik

Telefon:..... **87 91 722**
Grube 11
33098 Paderborn

Sanitätshaus/Rehatechnik

Becker & Deßler

Telefon:..... **17760**
Borchener Straße 10
33098 Paderborn

Büscher Sanitätshaus & Rehatechnik

Telefon:..... **17760**
Detmolder Straße 10

ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation

Reha am Wohnort

Orthopädie . Neurologie

Ganztägig ambulante Rehabilitation

Nachsorgeprogramme im Anschluss an die Reha

EAP Erweiterte ambulante Physiotherapie

Behandlungen auf Rezept in unseren Praxen
für Physio- und Ergotherapie, Logopädie
und Ernährungsberatung/-therapie

Präventionsprogramme



ZAR Paderborn

Husener Str. 48 . 33098 Paderborn
Tel. 05251. 872 16-0 . info@zar-paderborn.de
zar-paderborn.de

Reha-Sprechstunde jeden
Donnerstag um 14.00 Uhr








Lebensfreude trotz Amputation - Spezialist für Arm- & Beinprothetik

Wir nehmen uns die Zeit, Sie und Ihre individuellen Bedürfnisse und Anforderungen genau kennenzulernen.

In erfahrener Handarbeit formen wir für Sie den idealen Schaft und finden gemeinsam das Passteil, das am besten zu Ihren Wünschen passt.



APT Ostwestfalen · Am Vorderflöß 44
33175 Bad Lippspringe
Telefon: (0) 5252 9154609
ostwestfalen@apt-prothesen.de
www.apt-ostwestfalen.de

QR-Code scannen
und mehr erfahren!



#gemeinsamweitergehen

Hilfe im Alltag

33098 Paderborn

Müller und Festerling GmbH

Telefon.....779890
Friedrich-List-Straße 39
33100 Paderborn

Sanitätshaus Bernard Brinkmann GmbH

Telefon:.....52080
Eggertstraße 26
33100 Paderborn

Tafel und Speisekammer

Tafel Paderborn e.V.Tel.: 0525187 90 760
.....Mobil: 0170 313 86 83

Bayernweg 58

33102 Paderborn

Ausgabestellen der Tafel Paderborn e.V.:

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Bayernweg 58,
33102 Paderborn

Montag bis Freitag 15:00 - 16:00 Uhr
Samstag 12:30 bis 13:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Wewer,
Delbrücker Weg 56

Montag 14:30 bis 16:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle St. Hedwig,

Josef Spiegel Platz 7, 33100 Paderborn

Montag 14:00 - 15:30 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Bad Lippspringe,
Martinstr. 22

Dienstag 13:30 bis 14:30 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Altenbeken,
Katholisches Pfarrheim, Kuhlbornstrasse 3

Mittwoch 14:00 bis 15:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle AWO, Leostr.
45, 33098 Paderborn

Donnerstag 13:00 bis 15:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Schwabenweg
59, 33102 Paderborn

Donnerstag 11:00 - 13:00 Uhr

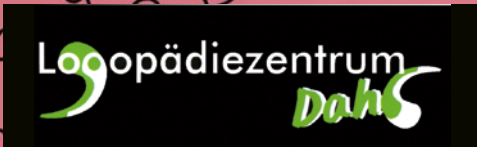
Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Evangelische
Kirchengemeinde, Am Abdinghof 5, Paul Gerhard
Haus, 33098 Paderborn

Freitag 13:30 - 15:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Dionysiushaus
Elsen, von-Ketteler Str. 38, 33106 Elsen

Freitag 15:00 - 16:00 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Kath.
Pfarrgemeinde, St. Heinrich u. Kunigunde,



Logopädiezentrum Dahl

- Stimmstörungen
- Störungen des Redeflusses
- Aphasien
- Dysarthrien
- Sprechapraxien
- Schluckstörungen
- Alzheimer-Krankheit
- Parkinson-Syndrom

Marina Lieke
Im Sudahl 11
33100 Paderborn

Tel.: 05293 931 99 66
Fax: 05293 931 90 63

info@logo-dahl.de
www.logo-dahl.de

Öffnungszeiten
Montag - Freitag
08:00 - 18:00

Hilfe im Alltag

Pfarrheim "Roncalli-Haus" Neuhäuser Kirchstraße 3
33100 Schloß-Neuhaus

Samstag 11:00 - 13:30 Uhr

Tafel Paderborn e.V. Ausgabestelle Evangelische
Kirchengemeinde, Schloß Neuhaus - Bezirk
Sennelager-Sande, Klosterweg 9, 33104
Sennelager

Samstag 13:00 - 14:00 Uhr

Ausgabestelle Tafel der Franziskanerinnen

Telefon:.....05258 98 86 37

Arnikaweg 46
33100 Paderborn

Salzkotten während der Servicezeiten montags
bis freitags von 8.00 bis 12.00 Uhr, montags und
dienstags von 14.00 bis 16.00 Uhr und donnerstags
von 14.00 bis 18.00 Uhr bei Herrn Freise im
Büro 50 beantragt werden. Mitzubringen ist der
Leistungsbescheid über SGB II, XII oder nach dem
Asylbewerberleistungsgesetz.

Speisenkammer Caritasverband Dekanat Lichtenau

Telefon:.....02951 98 70 36

Lange Str. 16
33165 Lichtenau

Öffnungszeiten:

Montag 17:00 Uhr
Mittwoch-Freitag 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr

**Speisenkammer Caritasverband Dekanat Bad
Wünnenberg**

Telefon:..... 02953 18 76

Schäfer Str. 20
33181 Bad Wünnenberg

Öffnungszeiten:

Ausgabe: Jeden 1. Und 3. Donnerstag im Monat von
10:00 bis 12:00 Uhr
Annahme: Jeden 1. Montag im Monat von **15:00 bis
17:00 Uhr**

Kleiderstube

AWO Charity-Shop

Uhlenstr. 2
33098 Paderborn

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag 14:00 - 18:00 Uhr
Samstag 11:00 - 16:00 Uhr

Speisenkammer Caritasverband Dekanat Büren

Telefon:.....02951 93 41 49

Briloner Str. 5
33142 Büren

Öffnungszeiten:

Dienstag 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Speisenkammer Caritasverband Dekanat Salzkotten

Telefon:.....02951 98 70 36

Briloner Str. 5
33142 Büren

Öffnungszeiten:

Berechtigungsscheine können im Rathaus der Stadt

Caritas-Kleiderstube

Katholische Grundschule Concordia
Triftstraße 5
33175 Bad Lippspringe
Keller-Eingang Waldstraße

Kleiderannahme:

Montag 17.00 - 18.00 Uhr

Kleiderausgabe:

Jeden 1. und 3. Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr

DRK Kleiderstübchen Paderborn

Telefon:..... 130930

Hilfe im Alltag

Neuhäuser Straße 62-64
33102 Paderborn

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag 11.00 - 17.00 Uhr
Freitag 11.00 - 15.00 Uhr

DRK Kreisverband Paderborn e.V. - Sozialkaufhaus
Lieblingsstücke

Telefon:..... 01522 4543340

Friedrich-List-Str. 23
33100 Paderborn

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 10.00 - 17.00 Uhr
Samstag 10.00 - 14.00 Uhr

DRK-Kleiderladen "TragBar"

Telefon:..... 01517 4257340

Von-der-Recke-Straße 1
33161 Hövelhof

Öffnungszeiten

Donnerstag & Freitag 14:00h - 17:00 Uhr
Samstag 10:00h - 13.00 Uhr

SKM Soziales Kaufhaus

Telefon:..... 13 16 - 22

Kapellenstraße 6
33102 Paderborn

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 08.30 - 15.00 Uhr
Mittwoch 13.00 - 17.00 Uhr

t|raumland Paderborn

Telefon:..... 05252 98937-0

Evangelische Perthes Stiftung
An der Talle 93
33102 Paderborn



Schön in
Form

EVA M.
Wäscheträume

Wir führen tolle Dessous und formschöne Miederware in vielen Farben und Formen.

Anita
SINCE 1886

Einmalig in Ihrer Nähe!

Eva M. Wäscheträume
Gesselner Straße 1
33106 Paderborn-Elsen
tel.: 0 52 54-95 33 77
www.eva-m-waesche.de

Modelbeispiel

f i

Straßenverkehrsamt Paderborn

Straßenverkehrsamt

Telefon:..... 05251 308 36 99

An der Talle 7
33102 Paderborn

www.kreis-paderborn.de

zulassungsstelle@kreis-paderborn.de

Aktuell werden Termine nur nach Vereinbarung durchgeführt. Sämtliche Zahlungen sind nur mit der EC oder Kreditkarte möglich!

Haushaltshilfe & Betreuung

Hausnotruf

Das Risiko eines Sturzes oder Unfalls Zuhause erhöht sich für ältere Menschen. Sollten sie alleine leben, liefert im Notfall der Hausnotruf eine schnelle Hilfe. Es reicht ein Knopfdruck, um einen Notruf auszulösen - ohne langes Suchen nach dem Telefon.

Caritasverband Paderborn e.V. Hausnotruf

Telefon..... 8892040

www.caritas-pb.de/pflege-gesundheit-beratung/beratung-unterstuetzung/hausnotrufzentrale 

Johanniter Hausnotruf

Telefon.....0800 3233800

www.johanniter.de/dienste-leistungen/pflege-und-begleitung/notrufsysteme/hausnotruf 

Malteser Hausnotruf

Telefon.....0800 99 66 008

www.malteser.de/hausnotruf 

Haushaltshilfe & Betreuungsdienste

Alltagsengel mit Herz

Telefon.....0170 844 57 46

Heistermannweg 48
33184 Altenbeken

Alltagshilfe – Einzelbetreuung Delbrück

Telefon.....0178 962 74 29

Detmolder Straße 22
33129 Delbrück

Ann´s Betreuungsdienst

Telefon.....0162 95 24 89

Goerdeler Straße 2 a
33129 Delbrück

Aricare Betreuung

Telefon..... 05254 9379669

Marienloher Straße 54
33104 Paderborn

Betreuungsangebote und hauswirtschaftliche Tätigkeiten - Rita Budde

Telefon.....0171 90 40 918

Auf der Bleiche 30 a
33129 Delbrück

Betreuungsservice Zuhause

Telefon..... 05252 93 94 705

Detmolder Straße 144
33175 Bad Lippspringe

Cindy's Haushaltsservice

Telefon.....0173 8096469

Nachtigallenweg 10
33154 Salzkotten

Diakoniestation St. Johannisstift GmbH – Gesellschaft erleben an der Paderau

Telefon.....2050820

Fürstenweg 10
33102 Paderborn

Betreuungsdienst Fischer GmbH i.G.

Telefon.....0178 2311172

Am Heilandsfrieden 7
33104 Paderborn

Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld - Wohnen für Behinderte gGmbH FuD Königstraße

Telefon..... 682420

Königstraße 60
33098 Paderborn

Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld – Aktivierung und kreatives Gestalten für alte und demente Menschen

Telefon.....1808073

Haushaltshilfe & Betreuung

Riemekestraße 145
33102 Paderborn

**Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld -
Francis Quik Praxis für Ergotherapie**

Telefon:..... 8780372

Pontanusstraße 130
33102 Paderborn

**Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld -
Lydia Kalisch-Bartoschek**

Telefon:.....05252 933869

Herzog-Heinrich-Straße 12
33100 Paderborn

**Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld -
PAULA Senioren-Service**

Telefon:..... 1859972

Saarstraße 18
33098 Paderborn

**Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld -
Marion Kluge**

Telefon:.....0175 24 52 342

Allee 22
33161 Hövelhof

**Einzelbetreuung im häuslichen Umfeld -
Annette Becker**

Telefon:.....02948 948111

Futterweg 1
33154 Salzkotten

Einzelbetreuung - Swetlana Brauer

Telefon:..... 0176 76088714

Am Eichenkamp 1
33184 Altenbeken

**Gruppenbetreuung für Pflegebedürftige -
Bettina Abrahams**

Telefon:.....05250 93 35 14

Haselweg 12

33129 Delbrück

Heimspiel

Telefon:.....0152 290 53 982

Wiesenweg 2
33129 Delbrück

**Häusliche Betreuungs- und Unterstützungsleistung
Wilma Rohde**

Telefon:.....02944 58 441

Jüdendamm 19
33129 Delbrück

Höpfel's Haus- und Hofservice

Telefon:.....05250 99 80 11

Osterloher Straße 21
33129 Delbrück

IDA-Dienst, Tweesmann

Individuelle Betreuungsdienstleistungen für
Senioren und Demenzkranke

Telefon:.....05250 93 84 41 4

Haholdweg 6
33129 Delbrück

Kinga's Alltagsbegleitung

Telefon:.....0176 70744196

Dörener Weg 104
33100 Paderborn

Lebenshilfe Paderborn e.V. -

Einzelbetreuung, Alltagshilfe, Gruppenbetreuung

Telefon:.....05251 689850

Auenweg 6
33100 Paderborn

Lebens-Wert-Hövelhof

Telefon:.....0157 73 43 61 66

Hirtenweg 34
33161 Hövelhof

Haushaltshilfe & Betreuung

Lichtpunkt Alltagsbegleitung

Telefon:..... 0160 90319031

Sonnenwinkel 2
33154 Salzkotten

Lichtpunkt-Alltagsbegleitung

Telefon:..... 0160 90319031

Sonnenwinkel 2
33154 Salzkotten

MediSun-Betreuungsdienst

Telefon:..... 0176 21745636

Josef-Schröder-Straße 78
33098 Paderborn

Mobile Alltagsbegleitung

Telefon:.... 05250 51 26 267 oder 0157 300 24 721

Rosenhügel 17
33129 Delbrück

Monas Familienservice

Telefon:..... 05250 9934861

Lange Straße 38
33129 Delbrück

Mobile Alltagsbegleitung

Telefon:..... 05250 5126267

Rosenhügel 17
33129 Delbrück

Nachbarschaftshilfeverein Salzkotten e. V. - Hederpark

Telefon:.....05258 940686

Am Wallgraben 33
33154 Salzkotten

Seniorenservice Christina Heemann

Telefon:.....05252 931714

Bekscher Berg 10 a
33100 Paderborn

Paderborner Senioreninitiative e.V.

Telefon:..... 6836998

Grunigerstraße 5
33102 Paderborn

PAGU- Betreuungs-Service

Telefon:..... 5449360

Halberstädter Straße 14
33106 Paderborn

Sabrina Luis

Telefon:..... 0151 14 34 11 61

Weiberger Straße 33
33142 Büren

Seniorenservice Christina Heemann

Telefon:..... 05252 931714 oder 0160 8132339

Bekscher Berg 10 a
33100 Paderborn



EVANGELISCHE
PERTHES-STIFTUNG e.V.



■ Kompetente und liebevolle Betreuung in familiärer Atmosphäre

Geborgenheit genießen –
gut betreut durch den Tag

Perthes-Haus Paderborn

Neuhäuser Straße 8–10 ■ 33102 Paderborn
Tel. 05251 18896-0 ■ ph-paderborn@perthes-stiftung.de

Tagespflege am Perthes-Haus

Tel. 05251 18896-401 ■ tp-paderborn@perthes-stiftung.de

www.ph-paderborn.de

menschennah.

Haushaltshilfe & Betreuung

Seniorenbegleitung mit Herz

Telefon:..... 05255 930653 oder
..... 0171 2374231

Kurt-Schumacher-Straße 12
33184 Altenbeken

SWISS Betreuung – Alltagshilfen

Telefon:..... 0176 24087822
Alte Brauerei 16
33098 Paderborn

Unterstützung im Alltag daheim

Telefon:..... 0151 529 417 66
Enger Weg 40
33129 Delbrück
Wäscheservice Haus St. Elisabeth
Telefon..... 1509164

Tegelweg 17
33102 Paderborn

Senioren Lebenshilfe

Telefon:..... 05292 93 14 04 oder
..... 0173 52 59 138
Luise-Hensel-Straße 14
33165 Lichtenau

Seniorenbetreuung und Demenz- betreuung

Seniorenbetreuung und Demenzbetreuung - sowie die Unterstützung psychisch und geistig Erkrankter - in hoher Qualität und Professionalität sind die Aufgaben des ehrenamtlichen, gemeinnützigen Vereins DIE BALANCE e.V. Paderborn.

Diese individuelle Betreuung – nicht Pflege – durch fest zugeordnete Betreuerinnen unterstützt und entlastet Bedürftige und deren Angehörige bei den Alltagsproblemen und sorgt so für ein größeres Gleichgewicht hin zur höheren Lebensqualität!

Bei vorliegenden Voraussetzungen kann eine Abrechnung über das Betreuungsbudget der Pflegekassen möglich ist.

DIE BALANCE e.V.

Telefon 48 01 43

Blomberger Str. 77
33102 Paderborn

www.balance-ev.com 

Joachim Koch

Telefon:..... 0160 80 77 675

die-balance-ev@paderborn.com 



**SICH EINFACH
WOHLFÜHLEN**

Unser Angebot für Sie:

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeit- und Tagespflege
- Verhinderungspflege
- Familienähnliches Wohngruppenkonzept
- Betreutes Wohnen
- ambulante Wohngruppe
- Pflege bei Demenz
- Pflege für Schwerstpflegebedürftige

Schrieweshof
Von-Ketteler-Straße 14
33106 Paderborn

Tel. 05254 663810
schrieweshof@charleston.de
www.pflege-schrieweshof.de


Schrieweshof
Charleston Wohn- und Pflegezentrum
Paderborn

Wohnen & Pflege

Betreutes Wohnen

Altenwerk Schloss Hamborn - Wohnen mit Serviceangebot

Telefon:..... 891-0
Schloß Hamborn 38, 33178 Borchten

Arminius Residenz

Telefon:.....05252 940992
Arminiusstraße 39, 33175 Bad Lippspringe

Betreutes Wohnen in der Stadtheide

Telefon:.....05231 60188100
Kreienhöfen 7, 33102 Paderborn

Betreutes Wohnen im Carl-Böttner-Haus

Telefon:.....401 444

Fürstenweg 2, 33102 Paderborn

Dietrich - Bonhoeffer - Haus

Telefon:..... 401-444
Fürstenweg 10, 33102 Paderborn

Ev. Martinsstift gGmbH

Telefon:..... 05252 209-0
Mühlenflößstraße 19, 33175 Bad Lippspringe

Floerkens Hof

Telefon:..... 05295 2939983
Lange Straße 34, 33165 Lichtenau

Franziskushaus

Telefon:..... 150910
Tegelweg 17, 33102 Paderborn



Pflege in Schloss Hamborn – alles, außer gewöhnlich

Wenn Sie die stationäre Pflegeeinrichtungen in Schloss Hamborn besuchen, werden Sie schnell von der herzlichen und offenen Atmosphäre in modernen, hellen Räumlichkeiten begeistert sein.

Als Besucher:in und Interessent:in spüren Sie schon in den ersten Momenten der Begegnung einen empathischen und wertschätzenden Anspruch. Lebensmut und -freude unserer Bewohner:innen setzen wir mit motivierenden Gesprächen zur persönlichen Entwicklung und durch die Unterstützung der verbliebenden Fähigkeiten im Alltag frei.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wir beraten Sie gerne!

Altenwerk Schloss Hamborn gGmbH
Peter Wendt (Einrichtungsleitung)

Stationäre Pflege • Georg Moritz Haus
Mervat Sorial (Leitung)
Schloss Hamborn 47
33178 Borchten
Tel. 05251 891-0
info@altenwerkschlosshamborn.de



Bestmöglicher Pflege im häuslichen Umfeld

Wir versorgen alte oder kranke Personen aller Pflegestufen.

In der individuellen, ganzheitlichen Betrachtung des Menschen wollen wir den Wunsch nach bestmöglicher Pflege im häuslichen Umfeld erfüllen und zum Wohle unserer Patient:innen den Zeitdruck aus der Pflege nehmen.

Ambulante Pflege Schloss Hamborn

Irina Peters (Leitung)
Schloss Hamborn 39,
33178 Borchten
Tel. 05251 389-690
ambulantepflege
@schlosshamborn.de

Veranstungssaal Schloss Hamborn

Der Geheimtipp in unserer Region für genussvolles Tagen & Feiern.

Schloss Hamborn bietet Ihnen mit dem Veranstaltungssaal eine attraktive Location für Ihre Tagungen, Seminare, Meetings, Firmenevents sowie Privat- und Familienfeiern. Unser einmaliges BioCatering kann hinzu gebucht werden.

Veranstaltungsmanagement & Objektbetreuung

Sabine Brewster
Schloss Hamborn 38,
33178 Borchten
Tel. 05251 891-406
Mobil 0151 46394914
s.brewster@schlosshamborn.de

Pflegebedürftigkeit finanziell absichern

Die gesetzliche Pflegeversicherung

Die gesetzliche Pflegeversicherung ist für jeden verpflichtend. Gesetzlich Krankenversicherte zahlen automatisch in die Pflegeversicherung ihrer Krankenkasse ein. Selbstständige hingegen kommen für ihren Beitrag komplett selbst auf. Privat Krankenversicherte, die sich gegen die gesetzliche Pflegeversicherung entscheiden, sind verpflichtet, eine private Pflegeversicherung abzuschließen. Tritt der Pflegefall ein, unterstützt sowohl die gesetzliche als auch die private Pflegeversicherung. So trägt sie auch einen Teil der Kosten für einen ambulanten Pflegedienst oder eine stationäre Pflege im Heim. Die Höhe der Leistungen hängt dabei vom Pflegegrad ab: Der Höchstsatz bei Pflegegrad 5 für eine stationäre Pflege beträgt beispielsweise monatlich 2.005 Euro, Pflegebedürftige mit Pflegegrad 3 erhalten monatlich 1.262 Euro. Die oft hohen Kosten für Pflegebedürftige deckt die Pflegeversicherung nicht komplett ab. Bei einer Pflege im Heim lastet ein Eigenanteil von durchschnittlich mehr als 2.000 Euro auf dem Pflegebedürftigen. Daher ist eine Zusatzversicherung unerlässlich.

Die Pflegegeldversicherung

Sie zahlt im Leistungsfall monatlich eine feste Summe für jeden Pflege-tag. Das Besondere: Betroffenen steht das Geld zur freien Verfügung. Das heißt konkret, dass sie das Geld sowohl für die ambulante oder stationäre Pflege, als auch für einen Menü-Bringdienst oder zur Honorierung pflegender Angehöriger nutzen können.

Die Pflegerentenversicherung

Ein großer Vorteil der Pflegerentenversicherung ist, dass bei Eintritt des versicherten Pflegegrades generell keine Beiträge mehr gezahlt werden müssen. Wer eine Pflegerentenversicherung abschließt, der sichert sich damit konstante Beiträge während der gesamten Versicherungsdauer. Zudem sparen Versicherte Kapital an: Teile ihrer Beiträge plus Zinsen landen auf einem eigenen Konto.

Die Pflegekostenversicherung

Sie erstattet die Pflegekostenversicherung dem Versicherten ganz oder anteilig die tatsächlich anfallenden Kosten, die von der gesetzlichen Pflegeversicherung nicht abdeckt werden. (IDEAL)

Leistungen der Pflegeversicherung zur vollstationären Pflege

Pflegegrad	Leistungen pro Monat
Pflegegrad 1	bis zu 125 Entlastungsbetrag
Pflegegrad 2	770 €
Pflegegrad 3	1.262 €
Pflegegrad 4	1.775 €
Pflegegrad 5	2.005 €

Ab dem 01.01.2022 erhalten pflegebedürftige Personen, die in einer vollstationären Einrichtung leben, zudem einen Leistungszuschlag auf den zu zahlenden Eigenanteil an den Pflegekosten:

5 % des Eigenanteils innerhalb des ersten Jahres
25% des Eigenanteils, wenn sie mehr als 12 Monate,
45% des Eigenanteils, wenn sie mehr 24 Monate und
70% des Eigenanteils, wenn sie mehr als 36 Monat im Heim leben.

Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Familienrecht



Cem Kaba



Warburger Straße 25, 33098 PADERBORN
Tel: 05251/870 83 66, Fax: 05251/870 83 67
www.hausjurist.net • Mail: post@hausjurist.net

Wohnen & Pflege

Hardehauser Hof GmbH + Co KG

Telefon:.....505250

Am Busdorf 11, 33098 Paderborn

Haus St. Bruno

Telefon:.....05254 9934-0

Memelstraße 18, 33104 Paderborn

Haus St. Veronika

Telefon:.....1221-0

Husener Straße 89, 33100 Paderborn

Intensiv ambulant betreutes Wohnen Lebenshilfe

Telefon:.....689850

Brukterer Weg 34, 33102 Paderborn

KIM – Rat & Tat e.V. Wohnen am Park

Telefon:.....25100

Demolder Str. 160, 33175 Bad Lippspringe

Kolping Servicewohnen Marienloh

Telefon:.....0151 17635860

Detmolder Straße 394, 33104 Paderborn

Kolping Servicewohnen im KuGa

Telefon:.....02953 3969932

Im Aatal 3, 33181 Bad Wünnenberg

Lindenhof Salzkotten

Telefon:.....05258 940894

Paderborner Straße 14, 33154 Salzkotten

Residenz Westfalenhof in Bad Lippspringe

Telefon:.....05252 933998

Detmolder Straße 151, 33175 Bad Lippspringe

Riemekehof Paderborn

Telefon:.....05251 296293

Pontanusstraße 130, 33102 Paderborn

St. Vincenz Altenzentrum - integrierte Wohnungen

Telefon:.....1510

Adolf-Kolping-Straße 2, 33100 Paderborn

Seniorenresidenz Elsen

Telefon:.....05254 97960

Gesselner Straße 10, 33106 Paderborn

Stiftung Westfalenhof

Telefon:.....2008-13

Giersstraße 1, 33098 Paderborn

Service-Wohnen in der Schützenstraße

Telefon:.....02953 3969932

Schützenstraße 29, 33178 Borcheln

Wohnen am Park - Caritas Altenhilfe

Telefon:.....87644-0

Am Hartmannshof 2, 33178 Borcheln



Willkommen Zuhause!

Sie sind auf der Suche nach einem Zuhause, in dem Sie sich sicher und geborgen fühlen, in dem Sie selbstbestimmt in Ihren eigenen vier Wänden leben können und trotzdem nicht auf ein 24-stündiges Sicherheitsnetz verzichten müssen?

Dann sind Sie in unseren drei Häusern in Paderborn, Lichtenau und Salzkotten genau richtig!

Machen Sie sich selbst ein Bild und vereinbaren einen unverbindlichen Besichtigungstermin mit uns.

Tel.: 05251 296 293
riemekehof@betreutes-wohnen-hochstift.de
www.betreutes-wohnen-hochstift.de



Wohnen & Pflege

Wohnen am Park - KIM Rat und Tat e.V.

Telefon:..... 25100

Detmolder Straße 160, 33175 Bad Lippspringe

Wohnanlage Hederpark

Telefon:.....05258 940686

Am Wallgraben 33, 33154 Salzkotten

Wohnpark Jordanquelle

Telefon:.....05252 964920

An der Jordanquelle 6, 33175 Bad Lippspringe

Wohnpark Schrieweshof

Telefon:..... 05254 66381-0

Von-Ketteler-Straße 14, 33106 Paderborn

Quellenpark Wohnen & Service

Telefon:..... 05252 203-0

An der Jordanquelle 2, 33175 Bad Lippspringe

Altenheime

Aataalklinik Wünnenberg Pflege GmbH

Telefon:.....02953 970702

In den Erlen 22, 33181 Bad Wünnenberg

Altenpflegeheim Clara Pfänder

Telefon:.....05258 9746-676

Paderborner Straße 12, 33154 Salzkotten

Altenheim Jordanquelle

Telefon:05252 96 49 20

An der Jordanquelle 8, 33175 Bad Lippspringe

Altenheim Liboriushaus

Telefon:.....1874-0

Leostraße 7, 33098 Paderborn

Altenheim Marienheim

Telefon:..... 05258 98793-0

Paderborner Straße 15, 33154 Salzkotten

Altenheim St. Clara

Telefon:..... 05258 988-779

Paderborner Straße 7, 33154 Salzkotten

Altenpflegeheim St. Josef

Telefon:05252 96 640

Josefstraße 1, 33175 Bad Lippspringe

Altenwerk Schloss Hamborn

Telefon:..... 891-0

Schloß Hamborn 38, 33178 Borcheln

Clemens August von Galen Haus

Telefon:.....05250 99770

Von-Galen-Straße 5, 33129 Delbrück

Seniorencentrum St. Johannes

*Nah am
Menschen*



- 15 Tagespflegeplätze
- Vollstationäre;
Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Betreutes Wohnen

Seniorencentrum St. Johannes
Am Pastorat 2-14
33758 Schloß Holte Stukenbrock
Telefon (05207) 91733-5
www.st-johannes-stukenbrock.de



Wohnen & Pflege

Ev. Altenheim St. Johannisstift

Telefon:..... 401-900

Reumontstraße 32, 33102 Paderborn

Evangelische Martinstift GmbH

Telefon: 05252 20 90

Mühlenflößstraße 19, 33175 Bad Lippspringe

Füllenhof - Altenpflegeheim

Telefon:.....05255 98550

Brokstraße 14, 33184 Altenbeken

Haus Bredemeier

Telefon:.....05257 98930

Allee 56, 33161 Hövelhof

Haus Emma Rose

Telefon:..... 02957 9854-0

Fürstenberger Straße 8, 33181 Bad

Wünnenberg

Haus Pauline von Mallinckrodt

Telefon:..... 2844470

Mallinckrodtstraße 9, 33098 Paderborn

Haus Sprute

Telefon:.....05295 99780-0

Im Niederefeld 2, 33165 Lichtenau

Haus St. Antonius

Telefon:.....16195-7310

Grünebaumstraße 1, 33098 Paderborn

Haus St. Clemens

Telefon:..... 02953 9501-0

Am Schloßpark 1, 33181 Bad Wünnenberg

Haus St. Veronika

Telefon:..... 16195-0

Husener Straße 89, 33100 Paderborn

Kleines Landhaus am Brakendiek

Telefon:..... 05250 9384171

Brakendiek 5, 33129 Delbrück

Perthes - Haus Paderborn

Telefon:..... 18896-0

Neuhäuser Straße 8, 33102 Paderborn

Pflegeresidenz am Lippesee - Lia Pflege

Telefon:..... 05254 6607765

Sennelagerstraße 12, 33106 Paderborn

Pflege- und Betreuungszentrum Paderborn

Telefon:.....130920

Neuhäuser Straße 142, 33102 Paderborn

St. Elisabeth Pflegen & Wohnen

Telefon:..... 50 66 990

Tegelweg 17, 33102 Paderborn

St. Vincenz Altenzentrum

Telefon:..... 151-0

Adolf-Kolping-Straße 2, 33100 Paderborn

Seniorat Steinhausen

Telefon:.....02951 9750100

Geseker Straße 29, 33142 Büren

Seniorenheim Haus Lebensfreude

Telefon:.....02944 97997-0

Boikweg 8, 33129 Delbrück

Seniorenzentrum Altenbeken

Telefon:.....05255 93390

Schützenweg 1, 33184 Altenbeken

Seniorenresidenz Hövelhof

Telefon:.....05257 701980

Bielefelder Straße 34, 33161 Hövelhof

Wohnen & Pflege

Seniorenresidenz Lichtenau

Telefon:.....05295 9863-800
Ortbergstraße 40, 33165 Lichtenau

Seniorencentrum Mallinckrodtthof

Telefon:.....87644-0
Mallinckrodtstraße 12, 33178 Borcheln

Seniorenresidenz Salzkotten

Telefon:.....9773-0
Paderborner Straße 42, 33154 Salzkotten

Seniorencentrum St. Bruno

Telefon:.....05254 99340
Memelstraße 18, 33104 Paderborn

Senioren-Wohnpark Büren

Telefon:02951 9794
Neustraße 10, 33142 Büren

Sophie Camman Haus - St. Johannisstift

Telefon:.....401-900
Reumontstraße 37, 33102 Paderborn

Stiftung Westphalenhof

Telefon:.....2008-18
Giersstraße 1, 33098 Paderborn

Wohnen an der Paderaue im Carl-Böttner-Haus

Telefon.....401 900
Reumontstraße 41, 33102 Paderborn

Wohnpark Schrieweshof

Telefon:.....66381-0
Von-Ketteler-Straße 14, 33106 Paderborn

Telefon:.....05254 93 77 444
Mobil:.....0152 06 89 34 46
Alte Waage 8, 33104 Paderborn

AWO Kreisverband Paderborn e.V.

Pflegeservice zuhause

Telefon:.....28 28 22
Albinstr. 2, 33098 Paderborn

Telefon:.....05254 82 54 270
Schloßstr. 4, 33104 PB Schloß Neuhaus

BHD Sozialstation gGmbH

Ambulantes Pflegezentrum

Telefon:.....87 86 850
Bleichstr. 41, 33102 Paderborn

Cardia Vollmert

Häusliche Alten- und Krankenpflege

Telefon:.....75 00 90
Winfriedstr. 66, 33098 Paderborn

Caritas-Sozialstation St. Vincenz II

Telefon:.....68 69 61
Husener Straße 91, 33100 Paderborn

Caritas-Sozialstation St. Liborius II

Telefon:.....40 72 84
Dr.-Rorig-Damm 38, 33102 Paderborn

Caritas-Sozialstation St. Liborius I

Telefon:.....05254 8 54 35
Neuhäuser Kirchstr. 8, 33104 Paderborn

Caritas - Häusliche Kinderkrankenpflege

Telefon:.....12 21 21
Kilianstr. 28, 33098 Paderborn

Diakoniestation St. Johannisstift

Telefon:.....20 50 80

Pflegedienste im Kreis Paderborn

Ambulante Krankenpflege Paderborn Wittgräbe

Wohnen & Pflege

Borchener Str. 30, 33102 Paderborn

Die Sonnenblume GbR Häusliche Alten- und Krankenpflege

Telefon:..... 05254 66 410

Von Ketteler Str. 53, 33106 Paderborn

Häusliche Alten- und Krankenpflege

Monika & Andreas Menne

Telefon:..... 05254 66 2000

Sunderkampstr. 21, 33106 Paderborn

St. Elisabeth Pflegen & Wohnen

Telefon:..... 50 66 990

Tegelweg 17, 33102 Paderborn

Pflegedienst "et manus"

Telefon:..... 877 22 33

Elsener Str. 88-90, 33102 Paderborn

Pflegeteam Flick Häusliche Hilfe

Telefon:..... 87 37 97

Greifswalderstr. 9, 33016 Paderborn

ZAP Ambulante Pflegedienst GmbH

Telefon:..... 20 11 40

Warburger Str. 66, 33098 Paderborn

Hilfe im Pflegealltag – Not-Telefon

Manchmal sind Konflikte und Belastungen in der Pflege zu hoch. Menschen geraten dann sehr schnell in Ausnahmesituationen. Zur Prävention hat der Kreis Paderborn ein Not-Telefon eingerichtet.

Not-Telefon im Pflegealltag..... 308 900

Montag-Freitag 8.30 bis 12.00 Uhr

Donnerstag 14.00 bis 18.00 Uhr

hilfenetz@kreis-paderborn.de



Für eine gerechte
Pflegeeinstufung!

Pflegegradberatung

Begleitung beim

Widerspruchsverfahren

Hilfe für pflegende Angehörige

Medilex® unterstützt und begleitet Sie
auf dem Weg zu dem Pflegegrad, der
Ihnen gesetzlich zusteht.



Medilex®

Arbeitsgemeinschaft unabhängiger
Pflegefachberater Deutschland

Medilex Pflegefachberatung Schopohl

Paggels Hof 46 • 33106 Paderborn

Telefon: 05251 1476 884

Mobil: 0176 2320 7304

E-Mail: martina.schopohl@medilex.ag

www.medilex.ag

Reisen & Erholung

Preiswert „Urlaub“ machen

Paderborner Verbände und Organisationen helfen dabei.

AWO Arbeiterwohlfahrt Paderborn

Telefon:..... 290 66 12

Leostraße 45

33098 Paderborn

b.frische@awo-paderborn.de ✉

Öffnungszeiten:

Mo - Do 13.00 - 16.00 Uhr

Fr 08.00 - 12.00 Uhr

Caritasverband Paderborn

Telefon:..... 88 91 000

Kilianstraße 26-28

33098 Paderborn

seniorenreisen@caritas-pb.de ✉

Öffnungszeiten:

Di - Do 8.30 - 17.00 Uhr

Fr. 8.30 - 13.00 Uhr

CWW MitMachReisen

Telefon:.....05254 99 60 22

Merschweg 1a

33104 Paderborn

www.cww-paderborn.de 🌐

Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

Telefon:..... 02303 250 24 22

Reisedienst Unna

Nicolaistraße 2

59423 Unna

reisen@diakonie-ruhr-hellweg.de ✉

Kostenlose Beratung:.....0800 58 90 257

Öffnungszeiten:

Mo - Do 9.00 - 16.30 Uhr

Fr 9.00 - 14.30 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz

Telefon:..... 68 79 990

Joamar-Reisen/Klüber Touristic GmbH

Neuhäuser Straße 62-64

33102 Paderborn

info@reisen-joamar.de ✉

www.drk-paderborn.de 🌐

Murasch Reisen

Telefon:.....02957 99700

Adam-Opel-Straße 16

33161 Bad Wünnenberg

www.murasch-reisen.de 🌐

Yat-Reisen

Telefon:.....05251 88950-0

Kamp 30

33098 Paderborn

www.yat-reisen.de 🌐



Begegnungsstätten

Altenbegegnungsstätte der

Ev. Kirchengemeinde Elsen

Telefon:..... 05254 51 21

Urbanstr. 36

33106 Paderborn

Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt

Ortsverein Schloß Neuhaus

Telefon:.....05254 94 23 82

Schloßstr. 4

33104 Paderborn

Mittwoch 15.00 - 18.00 Uhr Kaffee & klönen

Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt

Stützpunkt Borchten

Telefon:..... 05251 14 78 45 1

Zur Warthe 11

33106 Paderborn

Jeden dritten Donnerstag im Monat Treffen

Begegnungsstätte im St. Vincenz-Altenzentrum

Adolf-Kolping-Str. 2

33100 Paderborn

Die Begegnungsstätte verfügt über das Café „Zu den drei goldenen Hasen“: täglich geöffnet außer Do. 14.30 - 17.00 Uhr (jeden Mittwoch Waffeltag)

Borchten hilft

Telefon..... 3888111

Offener Treff für Seniorinnen und Senioren

Begegnungszentrum Jung trifft Alt am

Mallinckrodtthof

jeden ersten Dienstag im Monat 14.45 - 16.00 Uhr

simone.rennkamp-ernst@borchten.de 

Cafeteria Haus St. Veronika

Telefon..... 16 195-0

Ein Treffpunkt für alle

33100 Paderborn

haus-veronika@caritas-pb.de 

www.haus-veronika-paderborn.de 

Mittagstisch:

täglich von 12.00 bis 13.30 Uhr

Kaffee und Kuchen:

Dienstag, Donnerstag, Freitag, Samstag und Sonntag
von 14.30 - 17.00 Uhr

Cafe tralala

Telefon:..... 68 36 998

Riemekestr. 75

33102 Paderborn

Montag – Donnerstag 14:00 – 17:00 Uhr

Freitag 09:30 – 12:00 Uhr

Caritas - Seniorenbegegnungsstätte

Telefon:..... 12 21 19

Husener Str. 91

33100 Paderborn

www.caritas-pb.de 

Betreuter Seniorentreff St. Bonifatius, Stadtheide PB

Betreuter Seniorentreff St. Stephanus, PB

Betreuter Seniorentreff Begegnungsstätte Tegelbogen

Betreuter Seniorentreff Quartier Lichtenfelde PB

Betreuter Seniorentreff Roncalli-Haus, Schloß Neuhaus

Betreuter Seniorentreff, Pfarrheim, Wewer

Betreuter Seniorentreff, Laurentiuscheune Borchten

Mehrgenerationenhaus AWO Leo

Telefon:..... 29 06 61 5

Leostr. 45

33098 Paderborn

Montag – Freitag 12.00 - 18.00 Uhr

Seniorenbegegnungsstätte des

Deutschen Roten Kreuzes Kreisverband Paderborn

Telefon:..... 13 09 30

Neuhäuser Str. 62-64

33102 Paderborn

Seniorentreff Gemeinde St. Stephanus

Telefon:..... 55356

Arndtstraße 33, 33100 Paderborn

Einen Donnerstag im Monat, jeweils um 15:00 Uhr

Vereine

Ambulanter Hospizdienst Tobit	Stadtsportverband e. V.
AWO Kreisverband Paderborn e.V.	TC Grün-Weiß Paderborn e.V.
AktiWO - AWO Kreisverband Paderborn e.V.	TSV 1887 Schloß Neuhaus e.V.
Caritasverband für das Erzbistum Paderborn e.V.	Turnverein 1875 Paderborn e.V.
Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	TuRa Elsen 1894/1911 e.V.
DRK Kreisverband Paderborn e.V.	Turnverein Paderborn
Eggegebirgsverein e.V. Abteilung Bad Lippspringe	
Ehrenamt im Caritasverband für das Erzbistum Paderborn e.V.	Altertumsverein Paderborn e. V.
kfd-Diözesanverband Paderborn	Alzheimer Gesellschaft Paderborn e.V.
KIM - Soziale Arbeit e.V.	Christliche Gemeinschaft Paderborn e.V.
Malteser in der Erzdiözese Paderborn	Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Paderborn e.V.
Mehrgenerationenhaus AWO Leo	FreiWerk Paderborn e.V.
	Freundeskreis der Jakobuspilger e.V.
Bürgerhilfe Stadt Büren	Heimatsfreunde "Schöne Aussicht" e.V.
EHRENSache - Mach mit! Salzkotten	Imkerverein Salzkotten 1934 e. V.
Lebendige Nachbarschaft Ükern - Quartiersarbeit	Initiative Jung und Alt - gemeinsam leben in der Gartenstadt
Lieth-Forum - Die Initiative für die Lieth	IN VIA Diözesanverband Paderborn
Nachbarschaftshilfe St. Alexius Benhausen	Kolpingsfamilie Paderborn
Nachbarschaftshilfe Marienloher nehmen sich Zeit	KSB Paderborn
Nachbarschaftshilfe St. Joseph Marienloh	KSB Paderborn
Nachbarschaftshilfe St. Marien Neuenbeken	Landfrauen Kreisverband Paderborn-Büren
Quartierinitiative Unser Quartier Schloss Neuhaus	Lebenshilfe Paderborn e.V.
Quartiersbüro Lichtenturmweg	Paderborner Angelverein 1886 e.V.
Zentrum für ehrenamtliches Bürger-Engagement Bad Lippspringe	Paderborner Kulturverein
	Paderborner Senioreninitiative e.V.
Ahorn Sport- und Freizeit-Club Paderborn e.V.	Perthes-Haus
Deutscher Alpenverein Sektion Paderborn e.V.	SKM - Kath. Verein für soziale Dienste in Paderborn e.V.
mediFit - SC Grün-Weiß 1920 e.V.	Spieleclub Paderborn
Paderborner Schwimmverein	SPI Paderborn e. V.
Reha-Sportgemeinschaft Paderborn von 1953 e. V.	Stiftung Westphalenhof
Rot-Weiss Paderborn e.V.	Trägerverein Begegnungsstätte Alte Volksschule Lichtenau e.V.
SF Blau-Weiß Paderborn e.V.	Verein für Christliche Kunst in der Kirchenprovinz Paderborn e.V.
SV Heide Paderborn	
Sporttherapie e.V. Verein für Gesundheitssport u. Sporttherapie	

Bestattungsvorsorge & Trauer

Angehörigen die Last der Entscheidung nehmen: Selbstbestimmte Vorsorge – die Bestattungsverfügung

Um Angehörigen im Falle einer schweren Krankheit die erforderlichen Entscheidungen zu erleichtern und damit der eigene Wille gewahrt bleibt, nutzen immer mehr Menschen eine Patientenverfügung. Um auch für die letzte Ruhe selbstbestimmt Vorsorge zu treffen, sollte man sich außerdem um eine Bestattungsverfügung kümmern.

In der Verfügung lässt sich bindend dokumentieren, ob eine Erd-, Feuer- oder Sonderform der Bestattung gewählt wird und wo sie erfolgen soll. Viele Satzungen althergebrachter Friedhöfe schreiben vor, dass Gräber gepflegt werden müssen. Hier kann ggf. ein Friedhofsgärtner beauftragt werden. Ist in der Verfügung bereits ein pflegefreies Grab vereinbart, fallen nur Kosten zu Beginn der Nutzung an. Die Deutsche Friedhofsgesellschaft (www.deutschefriedhofsgesellschaft.de) bietet solche pflegefreien Grabstätten. In der Bestattungsverfügung lässt sich aber noch viel mehr festlegen, zum Beispiel, ob eine Traueranzeige in der Zeitung erscheinen soll etc.. Wichtig ist es, dass die Bestattungsverfügung möglichst handschriftlich festgehalten und nicht im Testament enthalten ist, da dieses erst Wochen nach der Beerdigung eröffnet wird.

Neben der Bestattungsverfügung stellt sich die Frage nach den Kosten. Bestatter helfen, die Kosten und Bestattungsmöglichkeiten besser einzuordnen. Sie helfen auch, die Sterbegeldvorsorge so aufzubauen, dass bei einer eventuellen Altersarmut wegen Pflege das Sozialamt nicht auf dieses Geld zugreift. Auf der Internetseite der Deutschen Friedhofsgesellschaft finden sich viele weitere Informationen. Darüber hinaus hilft die Bestatter-Datenbank, die deutschlandweiten Ansprechpartner zu finden. (akz-o)

Bestattungshaus Sauerbier

Telefon:..... 68 88 940

Im Dörener Feld 15a
33100 Paderborn

www.sauerbier-bestattungshaus.de 

Individuelle Trauerbegleitung

Telefon:..... 05252 44 22

Thiele Bestattungshaus Bad Lippspringe
Tiergestützte Therapie

www.bestattungen-thiele.de 

Bestattungen Albrecht

Telefon:..... 22 4 11

An d. Warmen Pader 5-7
33098 Paderborn

www.bestattungen-albrecht.de 

Bestattungen Langschmidt - Stohldreier

Telefon:..... 15 94 00

Greitelerweg 65
33102 Paderborn

www.langschmidt-stohldreier.de 

Schäfers Bestattungen

Telefon:..... 05254 55 74

Münsterstraße 99
33106 Paderborn

www.bestattungen-schaefers.de 

Voss Bestattungen GmbH

Telefon:..... 10 5 90

Kisau 17-23
33098 Paderborn

www.voss-bestattungen.de 

Wilhelm Schöning Bestattungen

Telefon:..... 26 0 27

Ükern 27
33098 Paderborn

Erben – Erbfolge – Testament

Gesetzliche Erbfolge – wer als Erbe infrage kommt

Generell gilt: Erben können nur natürliche oder juristische Personen, also zum Beispiel Vereine, Stiftungen oder Gesellschaften. Dabei spielt es keine Rolle, in welcher (Verwandschafts-)Beziehung Erblasser und Erbe zueinanderstehen. Tiere sind im Übrigen in Deutschland nicht rechtsfähig und können deshalb auch nicht erben. Streng genommen zählen sie sogar selbst zum Nachlass und werden vererbt. Wer sein Haustier gut versorgt wissen möchte, setzt am besten eine vertraute Person als Erben ein und knüpft die Erbschaft an die Auflage, dass der Erbe sich angemessen um das Tier kümmert. Grundsätzlich können Sie im Testament zwar Ihre langjährige Haushaltshilfe bedenken oder auch Nachbarn, Bekannte oder entfernte Verwandte, die sich zu Lebzeiten um Sie gekümmert haben. Dem Leiter oder den Beschäftigten eines Pflege- oder Altenheims dürfen allerdings keine Vermögensvorteile durch Erbschaften oder Schenkungen der Heimbewohner zufließen.

Ohne Testament greift die gesetzliche Erbfolge

Wenn kein Testament vorliegt, greift die sogenannte gesetzliche Erbfolge. Sie ist im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) geregelt. Grundsätzlich sollen danach stets die nächsten Verwandten erben. Das Gesetz teilt die Angehörigen dazu in unterschiedliche Ordnungen ein.

Erben erster Ordnung: leibliche oder adoptierte Kinder (auch nichteheliche Kinder/Kinder aus erster Ehe), Enkel und Urenkel des Erblassers. Ehegatten und eingetragene Lebenspartner sind gleichgestellt:

Erben zweiter Ordnung: Geschwister und deren Kinder, also Neffen und Nichten des Erblassers, außerdem die eigenen Eltern.

Erben dritter Ordnung: Großeltern und deren Kinder, also Onkel und Tanten des Erblassers oder Cousins/Cousinen.

Es gibt des Weiteren noch die vierte (Urgroßeltern und deren Abkömmlinge) und fünfte Ordnung (Urgroßeltern und deren Abkömmlinge), diese kommen jedoch praktisch so gut wie nie zum Zuge.

Grundsätzlich gilt: Ein lebender Erbe höherer Ordnung schließt sowohl seine eigenen Abkömmlinge als auch die Erben niedrigerer Ordnung vom Erbe aus.

Gesetzliche Erbfolge

Sie haben einen Sohn und zwei Enkel. Gesetzlicher Erbe wäre Ihr Sohn, die Enkel gingen leer aus (beerben dafür aber später ihren Vater). Hinterlässt ein Erblasser mehrere Kinder, teilen sich die Geschwister das Erbe zu gleichen Teilen. Ehegatten sind Erben erster Ordnung. Schwiegerkinder zählen nicht zur ersten Ordnung. Sie können nur im Testament bedacht werden. Letztes Glied in der gesetzlichen Erbfolge ist übrigens der Staat.

Ehepartner als gesetzliche Erben

Neben den eigenen Kindern (Erben erster Ordnung) wird auch der Ehepartner in der gesetzlichen Erbfolge berücksichtigt – allerdings nur, wenn die Ehe noch besteht. Geschiedene Partner erben von Gesetzes wegen nichts. Das Ehegattenerbrecht erlischt, sobald der Scheidungsantrag gestellt wurde. Sofern kein Ehevertrag geschlossen wurde, die Ehepartner also im gesetzlichen Güterstand (Zugewinnngemeinschaft) lebten, gilt: Sind Kinder vorhanden, steht dem überlebenden Ehegatten ein Viertel des Erbes zu. Darüber hinaus steht dem Ehepartner ein weiteres Viertel als pauschaler Zugewinnausgleich zu. Die Kinder erhalten den Rest zu gleichen Teilen. Hinterlässt der Erblasser keine Kinder, erbt der Ehegatte neben den Erben zweiter Ordnung (Geschwister, Eltern des Erblassers) sogar die Hälfte zuzüglich eines Viertels als pauschaler Zugewinnausgleich. Zusätzlich zum gesetzlichen Erbteil darf der Ehepartner gegenüber den Miterben außerdem den sogenannten Voraus beanspruchen. Das heißt: Gegenstände des gemeinsamen Haushalts darf der Witwer oder die Witwe in der Regel behalten.

Der Erbschein

Egal ob Erbengemeinschaft, Ehepartner oder Kinder – jeder Erbe braucht ein amtliches Zeugnis, mit dem sich der Nachlass vernünftig regeln lässt. Der Erbschein ist ein solches Dokument: Er wird vor allem dann benötigt, wenn Hinterbliebene ihre Erbschaft bei Versicherungen, dem Grundbuchamt oder Banken belegen müssen. (IDEAL)

Wichtige Rufnummern

Hört sich gut an:

- Hörsystemanpassung
- Audiotherapie
- Tinnitusberatung
- Pädakustik
(aus Liebe zum Kind)
- kostenloser Hörtest
- Gehörschutz



Wir beraten beide Ohren und den Menschen dazwischen.

SYMANN
HÖRGERÄTE

Arminiusstraße 13
33175 Bad Lippspringe
Tel. 0 52 52 - 93 09 68

www.hoergeraete-symann.de

Polizei - Notruf 110
Feuerwehr - Notruf 112
Rettungsdienst - Notruf 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117
Krankentransporte 02955 192 22
Zahnärztlicher Notdienst 01805 - 98 67 00
Ordnungsamt Bad Lippspringe 05252 - 26 0
Stadtverwaltung Bad Lippspringe 05252 - 26 0
Servicestelle Familien, Kinder
Seniorinnen und Senioren 05252 - 26 199

Arztrufzentrale des Notfalldienstes 116 117
Montag, Dienstag und Donnerstag ab 18.00 Uhr
Mittwoch und Freitag ab 13.00 Uhr
Samstag, Sonntag und Feiertag 08.00-08.00 Uhr

NOTFALLPASS

Ausschneiden + Falten + Im Geldbeutel mitnehmen

Name, Vorname

Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

Konfession

Hausarzt: Name, Telefon

Hausarzt: Adresse

Pflegedienst: Name, Telefon

BITTE BENACHRICHTIGEN

Name, Vorname

Telefon

Name, Vorname

Telefon

Name, Vorname

Telefon

WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Rettungsdienst 112
Polizei 110
Feuerwehr 112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117

NOTFALLPASS

Blutgruppe/Rhesus-Faktor

MEDIZINISCHE RISIKOFAKTOREN

☐ Allergien, Unverträglichkeiten

☐ Asthma, Chronische Lungenerkrankungen

☐ Bluter, Haemophilia

☐ Diabetes

☐ Dialysebehandlung

☐ Herzinfarkt, Herzkrankheit

☐ Herzschrittmacher

☐ Operationen

☐ Transplantationen

☐ Abnehmbare Prothesen

☐ Andere Risikofaktoren

MEDIKAMENTE

morgens
mittags
abends

Impressum

Herausgeber:

HEGGEMANNMEDIEN GmbH

Verlag:

HEGGEMANNMEDIEN GmbH

Burgstraße 2

33175 Bad Lippspringe

Tel.: 05252 / 96 53-0

Fax: 05252 / 96 53-19

info@heggemannmedien.de

www.heggemannmedien.de

Geschäftsführender Gesellschafter:

Heinz Georg Heggemann

Sitz der Gesellschaft: Bad Lippspringe

Registergericht: AG Paderborn, HRB 14064

Satz + Druck:

Media Grafik + Druck

Burgstraße 2

33175 Bad Lippspringe

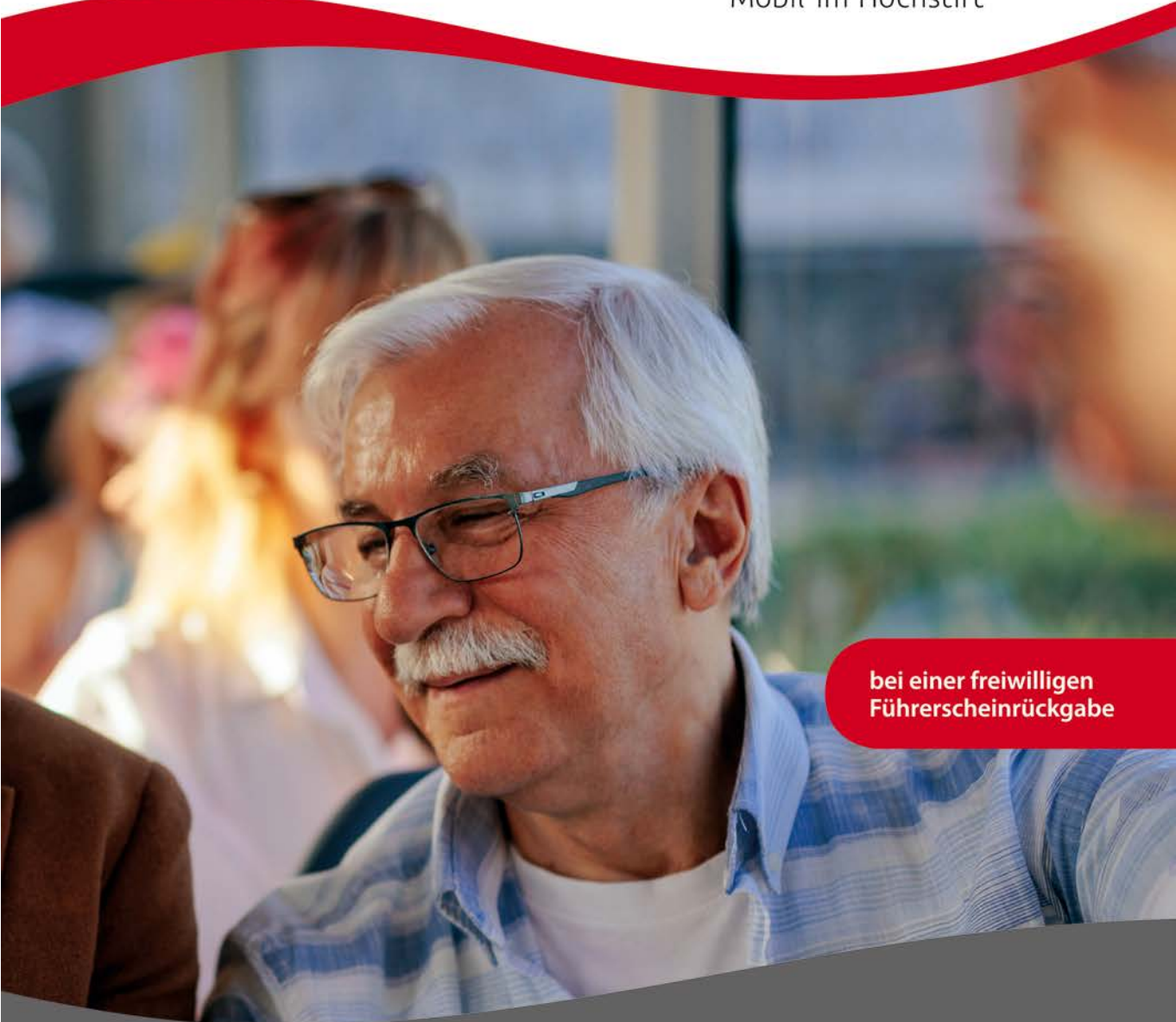
Text:

HEGGEMANNMEDIEN GmbH

Anzeigen: Heike Knop, Stefanie Bensmain

© HEGGEMANNMEDIEN GmbH 2023

Die Verwertung des Textes und der Fotos, auch auszugsweise, bedarf der Genehmigung des Verlages. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen. Die Gesamtherstellung der Druckauflage erfolgte gründlich und nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Für eventuelle Fehler oder Differenzen wird keine Haftung übernommen.



bei einer freiwilligen
Führerscheinrückgabe

6 Monate kostenloses 60plusAbo für das ganze Hochstift

Erhalten Sie bei uns, wenn Sie...

- mindestens 60 Jahre alt sind.
- Ihren Führerschein freiwillig beim Straßenverkehrsamt abgeben.
- die Abgabe auf dem Bestellschein bestätigen lassen.

Infolyer mit Bestellschein liegen in allen Bürgerbüros und den Straßenverkehrsämtern in den Kreisen Paderborn und Höxter sowie in der „fahr mit“ - **mobithek** aus. Gerne beraten wir Sie! Besuchen Sie uns in der „fahr mit“ – **mobithek**, Bahnhofstraße 27, 33102 Paderborn, rufen Sie uns unter 05251 - 29 30 400 an oder schreiben Sie uns eine E-Mail an kontakt@fahr-mit.de.

FAMILIE
& DAHEIM

Einfach bestellen,
liefern lassen und
genießen!



Menüpreis
8,50€
inkl. Lieferung
und Dessert



Mittagessen

täglich frisch gekocht

- Von Mo. – Fr. 7 frisch zubereitete Menüs zur Auswahl
- Eine vegetarische Menülinie
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Wechselnde Spezialitäten in unseren Aktionswochen
- Wochenend- und Feiertags-Versorgung

Tortellini con
sugo alla zucca



Rheinischer
Sauerbraten

Frischer
Grünkohleintopf



Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 nur Festnetz • lokale Tel. 02951-984 20
www.meyer-menue.de