



SENIOREN WEGWEISER

Älter werden in Singen am Hohentwiel

neue Auflage März 2025

SINGEN 
Seniorenbüro

 Stadt
Seniorenrat
Singen

1. Beratung und Information

Der Stadt seniorenrat Singen	4
Seniorenbüro Singen	5
Pflegestützpunkt Landkreis Konstanz	6
Wohlfahrts- und Sozialverbände	7
Rente	8
Schwerbehindertenausweis	8
Behindertenbeauftragte	9
Blinden- u. Sehbehindertenverein Südbaden	9
Selbsthilfegruppen	10
Schuldnerberatung	10
Sozialpsychiatrischer Dienst	11
Suchtberatung	11
Kriminalprävention	12
Einbruchzeit ist immer	12
Beratungs- und Prozesskostenhilfe	14
Betreuungsrecht und Vorsorge	15
Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen.	16
Betreuungsverfügung und Notvertretungsrecht	17
Die Nachlassregelung	18

2. Aktiv und in Gesellschaft

Offener Seniorentreff	19
Seniorengruppen	20
Kultur	21
Veranstaltungskalender	22
Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement	23
Auch im Alter mobil bleiben	24
Mit Bus und Bahn zuverlässig unterwegs	25

3. Wohnen

Das altersgerechte Zuhause	26
Wohnberatung	27
Wohnberechtigungsschein	27
Betreutes Wohnen	29
Initiative 60+ Seniorenfreundliche Handwerksleistungen	30

4. Hilfe, Pflege und Betreuung

a) Hilfe und Pflege zu Hause	31
Der Hausnotruf	31
„Essen auf Rädern“	32
Nachbarschaftshilfe	33
Betreuungskräfte aus dem EU-Ausland	34
Ambulante Pflegedienste – Sozialstationen	35
b) Teil- und vollstationäre Pflegeangebote	36
Tages- und Nachtpflege	36
Kurzzeitpflege	36
Vollstationäre Pflegeeinrichtungen	37
c) Angebote für Menschen mit Demenz	38
„Aktionsbündnis Demenz Singen / Hegau“	38
Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz	39
Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz	39

5. Finanzielle Hilfen und Vergünstigungen

Die Leistungen der Pflegeversicherung 40
 Leistungen bei häuslicher Pflege 40
 Leistungen in den Pflegegraden (Übersicht) 41
 Leistungen bei teil- und vollstationärer Pflege 42
 Übergangspflege für Personen
 ohne Pflegegrad 42
 Grundsicherung im Alter
 und bei Erwerbsminderung 43
 Hilfe zur Pflege 44
 Wohngeld 44
 Weitere Hilfen und Vergünstigungen 45
 Sozialpass 45
 Nachbarschaftspass 45
 Handbuch für den schmalen Geldbeutel 46
 Singener Tafel 46

6. Abschied nehmen

Palliativversorgung und Hospizarbeit 47
 Ambulanter Hospizdienst 47
 Ambulante Palliativversorgung 47
 Stationäres Hospiz 47
 Trauerort Horizont 48
 Vorsorge für den Todesfall 49
 Was ist zu tun, wenn ein Todesfall eintritt? 50
 Die Baumbestattung 50
 Grabpflege - Dauergrabpflege 51

7. Sonstiges

Schlaganfall? - Ein Notfall! 52
 Defikataster 53
 Geriatrische Behandlung 54
 Hilfreiche Adressen 55
 Impressum..... 56

**BAGSO-Verbraucherempfehlung
 Nutzerfreundliches Printmedium**

Wir freuen uns besonders, dass eine Organisation, die weiß, was Älteren gefällt und worauf sie achten, den Seniorenwegweiser der Stadt Singen ausgezeichnet hat.

Die Bundesgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) vertritt die Interessen Älterer gegenüber Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Unter ihrem Dach haben sich mehr als 100 Verbände mit vielen Millionen Mitgliedern zusammengeschlossen.

Weitere Informationen und Kontakt:
**Bundesarbeitsgemeinschaft der
 Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V.**
 Thomas-Mann-Str. 2-4, 53111 Bonn
 Tel. (0228) 249993-0 · www.bagso.de



Der Stadtseniorenrat Singen

Die Anlaufstelle für Ihre Fragen und Anregungen mitten in der Stadt



Unsere barrierefreien Räume finden Sie im Herzen der Stadt Singen in der Marktpassage. Hier erhalten Sie unter anderem Informationen über Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Sie haben Schwierigkeiten mit Ihrem Smartphone, Laptop, Tablet oder Computer? Dann helfen wir Ihnen kompetent weiter. Wir haben ein offenes Ohr für Ihre Sorgen und hören Ihnen gerne zu.

Der Stadtseniorenrat kooperiert mit der Stadt Singen und leitet Ihre Anregungen und Wünsche weiter. Gerne auch anonym. Veranstaltungstermine, aktuelle Adressen von Behörden und Beratungsstellen sowie viele informative Broschüren finden Sie auf unserer

Homepage unter www.stadtseniorenrat-singen.de. Besuchen Sie uns doch einmal in der Singener Marktpassage, hinter der Bibliothek.

Offener Seniorentreff:

Montags von 10 bis 12 Uhr

Computeria 50+:

Beratung zu allen Fragen rund um Ihren Computer, Laptop, Tablet oder Smartphone.

Dienstags und mittwochs von 14 bis 17 Uhr

Vorsorgeberatung und Gespräche:

Donnerstag von 9 bis 12 Uhr

Wechselnde Vorträge:

Immer freitags zu wechselnden Terminen.

Telefonisch erreichen Sie uns zu den nebenstehenden Öffnungszeiten. Den Vorstand erreichen Sie von 10 bis 17 Uhr unter Telefon (07731) 7984952.

Bei Fragen zu Veranstaltungen oder PC-Hilfe wählen Sie die Telefonnummer (07731) 8270853.

Gerne können Sie uns auch eine E-Mail schreiben:

stadtseniorenrat-singen@gmx.de

Stadtseniorenrat Singen

August-Ruf-Str. 13, 78224 Singen

Tel. (07731) 1439996

stadtseniorenrat-singen@gmx.de

www.stadtseniorenrat-singen.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo. 10 bis 12 Uhr, Di. und Mi. 14 bis 17 Uhr,

Do. 9 bis 12 Uhr

Seniorenbüro Singen

Die kommunale Anlaufstelle für ältere Menschen in Singen

Die Zielgruppen des Seniorenbüros sind ältere Menschen mit Beratungs- und Unterstützungsbedarf, Seniorengruppen, bürgerschaftlich Engagierte und Menschen im Übergang in den Ruhestand.

Laufende Projekte und etablierte Strukturen sind beispielsweise die Pflegeberatung, das Projekt ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand), der Aufbau einer Nachbarschaftshilfe in den nördlichen Singener Gemeinden, zugehende Hausbesuche, der Veranstaltungskalender, die kultur- und religionssensible Pflege und vieles mehr.

Auch dem Thema generationenübergreifendes Arbeiten widmet sich die kommunale Anlaufstelle für ältere Menschen.

Die Arbeit teilt sich im Wesentlichen in zwei Aufgabengebiete:

1. **Ansprechpartner im Pflegevorfeld und Pflegeumfeld für Pflegebedürftige und deren Angehörige bei Fragen zu:**
 - » Leistungen der Pflegeversicherung, Pflegegraden und entsprechenden Anträgen
 - » Unterstützungsmöglichkeiten für ein selbstbestimmtes Leben zu Hause
 - » Dementiellen Erkrankungen
 - » Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen
2. **Ansprechpartner in der Vernetzung/quartiersbezogene Seniorenarbeit für Menschen ab dem Übergang in den Ruhestand mit den Zielen:**
 - » Ein gutes Älterwerden zu ermöglichen
 - » Menschen zusammenzubringen um einer Vereinsamung entgegenzuwirken
 - » Informationen, z.B. in Form von Broschüren und Rundschreiben bereitzustellen
 - » Ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und Anliegen zu haben

Das Angebot des Seniorenbüros ist kostenlos. Die Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht und arbeiten trägerunabhängig und neutral. Zur Vermeidung von Wartezeiten vereinbaren Sie bitte einen Gesprächstermin. Die Beratung kann bei Bedarf auch bei Ihnen zu Hause erfolgen.

Seniorenbüro der Stadt Singen

Julius-Bührer-Str. 2

78224 Singen

Fax (07731) 85-503

seniorenbüro@singen.de

Montag bis Freitag 8 bis 12 Uhr,

Montag, Dienstag, Donnerstag 14 bis 16 Uhr,

Mittwoch 14 bis 17 Uhr

Ihre Ansprechpartnerinnen:



Gabriele Glocker

Tel. (07731) 85-540

Laura Casola

Tel. (07731) 85-709

Pflegestützpunkt Landkreis Konstanz

Außenstelle Singen beim kommunalen Seniorenbüro



Für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen sowie von Pflegebedürftigkeit bedrohte Menschen ist der Pflegestützpunkt zentrale Anlaufstelle. Hier wird kompetente Auskunft und Beratung zu allen Themen der Pflege erteilt.

Von Pflegebedürftigkeit Betroffene und Angehörige stehen häufig vor vielen Fragen.

Muss ein Pflegegrad beantragt werden und wenn ja, wie geht das? Auf welche Leistungen habe ich Anspruch? Ist es möglich, weiterhin zu Hause zu wohnen oder ist ein Umzug die bessere Lösung? Wie gehe ich als Angehöriger mit der Situation um und wer unterstützt mich? Welche Hilfsangebote sind für unsere Situation die Richtigen?

Der Pflegestützpunkt arbeitet und berät kostenlos, vertraulich, unabhängig, telefonisch, per E-Mail, in den Geschäftsstellen oder auch per Hausbesuch. Pflegebedürftige und ihre Angehörigen haben einen gesetzlichen Anspruch auf Pflegeberatung.

Der Pflegestützpunkt überlegt mit Ihnen gemeinsam, welche Unterstützungsmöglichkeiten für Sie geeignet sind und wie sich diese finanzieren lassen, z.B.

- » Pflegedienst
- » Hauswirtschaftliche Hilfe
- » Essen auf Rädern
- » Hilfsmittel (Rollator, Badewannenlifter u.a.)
- » Tagespflege, Kurzzeitpflege, Pflegeheim
- » Betreutes Wohnen
- » Entlastung für pflegende Angehörige

Außerdem erhalten Sie Auskunft bei Fragen zur Vollmacht, Patientenverfügung und gesetzlicher Betreuung. Welche Ansprüche und Leistungen aus der Pflegeversicherung bestehen, lesen Sie ab Seite 54 „Leistungen der Pflegeversicherung“.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin bei:
Gabriele Glocker
 DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
 Tel. (07731) 85-540
 gabriele.glocker@singen.de

Wohlfahrts- und Sozialverbände



© contrastwerkstatt - stock.adobe.com

Wohlfahrtsverbände

Die Verbände der freien Wohlfahrtspflege sind auf allen Gebieten der sozialen Arbeit tätig und bieten somit auch älteren Menschen ein breit gefächertes Beratungs- und Hilfsangebot an. Informationen erhalten Sie von den nachfolgend aufgeführten Verbänden.

Arbeiterwohlfahrt (AWO)

Kreisverband Konstanz e. V.

Heinrich-Weber-Platz 2, 78224 Singen

Tel. (07731) 9580-0 · info@awo-konstanz.de

www.awo-konstanz.de

Caritasverband Singen-Hegau e. V.

Erzbergerstr. 25, 78224 Singen

Tel. (07731) 96970-0

info@caritas-singen-hegau.de

www.caritas-singen.de

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Landkreis Konstanz e. V.

Konstanzer Str. 74, 78315 Radolfzell

Tel. (07732) 9460-0 · info@drkkn.de

www.drk-kn.de

Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenbezirks Konstanz

Teggingerstr. 16

78315 Radolfzell

Tel. (07732) 952760

info.radolfzell@diakonie.ekiba.de

www.diakonie-radolfzell.de

Sozialverbände

Die Sozialverbände setzen sich für soziale Gerechtigkeit ein. Sie vertreten die Interessen von Rentnern, Menschen mit Behinderung und Empfängern von Sozialleistungen. Für Mitglieder wird Beratung und rechtliche Vertretung angeboten.

Sozialverband VdK

Kreisverband Konstanz

Vorsitzender: Ulrich Pauly

Tel. (07731) 3197084

www.vdk.de/kv-konstanz

Rente

Die Rente als Alterssicherung hat für jeden Bürger große Bedeutung. Information und Beratung zu den Themen Altersrente, Erwerbsminderungsrente, Hinterbliebenenrente sowie über mögliche Rehabilitationsmaßnahmen erhalten Sie von der Deutschen Rentenversicherung.

Deutsche Rentenversicherung Auskunfts- und Beratungsstelle

DAS 2 (DG) | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
Tel. (07731) 8227-10

www.deutsche-rentenversicherung.de
Sprechzeiten: Mo. bis Mi. von 8 bis 16 Uhr,
Do. von 8 bis 18 Uhr, Fr. von 8 bis 12 Uhr
Beratungstermine können telefonisch
oder online reserviert werden.

Anträge auf Alters-, Hinterbliebenen- und Erwerbsminderungsrente können Einwohner der Kernstadt bei der Rentenantragsstelle der Stadt Singen stellen. Hier erhalten Sie auch Unterstützung bei der Antragstellung.

Stadt Singen

Rentenantragsstelle im DAS 2

Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
Frau Kleinschmidt (EG, Zimmer 005)
Tel. (07731) 85-516

Sprechzeiten: Mo., Mi. und Fr. von 8:30 bis 12 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Für Einwohner der Ortsteile sind die jeweiligen Ortsverwaltungen zuständig.

Schwerbehindertenausweis

Schwerbehinderten Menschen kann ein Schwerbehindertenausweis ausgestellt werden. Dafür muss zuvor ein Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50 festgestellt worden sein. Im Ausweis sind der Grad der Behinderung und die festgestellten gesundheitlichen Merkmale, als Merkzeichen, auf der Rückseite eingetragen.

Der Ausweis dient als Nachweis für die Inanspruchnahme von Leistungen und sonstigen Hilfen, sogenannten Nachteilsausgleichen. Hierzu gehören z.B. steuerliche Erleichterungen, die unentgeltliche oder ermäßigte Beförderung im Nahverkehr, ermäßigte Eintrittspreise bei sportlichen und kulturellen Veranstaltungen. Außerdem zählen Freibeträge beim Wohngeldbezug sowie Berücksichtigung bei der Sozialen Wohnraumförderung dazu.

Die Merkzeichen im Schwerbehindertenausweis

G	=	Erhebliche Gehbehinderung
aG	=	Außergewöhnliche Gehbehinderung
Bl	=	Blindheit
Gl	=	Gehörlos
B	=	Begleitung
H	=	Hilflosigkeit
RF	=	Rundfunkgebührenbefreiung

Beantragen können Sie den Schwerbehindertenausweis beim Versorgungsamt im Landratsamt.

Landratsamt Konstanz – Versorgungsamt Scheffelstr. 15, 78315 Radolfzell

EG, Zimmer 2

Tel. (07531) 800-2610

versorgungsamt@landkreis-konstanz.de
Sprechzeiten: Mo., Di., Mi. von 8 bis 12 Uhr
und von 14 bis 16 Uhr, Fr. von 8 bis 12 Uhr

Antragsformulare erhalten Sie auch im
Seniorenbüro in der Julius-Bührer-Str. 2.

Behindertenbeauftragte

Kommunale Behindertenbeauftragte nehmen eine Scharnierfunktion zwischen Verwaltung und Betroffenen wahr, indem sie Menschen mit Behinderung Hilfeleistung und Informationen vermitteln, andererseits darauf hinwirken, dass Menschen mit Behinderungen gleichberechtigt am öffentlichen Leben teilhaben können.

Ehrenamtliche Behindertenbeauftragte der Stadt Singen ist seit dem Jahr 2024 Jeannette Hofmann. Sie nimmt das Amt zusammen mit ihrem Stellvertreter Manuel Binder wahr.

In der offenen Sprechstunde an jedem **3. Donnerstag im Monat** steht die Behindertenbeauftragte allen Betroffenen zum Gespräch zur Verfügung. In dieser Zeit findet man sie in den barrierefreien Räumen des Stadtseniorenrats in der August-Ruf-Str. 13 (Marktpassage) in Singen.

Außerhalb dieser Zeit ist ebenfalls eine Terminierung nach Absprache möglich. Zum besseren Ablauf ist eine vorhergehende Anmeldung von Vorteil.

Kontaktmöglichkeiten:

Email: behindertenbeauftragte@singen.de

Telefon: 0 15 67/826 24 44

Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.

Um Einschränkungen und Beeinträchtigungen des Sehens im Alltag zu mildern, gibt es eine Reihe von praktischen Hilfsmitteln und je nach Einzelfall auch finanzielle Unterstützung. Der Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V. berät blinde und sehbehinderte Menschen sowie deren Angehörige und Freunde. Neben Beratungen zu Hilfsmitteln leistet der Verein z.B. auch Hilfe bei der Antragstellung

(Schwerbehindertenausweis, Landesblindengeld). Bei Bedarf werden auch Hausbesuche durchgeführt.

Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.

Geschäftsstelle: Wölflinstr. 13, 79104 Freiburg

Tel. (0761) 36122 · Fax (0761) 36123

info@bsvsb.org · www.bsvsb.org

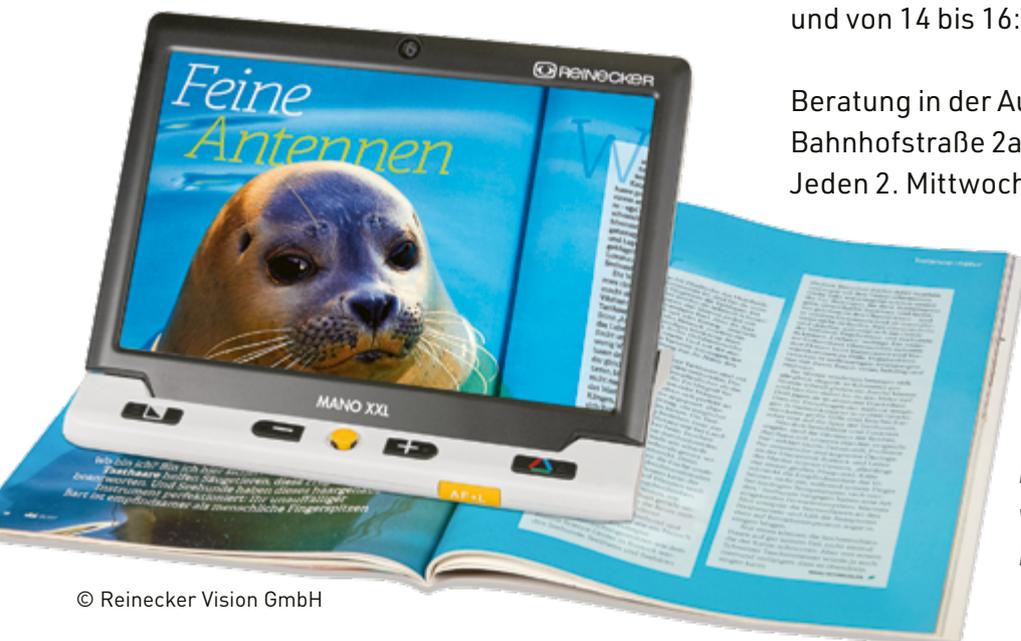
Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 9 bis 13 Uhr

und von 14 bis 16:30 Uhr, Fr. von 9 bis 13 Uhr

Beratung in der Außenstelle Lörrach:

Bahnhofstraße 2a, 79539 Lörrach

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 9 bis 14:30 Uhr



Der Blinden- und Sehbehindertenverband Südbaden bietet u.a. Beratungen zu Hilfsmitteln an.

Selbsthilfegruppen

Kein Leben verläuft ohne Krisen. Krankheiten oder persönliche Belastungen können zu Problemen werden, die man selbst nicht mehr lösen kann. Selbsthilfegruppen sind Gesprächskreise, in denen sich Menschen mit gleichen Schwierigkeiten treffen, Erfahrungen austauschen, sich gegenseitig Mut machen und gemeinsam nach Lösungen suchen.

Im Landkreis Konstanz wird die Arbeit der Selbsthilfegruppen seit Jahren durch die Selbsthilfekontaktstelle unterstützt und gefördert. Sie informiert über bereits bestehende Selbsthilfegruppen und stellt

Kontakt zu ihnen her, leistet Hilfestellung bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen, koordiniert den Austausch und die Zusammenarbeit der Gruppen untereinander und unterstützt den Austausch und die Kooperation mit Versorgungseinrichtungen, öffentlichen Verwaltungen und anderen Institutionen.

Landratsamt Konstanz – Selbsthilfekontaktstelle

Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz

Tel. (07531) 800-1787

info@selbsthilfe-kommit.de

www.selbsthilfe-kommit.de

Schuldnerberatung

Schicksalsschläge wie Krankheit oder Pflegebedürftigkeit, aber auch Fehleinschätzungen beim Umgang mit Geld können bei einem knappen Budget schnell zu Schulden führen. Diese wieder loszuwerden, ist gerade im Alter nicht einfach.

Hilfestellung für Menschen mit Schuldenproblemen bieten die Schuldnerberatungsstellen. Die Mitarbeitenden vor Ort geben Ratschläge, wie Überschuldung vermieden oder abgebaut werden kann und leisten Hilfestellung im Verbraucherinsolvenzverfahren. Die nachstehend aufgeführte Beratungsstelle gewährleistet eine qualifizierte Beratung.

Caritasverband Singen-Hegau e. V.

Schuldnerberatung

Feuerwehrstraße 6

78224 Singen

Tel. (07731) 96970 -230

schuldnerberatung@caritas-singen-hegau.de

Telefonische Sprechstunde:

Montag und Mittwoch von 9 bis 11 Uhr



Sozialpsychiatrischer Dienst

Der sozialpsychiatrische Dienst der AWO Konstanz ist eine unabhängige Anlaufstelle für psychisch kranke oder belastete Menschen und ihrer Angehörigen. Hilfe findet, wer sich in einer Krise befindet, nach der Entlassung aus einer psychiatrischen Klinik Unterstützung sucht oder bei der Bewältigung alltäglicher Aufgaben Beistand benötigt. Ziel ist es, dass diese Menschen in unserer Gesellschaft selbstbestimmt, eigenverantwortlich und gleichwertig mit anderen Mitbürgern leben können.

Die Beratung ist kostenlos und erfolgt unter Schweigepflicht.

Sozialpsychiatrischer Dienst
AWO Kreisverband Konstanz
 Heinrich-Weber-Platz 1, 78224 Singen
 Christoph Götz-Lee
 Tel. (07731) 7983522
 goetz-lee@awo-konstanz.de
 Mo. bis Fr. von 9 bis 12 Uhr

Suchtberatung

Sucht kennt keine Altersgrenzen. Alkohol, Tabak und psychoaktive Medikamente führen auch im höheren und hohen Alter zu Missbrauch und Abhängigkeit sowie weiteren schweren gesundheitlichen Schäden.

Wer Beratung oder Hilfe benötigt, kann sich kostenfrei an die Fachstelle Sucht des Baden-Württembergischen Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH wenden. Sie hat sich auf die Suchtmittel Tabak, Alkohol, Medikamente, Drogen, Glücksspiel und Mediensucht spezialisiert.

Die Kosten für die Angebote werden teilweise oder ganz von den Krankenkassen oder Rentenversicherungen getragen. Die Fachstelle unterstützt bei der Beantragung von stationären und ambulanten Behandlungen.

Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH
Fachstelle Sucht
 Julius-Bührer-Str. 4, 78224 Singen
 Tel. (07731) 91240-0
 fs-singen@bw-lv.de
 www.bw-lv.de

Das Angebot der Fachstelle beinhaltet u.a.:

- » Beratung und Information für Betroffene und Angehörige
- » Raucherentwöhnungskurse
- » Ambulante Suchtnachsorge und Rückfallprophylaxe
- » Verschiedene Gruppenangebote
- » Ambulante Behandlung (medizinische Reha)
- » Vermittlung in weiterführende Hilfsangebote wie z.B. Entzugsbehandlungen oder die Behandlung in der suchtmmedizinischen Tagesklinik



Kriminalprävention

Die Singener Kriminalprävention (SKP) soll die Zukunft der Menschen in einem lebenswerten Umfeld sichern. Denn eine wirksame Kriminalprävention muss in erster Linie vor Ort ansetzen. Probleme und Brennpunkte müssen dort angegangen werden, wo sie auftreten.

Die Kernaufgabe der SKP ist eine Vernetzung aller Akteure. Es gilt, für die auftretenden Probleme zeitnah und unkompliziert alle Beteiligten an einen Tisch zu bekommen, um Problemlösungsvorschläge zu erarbeiten und diese zeitnah umzusetzen.



Die Singener Kriminalprävention setzt sich dafür ein,

- » dass sich Bürgerinnen und Bürger sicher fühlen!
- » dass ein Netzwerk, das auf Solidarität und Kooperation setzt, geschaffen und gepflegt wird!
- » dass Wertschätzung, Vertrauen, Toleranz und Akzeptanz vermittelt und gelebt werden!
- » dass auf aktuelle Probleme schnell reagiert wird!

Ein erfülltes Leben setzt Beziehung und Begegnung, Selbst- und Mitbestimmung sowie die Übernahme von Verantwortung voraus. In diesem Sinne sind wir davon überzeugt, dass wir unsere Stadt auch in Zukunft positiv mitgestalten können und alle in Singen ihre individuell gewünschte Lebensqualität finden.

Singener Kriminalprävention

Freiheitstr. 2

78224 Singen

Tel. (07731) 85-544 (Herr Da Rin)

skp@singen.de

Einbruchszeit ist immer:

Auch im Sommer machen Einbrecher keine Pause

Auch wenn die Einbruchzahlen in den vergangenen Jahren aufgrund zahlreicher Maßnahmen zurückgegangen sind, für die Opfer ist der Einbruch ein Schock.

Oft nur wenige Sekunden benötigen Einbrecher, um in ein schlecht gesichertes Haus einzudringen. Schutz bieten mechanische Sicherungen oder Alarmanlagen. Diese sollten von einer Fachfirma geplant und eingebaut sein. Doch oft wird es Einbrechern zu leicht gemacht: Gerade im Sommer stehen viele Fenster und Türen offen. Die Polizei rät in diesem Zusammenhang, auch bei einem nur kurzzeitigen Verlassen der Wohnung grundsätzlich die Türen zu schließen.

Einbrecher meiden meist – leider nicht mehr generell – die direkte Konfrontation. So finden 90 Prozent aller Einbrüche statt, wenn niemand zu Hause ist. Bei längerer Abwesenheit, etwa im Urlaub oder auch während des Wochenendtrips, ist es daher ratsam, mit Zeitschaltuhren für Rollläden und Lampen Anwesenheit vorzutäuschen, raten Fachleute vom Polizeipräsidium Konstanz. Es gibt auch Fernsehattrappen die durch ein Flimmern, z.B. in der Dachwohnung eine Anwesenheit vortäuschen. Gerade während der Ferienzeit, in der so manche Wohnung „verwaist“ ist, sind wachsame Nachbarn sehr wichtig. Überfüllte Briefkästen, unbeleuchtete Wohnräume oder Fenster mit über längere Zeit heruntergelassenen Jalousien

signalisieren Tätern schon von weitem, dass sie hier ein leichtes Spiel haben. Nachbarschaftliches Engagement steht dabei im Mittelpunkt; so wird deutlich, dass gute nachbarschaftliche Kontakte und ein funktionierendes soziales Miteinander zu mehr Sicherheit und damit auch mehr Lebensqualität beitragen.

Von einer zu dichten Bepflanzung an Fenstern und Hauswänden wird abgeraten. Diese bietet einen optimalen Sichtschutz für Einbrecher. Ebenso sollten möglichst alle Gegenstände, die als Einstiegshilfe oder Einbruchswerkzeug dienen können, aus dem Garten oder Hof weggeräumt und verwahrt werden.

Terrassentüren oder Fenster sind die Hauptzugangspforten für Einbrecher, sagen die Experten. Sicherungen an Fenster und Balkontür lohnen sich hier vor allem im Erdgeschoss und an Orten, zu denen Einbrecher hochklettern könnten. Hundertprozentige Sicherheit gibt es zwar nie, aber mit der richtigen mechanischen Installation lassen sich viele Einbrüche verhindern. Mit einem einfachen Schraubenzieher oder dem Kuhfuß brauchen Einbrecher nur Sekunden,

um ein einfaches Fenster oder eine Balkontür mit Rollzapfen auszuhebeln. Wenn aber eine Tür oder ein Fenster länger als fünf Minuten Widerstand leistet, geben die meisten Einbrecher auf. Das Risiko, auf frischer Tat ertappt zu werden, ist dann für viele Täter zu groß. Eine Alarmanlage ist hierzu nur Ergänzung, nicht aber Alternative: Denn sie meldet den Einbruch, verhindert ihn aber nicht. Deshalb ist es ratsam Fenster, Türen sowie Lichtschächte, die über keinen wirksamen Einbruchschutz verfügen, nachzurüsten.

Wirkungsvoll vereiteln lassen sich viele Einbrüche durch Fensterbeschläge mit Pilzköpfen, denn meist wird bei Einbruchsdiebstählen das Fenster oder die Tür aufgebrochen. In den seltensten Fällen wird das Fensterglas zerschlagen. Dies macht Krach und Täter schrecken meist davor zurück. Bei alten Fenstern sollte über den Austausch des gesamten Fensters gegen ein neues, einbruchhemmendes nachgedacht werden. Häufig ist das Nachrüsten teuer und rechnet sich nicht immer. Beim Neukauf oder der Nachrüstung sollte unbedingt ein Fachbetrieb zu Rate gezogen werden. Zugezogene Haus- oder Wohnungstüren lassen sich ohne große Mühe mit einem Draht knacken. Zusätzliche Einbruchsicherungen wie Riegelschlösser oder Türspione helfen da weiter. Mehr Informationen erhalten Sie von:

Polizeipräsidium Konstanz

Benediktinerplatz 3, 78467 Konstanz
Tel. (07531) 995-1044 (Frau Angele)

Singener Kriminalprävention (SKP)

Freiheitstr. 2, 78224 Singen
Tel. (07731) 85-544 (Herr Da Rin)
skp@singen.de

Fensterbeschläge mit Pilzkopfzapfen bieten wirksamen Einbruchschutz.



Beratungs- und Prozesskostenhilfe

Das Beratungshilfegesetz sichert Rechtsuchenden mit niedrigem Einkommen gegen einen geringen Eigenanteil Rechtsberatung und Vertretung außerhalb eines gerichtlichen Verfahrens und im Rahmen eines Güteverfahrens zu. Die Beratungshilfe beinhaltet auch die außergerichtliche Vertretung. Einen Antrag auf Beratungshilfe können Sie oder ein Rechtsanwalt Ihrer Wahl bei der Rechtsantragstelle des für Sie zuständigen Amtsgerichts stellen.

Wird ein gerichtliches Verfahren notwendig, so kann bei geringem Einkommen und Vermögen Prozesskostenhilfe in Anspruch genommen werden.

Die Prozesskostenhilfe übernimmt voll oder teilweise den eigenen Beitrag zu den Gerichtskosten und die Kosten des eigenen Anwalts. Einen Antrag auf Prozesskostenhilfe können Sie oder ein Rechtsanwalt Ihrer Wahl bei dem für die Klageerhebung zuständigen Gericht stellen.

Nähere Auskünfte erteilt das Amtsgericht Singen:

Amtsgericht Singen (Hohentwiel)

Erzbergerstr. 28, 78224 Singen

Tel. (07731) 4001-0

Fax (07731) 4001-83

poststelle@agsingen.justiz.bwl.de

Betreuungsrecht und Vorsorge

Psychische Erkrankungen im höheren Lebensalter, aber auch körperliche, geistige oder seelische Belastungen können dazu führen, dass Personen ihre eigenen Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. In diesen Fällen kann auf der Grundlage eines betreuungsgerichtlichen Beschlusses die Bestellung eines Betreuers im Sinne des Betreuungsgesetzes notwendig werden.

Die Betreuungsbehörde

Aufgabe der Betreuungsbehörde ist es, im Rahmen eines laufenden betreuungsgerichtlichen Verfahrens u.a. eine geeignete Betreuungsperson (z.B. Familienangehöriger, ggf. externe Person) zu finden sowie den notwendigen Umfang der rechtlichen Betreuung zu ermitteln. Dabei ist den Persönlichkeitsrechten und dem Wohl der Betroffenen Geltung zu verschaffen. Während des laufenden betreuungsgerichtlichen Verfahrens arbeitet die Betreuungsbehörde eng mit dem zuständigen Betreuungsgericht zusammen.

Eine weitere Aufgabe der Betreuungsbehörde ist es, über Vorsorgevollmachten sowie weitere betreuungsrechtliche Verfügungen zu informieren. Die örtliche Betreuungsbehörde nimmt Beurkundungen von Vorsorgevollmachten vor.

Die Betreuung soll dem Wohl der zu betreuenden Person dienen. Sie soll befähigt werden, das Leben nach den eigenen Wünschen und Fähigkeiten selbst zu gestalten. Deshalb soll die Betreuung auf der Basis der individuellen Wünsche der zu betreuenden Person erfolgen. Ausführliche Informationen und Hilfestellung im Falle eines Betreuungsverfahrens erhalten Sie von der Betreuungsbehörde des Landkreises Konstanz.

Landratsamt Konstanz

Betreuungsbehörde

Scheffelstr. 15

78315 Radolfzell

Tel. (07531) 800-2663 oder 800-2664

betreuungsbehoerde@lrakn.de

Betreuungsvereine

Betreuungsvereine übernehmen eine wichtige Aufgabe. Sie bemühen sich unter anderem darum, ehrenamtliche Betreuungspersonen zu gewinnen, sie in ihre Aufgaben einzuführen und fortzubilden sowie Bevollmächtigte bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben zu beraten und zu unterstützen.

Betreuungsvereine informieren in Veranstaltungen und in Sprechstunden über die Möglichkeiten einer Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung, aber auch über die Patientenverfügung. Außerdem beraten sie im Einzelfall bei der Erstellung einer Vollmacht. Eine berufsmäßige Übernahme einer Vollmacht ist den Vereinen aufgrund der Regelungen im Rechtsdienstleistungsgesetz (RDG) derzeit nicht möglich.

Hauptamtlich Mitarbeitende der Betreuungsvereine werden von den Betreuungsgerichten häufig als Betreuer bestellt, wenn die Betreuung nicht Einzelpersonen wie Angehörigen oder sonstigen Vertrauten übertragen werden kann.

AWO-Betreuungsverein Kompass

Bismarckstr. 1, 78315 Radolfzell

Tel. (07732) 9423990 · kompass@awo-konstanz.de

www.awo-konstanz.de

Betreuungsverein Bodensee/Hegau e. V.

Thurgauer Str. 23a, 78224 Singen

Tel. (07731) 31893 · i.goebel@bbh-ev.de

www.bbh-ev.de

Caritasverband Singen-Hegau e. V.

Betreuungsverein

Feuerwehrstr. 6, 78224 Singen

Tel. (07731) 96970-200

ossege-eckert@caritas-singen-hegau.de

www.caritas-singen-hegau.de

Sozialdienst katholischer Frauen e. V. (SkF)

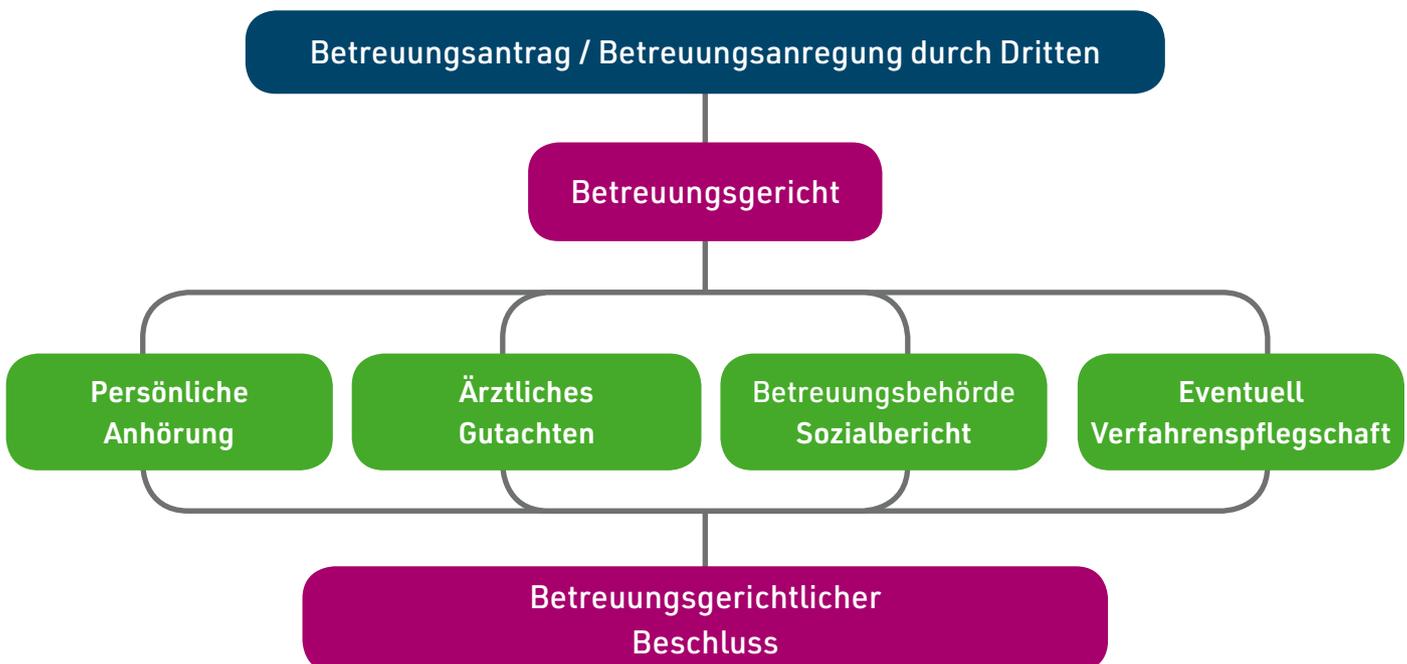
Rechtliche Betreuung

Theodor-Hanloser-Str. 5, 78224 Singen

Tel. (07731) 46006 · info@skf-singen.de

www.skf-singen.de

Das Betreuungsverfahren im Überblick



Vollmachten und Verfügungen

Jeder kann durch Unfall, Krankheit oder andere Ereignisse in eine Situation kommen, in der ein eigenverantwortliches Handeln und sinnvolle Entscheidungen nicht mehr möglich sind. Oftmals sind es auch die Beschwerden des Alters, die selbstverantwortliches Handeln nicht mehr zulassen. Mit entsprechenden Vollmachten und Verfügungen kann man aber Vorsorge treffen.

Die Vorsorgevollmacht

sollten Sie einmal in die zuvor beschriebene Lage kommen, brauchen Ihre Angehörigen oder andere Vertrauenspersonen eine Vorsorgevollmacht, um in Ihrem Namen tätig zu werden. Mit der Vorsorgevollmacht sorgen Sie also für den Fall einer Hilfsbedürftigkeit vor und vermeiden damit eine dann gegebenenfalls notwendige rechtliche Betreuung. Sie können mit einer Vorsorgevollmacht einer von Ihnen selbst ausgewählten Vertrauensperson für die von Ihnen festgelegten Bereiche des täglichen Lebens, z.B. die Wohnsituation, die ärztliche Versorgung oder auch Vermögensangelegenheiten Vertretungsvollmacht erteilen. Die Vollmacht kann sich auch auf alle Lebensbereiche erstrecken. Sobald Sie die Vollmacht unterzeichnet haben, ist diese gültig und kann von dem Vollmachtnehmer genutzt werden, es sei denn, Sie haben Einschränkungen verfügt.

Die Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung können Sie im Voraus festlegen, ob und wie Sie ärztlich behandelt werden wollen, wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihren Willen selbst zu äußern. Die Patientenverfügung muss schriftlich abgefasst werden. Sie gilt unabhängig von Art und Stadium einer Erkrankung des Verfassers. Die Entscheidung über ärztliche Maßnahmen wird im Fall Ihrer Entscheidungsunfähigkeit im Dialog zwischen Arzt und Bevollmächtigten bzw. Betreuer getroffen. Eine Patientenverfügung kann jederzeit formlos widerrufen werden. Es ist Aufgabe des Bevollmächtigten, dem in der Patientenverfügung ausgedrückten Willen Geltung zu verschaffen. Deshalb sollte eine Patientenverfügung immer mit einer Vorsorgevollmacht kombiniert werden; andernfalls entscheidet ein gerichtlich bestellter Betreuer.

Zentrales Vorsorgeregister

Was nützen Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, wenn sie im Fall des Falles nicht gefunden werden? Durch das Zentrale Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer können Vorsorgeurkunden im Betreuungsfall gefunden werden: Einfach, schnell und sicher. Sie können Vollmacht oder Betreuungsverfügung einschließlich der Patientenverfügung bei dem Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer gegen Gebühr eintragen lassen.

Weitere Informationen und Antragsformulare erhalten Sie von der Bundesnotarkammer.

Bundesnotarkammer

- Zentrales Vorsorgeregister -

Postfach 08 01 51, 10001 Berlin

Tel. (0800) 3550500 (gebührenfrei)

www.vorsorgeregister.de

Die Betreuungsverfügung

Sollten Sie niemanden kennen, dem Sie eine Vollmacht erteilen können oder gute Gründe haben, eine gerichtliche Kontrolle vorzuziehen, dann verfassen Sie eine Betreuungsverfügung. Damit können Sie Vorsorge für den Fall einer eintretenden Betreuungsbedürftigkeit treffen. Mit ihr nehmen Sie Einfluss auf die Auswahl des Betreuers und die Führung der Betreuung. Das Gericht ist verpflichtet, Ihren Wunsch zu beachten. Nehmen Sie in die Betreuungsverfügung alles auf, was von einem eventuell zukünftig bestellten Betreuer beachtet werden soll. Dies kann beispielsweise Ihre Lebensgewohnheiten, den Umgang mit Haustieren, die Auswahl der Wohnungseinrichtung und vieles mehr betreffen.

Das Ehegattennotvertretungsrecht in Gesundheitsangelegenheiten

Wenn ein Betroffener selbst nicht mehr in der Lage ist, Entscheidungen in Gesundheitsangelegenheiten zu treffen, darf sein Ehegatte der in einer häuslichen Gemeinschaft mit ihm lebt grundsätzlich Entscheidungen für ihn treffen. Das Ehegattennotvertretungsrecht ist zeitlich begrenzt auf sechs Monate ab dem Zeitpunkt, zu dem das Recht gegenüber dem Arzt geltend gemacht wurde. Im Unterschied zur Vorsorgevollmacht beinhaltet das Ehegattennotvertretungsrecht ausschließlich Entscheidungen im medizinischen Bereich, während finanzielle Entscheidungen ausgenommen sind. Das Notvertretungsrecht hilft damit nicht weiter, wenn eine Rechnung bezahlt werden muss oder wenn nach einem Unfall für den behindertengerechten Umbau der Wohnung ein Kredit erforderlich ist. Um für den Notfall vorzusorgen, empfiehlt sich deshalb weiterhin eine Vorsorgevollmacht. Wer das Notvertretungsrecht nicht wünscht, kann einen Widerspruch im Zentralen Vorsorgeregister eintragen lassen.

Die Nachlassregelung

Auch Erben will gelernt sein



© Gerhard Seybert - stock.adobe.com

An die letzten Dinge möchten viele zu Lebzeiten noch nicht denken – mit fatalen Konsequenzen: Nicht nur bei einem plötzlichen Tod stehen die Hinterbliebenen häufig vor dem Rätsel, was mit dem Erbe zu geschehen hat. Frühzeitige Regelungen können Verwirrungen und Streitigkeiten vermeiden, wenn sie den gesetzlichen Regelungen genügen.

Obwohl das Erbrecht, das im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) geregelt ist, für den Laien kompliziert erscheint, gibt es ein paar einfache Grundsätze. So erben Kinder und Ehepartner immer, denn sie haben Pflichtteilsansprüche. Auch der testamentarische Alleinerbe muss diesen Pflichten nachkommen.

Eine häufig gestellte Frage: Wie hat ein Testament auszusehen, damit es Gültigkeit erlangt?

Zunächst gibt es das privatschriftliche oder handschriftliche Testament. Es muss tatsächlich vom Erblasser persönlich und handschriftlich verfasst und unterzeichnet sein. Der Wille muss klar und unmissverständlich ausgedrückt werden. Wichtig ist die Nennung der Erben und die Verteilung des Erbes. Auch Ort und Zeitpunkt des Verfassens sollten enthalten sein, für die Gültigkeit ist dies jedoch nicht zwingend notwendig. Damit könnten bei Vorliegen mehrerer Testamente aber Missverständnisse

vermieden werden. Laut Stiftung Warentest sind über 90% aller handschriftlichen Testamente fehlerhaft. Zahlreiche Irrtümer im Erbrecht sind Ursache für die fehlerhaften Testamente.

Mehrere Möglichkeiten der Gestaltung

Ehepaare können in einem sogenannten gemeinschaftlichen Testament ihren letzten Willen handschriftlich bekunden, auch hier sind die Unterschriften der Erblasser erforderlich. Die Alternative ist ein von ein notariell beurkundetes Testament oder aber ein Erbvertrag. Grundsätzlich lässt sich das Testament jederzeit aufheben oder erneuern und abändern. Ist aber ein gemeinschaftliches Testament mit dem Ehepartner errichtet worden, kann man sich nur eingeschränkt davon lösen. Noch mehr Bindungswirkung entfaltet der Erbvertrag. Hier können auch die gesetzlichen Erben mit einbezogen werden, die eventuell auf ihre Erbteile oder sogar auf ihre Pflichtteile ganz oder teilweise wirksam verzichten.

Lassen Sie sich beraten

Lassen Sie sich ausführlich durch einen Rechtsbeistand oder ein Notariat beraten. Besonders bei Immobilienbesitz ist die Beratung durch eine fachkundige Kanzlei zu empfehlen. Rechtssicherheit zahlt sich aus!

Offener Seniorentreff



Seit Juli 2018 bietet der Stadtseniorenrat einen offenen Seniorentreff an. Senioren sind dort jeden Montag von 10 bis 12 Uhr herzlich willkommen.

Hier kann man sich ausruhen, Gespräche führen, Kontakte knüpfen und bei Interesse auch spielen. Mehrere Spiele sind vorhanden. Gerne können auch eigene Spiele mitgebracht werden oder Ideen und Vorschläge eingebracht werden. Trauen Sie sich und

schauen Sie einfach einmal herein. Wir freuen uns über jeden Besucher. Der Zugang zu den Räumen in der 1. Etage der Marktpassage ist barrierefrei. Ein Aufzug ist vorhanden.

Stadtseniorenrat

Offener Seniorentreff

August-Ruf-Str. 13, 78224 Singen

Jeden Montag von 10 bis 12 Uhr



Jeden Montag von 10 bis 12 Uhr findet der offene Seniorentreff in der August-Ruf-Straße 13 statt. Hier kann man Kontakte knüpfen, Gespräche führen oder sich mit Spielen die Zeit vertreiben.

Seniorengruppen

In Singen gibt es viele Menschen, die sich regelmäßig in Gruppen zusammenfinden, austauschen, eine gute Zeit miteinander verbringen und sich bei Bedarf auch gegenseitig stützen. Das Singener Seniorenbüro steht mit 45 Gruppen in Kontakt. Diese erhalten in regelmäßigen Abständen Rundschreiben mit Informationen aus dem Seniorenbüro. Auch werden die Gruppen in Absprache und auf Wunsch von einer Mitarbeiterin des Seniorenbüros besucht.

Zweimal im Jahr treffen sich die Leitenden der Gruppen. Unter bestimmten Voraussetzungen können Zuschüsse für die Seniorenarbeit beantragt werden.

Wenn auch Ihre Gruppe Kontakt und Unterstützung der Stadt erhalten möchte, können Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen des Seniorenbüros wenden. Anschrift und Kontaktdaten des Seniorenbüros finden Sie auf Seite 8 dieser Broschüre.

Gruppe	Ansprechpartner	Anschrift	Telefon Email
Alt-katholisches Pfarramt	David Birkman GiA	Freiheitstraße 9 78224 Singen	07731 - 925235 singen@alt-katholisch.de
Alt-Narrengruppe des Narrenvereins Neu-Böhringen Singen ev. 1905	Ulrike Wiese	Marienstr. 5a 78224 Singen	07731 - 985030 wieseulrike@t-online.de
Betreuungswerk Post-Postbank-Telekom	Bernd Matt	Goethestraße 18 78224 Singen	07731 - 42740
Fidelio-Seniorenclub Gemütlichkeitsverein e.V. Singen	Herr Paul-Wolfram Weuthen	Kreuzensteinstraße 9, 78224 Singen	07731 - 68368
Freiwillige Feuerwehr Singen (Hohentwiel) -Alterskameraden-, Abtlg. Stadt	Jupp Mauch	Hauptstraße 31 78224 Singen	07731 - 42104
Friedenskirche Seniorenkreis	Manfred Oswald	Rielasinger Str. 19 78224 Singen	07731 975777 mo@manossi.de
IG Metall Rentner	Nadine Weber Georg Quetting	Schwarzwaldstr. 30 78224 Singen	01577- 0778652 ; 07731 - 87380 singen@igmetall.de
Jahrgang 1934/35 seit 1979	Doris Iwan	Alemannenstr. 78224 Singen	
Jahrgang 1936/37	Werner Hofmeier	Am Rehmenbach 1 78256 Steißlingen	wehost@t-online.de
Poppele-Zunft Singen 1860 e.V.	Stefan Glunck	Weiherrstr. 11 78224 Singen	07731 - 44017 zunftmeister@poppele-zunft.de
Rentnergemeinschaft Bohlingen	Frau Elisabeth Burkhardt	Am Rebberg 16, 78224 Singen-Bohlingen	07731 - 23782
Rentnertreff Maggi-Fridolin	Edgar Wipf	Siedlerheim, Worblinger-Str. 67 78224 Singen	07731 - 74440 edgar-wipf@t-online.de
Röm. Kath. Kirchengemeinde	Bernhard Knobelspieß	Hadwigstr. 27 78224 Singen	07731 - 86050 gesamtkirchengemeinde@kath-singen.de
Schwarzwaldverein Singen e.V.-Mittwochwanderninnen	Ursula Baral	Feldbergstr. 7 78224 Singen	07731 - 31251 hans-joerg.baumann@gmx.de
Seniorengruppe Beuren	Herr Schmidt	Kreuzstraße 10 78224 Singen-Beuren	07731 - 44395 horst7638@aol.com
Seniorengruppe Tannenbaum	Frau Theresia Boos	Worblingerstraße 27 78224 Singen	07731 - 911883
Seniorenkreis der Josua Gemeinde	Frau Gisela Görlacher	Theodor-Hanloser-Str. 34 78224 Singen	07731 - 9578330 ggimaris@outlook.de
Seniorenkreis Markus	Frau Corina Wolf	Rielasinger Straße 83, 78224 Singen	07731 - 917394
Seniorenkreis Überlingen a.R.	Erich Manz	Seeblickstraße 21 78224 Singen-Überlingen	07731 - 23310 Gabi.manz@web.de
Seniorenachmittage im Gemeindezentrum der Lutherpfarre	Monika Bischofberger	Freiheitsstr. 36 78224 Singen	07774 - 9232530 Monika.Bischofberger@t-online.de
Siedlergemeinschaft Singen e.V.	Christian Siebold	Worblingerstraße 67 im Siedlerheim 78224 Singen	07731-187616 sg-singen@verband-wohneigentum.de
St Elisabeth Seniorengymnastik	Frau Petra Storz-Döring	Wilmstraße 4, 78224 Singen	07731 - 29694
Treff 55+ Freie evangelische Gemeinde	Uwe Mackfeld	Freiburger Str. 4a 78224 Singen	07731-2038415 uwe.mackfeld@feg.de
Wandergruppe St. Elisabeth	Frau Marlene Isele	Freiburger Str. 17, 78224 Singen	07731 - 23651

Kultur

In Singen bieten Ihnen zahlreiche kulturelle Einrichtungen Sehens- und Hörenswertes. Neben stark frequentierten kulturellen Veranstaltungshighlights lässt sich Kunst und Geschichte auch auf ruhigen Erlebnispfaden erkunden.

Erfahren Sie zum Beispiel mehr über den Hohentwiel und den neuen Hontes-Bus, Kultur-Highlights und den regionalen Tourismus. Lassen Sie sich inspirieren, Neues auszuprobieren und Singen zu entdecken!

Unter www.singen-kulturpur.de erhalten Sie alle Informationen rund um Singens hervorragendes Kulturangebot. Aktuellste Neuigkeiten können Sie auch per App auf Ihrem Smartphone herunterladen.



QR-Code Android



QR-Code IOS

Veranstaltungskalender

Der Veranstaltungskalender für Seniorinnen und Senioren erscheint jährlich im Juni und Dezember und enthält Veranstaltungen für Menschen 55+. Ob Kaffeetrinken, Kunst, Sport, gemeinsame Gaumengenüsse oder kulturelle Vergnügungen – hier ist für jeden etwas dabei. Die Idee hinter dem Kalender ist es, die vielen tollen Angebote zu bündeln und bekannter zu machen. Denn in unserer Stadt wird so einiges geboten!

Ganz nach dem Motto „gemeinsam statt einsam“ soll die Sammlung einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen zusammenkommen und sich gemeinsam mit anderen etwas Gutes tun! Denn sozialer Austausch hält körperlich und geistig fit und macht dabei auch noch glücklich. Die Kalender liegen kostenfrei im Rathaus, im DAS 2 beim Seniorenbüro, bei der Tourist-Information und dem Stadt seniorenrat in der Marktpassage aus. Gerne senden wir die Kalender auch zu.

Bei Fragen zum Kalender können Sie sich auch an das Seniorenbüro wenden (Adresse und Kontaktdaten siehe Seite 8).



Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement



© Yuri Arcurs - stock.adobe.com

Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit – die unterschiedlichen Begriffe beschreiben die verschiedenen Möglichkeiten, wie sich Menschen in Vereinen, Verbänden, Stiftungen und Initiativen durch freiwillige Tätigkeiten einbringen können. Viele Bereiche des öffentlichen und sozialen Lebens würden ohne Ehrenamtliche überhaupt nicht mehr existieren. Neben der Betreuung von Kindern, kranken und alten Menschen zählt auch die Mitarbeit in Hilfsorganisationen, Wohlfahrtsverbänden, im Natur- und Umweltschutz, in Behinderten-, Sport- und Kultureinrichtungen dazu. Die Fachstelle Bürgerschaftliches Engagement im Landkreis Konstanz initiiert und konzipiert eigene Projekte mit kommunalen und verbandlichen Kooperationspartnern, die Einwohnern des Landkreises neue Möglichkeiten zum Engagement bieten. Darüber hinaus berät sie Ehrenamtliche und Interessierte zu Themen wie Projektarbeit, Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung und stellt gegebenenfalls Kontakte her.

Landratsamt Konstanz
Fachstelle Bürgerschaftliches Engagement (BE)
 Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz
 Annette Breitsameter-Grössl
 Tel. (07531) 800-1783

ZWAR – Zwischen Arbeit und Ruhestand

Mit dem Projekt ZWAR möchte man Menschen ab dem letzten Drittel der beruflichen Phase ansprechen, um sich in einem neu gestalteten Netzwerk mit selbst gewählten Themen zu beschäftigen. Dabei gibt es weder Mitgliedschaften noch Vereinsbeiträge. Im Vordergrund steht, was die Teilnehmenden sich selbst wünschen und organisieren. Das kann alles sein, wie z.B. Wandern, Reisen, Gärtnern, Engagement für den Stadtteil oder die Umwelt u.v.m.

Die Stadt Singen hat im September 2018 das erste ZWAR-Netzwerk in Baden-Württemberg gegründet. Seitdem treffen sich die Teilnehmenden alle 14 Tage zum sogenannten Basisgruppentreffen. Im Herbst 2019 ist die Gründung eines weiteren ZWAR-Netzwerks für Singen geplant. Weitere Teilnehmende jeden Alters sind in allen ZWAR-Basisgruppen herzlich willkommen.

ZWAR-Basisgruppentreffen Nord:
 Richard-Wagner-Str. 14a, 78224 Singen
 (Kindertagesstätte im Iben)
 An jedem Freitag einer geraden
 Kalenderwoche von 18 bis 20 Uhr

Die Termine aller ZWAR-Gruppen in Singen finden Sie unter: www.zwar-singen.de

Laura Casola vom städtischen Seniorenbüro begleitet die Treffen im ersten Jahr. Für Fragen steht sie Ihnen gerne zur Verfügung:
Tel. (07731) 85-709
laura.casola@singen.de
Weitere Informationen unter:
www.zwar.org

Ehrenamtliche Pflegeelotsen

Ehrenamtliche Pflegeelotsen möchten Pflegebedürftige und ihre Angehörigen unterstützen. Sie verbringen Zeit mit den Pflegebedürftigen, um ihnen im Alltag zur Seite zu stehen und die Angehörigen zu entlasten. Pflegerische und hauswirtschaftliche Tätigkeiten gehören nicht zu ihrem Aufgabengebiet. Jedoch sind regelmäßige Besuche, gemeinsames Spazierengehen oder Spielen möglich.

Pflegeelotsen gibt es mittlerweile in vielen Gemeinden im Landkreis. Mitmachen können alle, die sich für das Thema Pflegebedürftigkeit interessieren und sich ehrenamtlich engagieren möchten. Wer gut zuhören kann und gerne mit hilfsbedürftigen, älteren Menschen Zeit verbringen möchte, ist als Pflegeelotse genau richtig. Die durchschnittliche Einsatzzeit liegt bei zwei bis vier Stunden in der Woche.

Die Hauptstelle des Pflegestützpunktes stimmt mit den Ehrenamtlichen auch gerne ab, wie viel Zeit man für das Engagement aufbringen möchte. Ebenso wird die Zeit in Abstimmung mit den zu Betreuenden relativ flexibel eingeteilt. Die Einsatzkoordination obliegt Christine Greuter, der es durch ihre berufliche Erfahrung ein Anliegen ist, Betroffenen und ihren Angehörigen Wege der Hilfe aufzuzeigen.

Die Pflegeelotsen können von den zahlreichen spannenden Veranstaltungen des Pflegestützpunktes

profitieren und sich somit weiterbilden. Informationen dazu und zu weiteren Fragen rund um das Thema bekommt man direkt bei der Hauptstelle des Pflegestützpunktes.

Pflegestützpunkt Landratsamt Konstanz
Scheffelstr. 15, 78315 Radolfzell
Tel. (07531) 800-2673
psp@lrakn.de

Ich schau vorbei, versprochen! Besuchsdienst in der Gemeinde

Frauen und Männer in den Gemeinden der Seelsorgeeinheit Singen sowie Aachtal werden anlässlich von besonderen Festen, Geburtstagen, Krankheit oder bei einem Todesfall in der Familie besucht.

Die Mitarbeitenden im Besuchsdienst bieten auch Gespräche und Unterstützung an, wenn Menschen einsam und allein oder neu zugezogen sind. Sie begleiten und unterstützen bei Gottesdiensten in den Kirchen der Seelsorgeeinheiten und in Pflegeheimen sowie bei Gemeindefesten und anderen kirchlichen Veranstaltungen.

Menschen, die sich im Besuchsdienst engagieren, werden durch Ansprechpersonen vor Ort begleitet und erhalten die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch und zur Teilnahme am ökumenischen Fachthemen-Café, einem kostenfreien Unterstützungs- und Qualifizierungsangebot, wozu auch alle Interessierten eingeladen sind. Das Angebot findet in Kooperation mit dem Pflegezentrum St. Verena regelmäßig statt.

Koordinationsstelle ehrenamtlicher Besuchsdienst
Finkenschlagweg 12, 78224 Singen
Ulrike Traub
Tel. (07731) 51395
ulrike.traub@lebensweise-im-alter.de

Auch im Alter mobil bleiben



© stock.adobe.com

Ältere Menschen im Straßenverkehr

Mit dem demografischen Wandel steigt auch der Anteil älterer Menschen im Straßenverkehr. Mobilität ist wichtig, um am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Aufgrund der höher werdenden Verkehrsdichte und somit steigenden Anforderungen, gerade auch für ältere Menschen, ist es wichtig, über die altersbedingten Defizite informiert zu sein. Es ist ein natürlicher Vorgang, dass nicht nur das Sehen und Hören, sondern auch die Reaktion und die körperliche Beweglichkeit im Alter nachlassen. Wer seine Schwächen kennt, kann sich darauf einstellen.

Die Verkehrswachten begegnen individuellen Anforderungen im Straßenverkehr mit vielfältigen Angeboten. Hierzu zählen u.a. Informationsveranstaltungen und spezielle Fahrsicherheitstrainings.

Kreisverkehrswacht Konstanz-Hegau e.V.
Mühleweg 7, 78256 Steißlingen
Tel. (07738) 2145335
www.kreisverkehrswacht-konstanz-hegau.de

Anruf-Sammel-Taxi (AST)

Was die Mobilität anbelangt, wird in Singen einiges getan. Das Anruf-Sammel-Taxi (AST) ist ein weiteres Angebot der Stadtwerke Singen. Die AST bedienen bisher schlecht erschlossene Stadtgebiete und führen den öffentlichen Personennahverkehr auch nach Einstellung des Busbetriebs weiter. Tagsüber fahren die AST im Linienverkehr von Haltestelle zu Haltestelle, nachts von Haustür zu Haustür. An Sonn- und Feiertagen verkehrt das AST tagsüber zwischen der Kernstadt und den Stadtteilen sowie morgens zwischen 6 und 10 Uhr innerhalb der Kernstadt. Der Busbetrieb beginnt an Sonn- und Feiertagen erst ab 10 Uhr. Die AST verkehren ausschließlich im Stadtgebiet Singen einschließlich der Stadtteile.

Fahrten mit dem AST erfolgen nach einem festen Fahrplan. Die Tagestarife entsprechen den normalen Stadtbustarifen, nachts wird ein geringer Zuschlag erhoben (siehe Fahrpreistabelle). Fahrten müssen mindestens eine halbe Stunde vor Fahrtbeginn angemeldet werden, **Telefon (07731) 69933**.

Theatertaxi Stadthalle: Nach der Veranstaltung werden Sie, nach vorheriger Anmeldung an der Garderobe, bis zur Ihrer Haustüre gebracht.

Fahrpreise AST

Tagsüber

Inhaber von Monats- und Jahreskarten kostenlos
Ermäßigte: 1,20 €
Erwachsene: 2,20 €

Nachts

Inhaber von Monats-, Jahreskarten und Ermäßigte: 4,00 €
Erwachsene: 5,00 €



(Stand: Mai 2019)

Mit Bus und Bahn zuverlässig unterwegs

Der öffentliche Nahverkehr im Landkreis Konstanz

Die Stadt Singen und der Landkreis Konstanz verfügen über einen attraktiven Öffentlichen Personennahverkehr. Allein in Singen sorgen zehn Stadtbuslinien für ein engmaschiges Angebot im Nahbereich. Durch die Koordination des Regionalbusangebotes über den Landkreis Konstanz wird sich das schon heute gute Fahrplanangebot im Regionalbusverkehr ab 2020 nochmals deutlich verbessern.

Dieses Angebot ist eng verzahnt und abgestimmt auf die zahlreichen Bahnlinien, die insbesondere auch den Knotenpunkt Singen Bahnhof bedienen. Nach zuletzt nochmals umfassenden Investitionen ist der barrierefreie Ausbau der Bahnstationen im gesamten Landkreis Konstanz nahezu abgeschlossen.

Die Nutzung dieser Mobilitätsangebote ist einfach möglich mit den Fahrkarten des Verkehrsverbundes Hegau-Bodensee. Fahrkarten können beispielsweise am Schalter am Bahnhof Singen, an jeder Bahnstation am Automaten ebenso wie beim Fahrpersonal im Bus erworben werden. Auch die Tourist Information in der

Marktpassage gibt Auskünfte und verkauft Zeitkarten. Dabei gilt für die gewählte Verbindung: 1 VHB-Ticket, alle Busse und Bahnen.

Das VHB-Senioren-Ticket

Günstiges Jahresabonnement für alle ab 65 Jahren

Mit dem VHB-Senioren-Ticket wird die Benutzung ganz besonders einfach: Das persönliche Jahresabonnement ist ab dem Monat des 65. Geburtstags erhältlich und gilt ohne zeitliche Beschränkung in der gesamten VHB-Region. Zum besonders günstigen Preis von monatlich 45 EUR gilt somit allzeit freie Fahrt – ideal für tägliche Erledigungen sowie Besuche und Ausflüge!

Verbundweite Gültigkeit

Das VHB-Senioren-Ticket gilt im gesamten Landkreis Konstanz und darüber hinaus bis Überlingen. Profitieren Sie von der Nutzung aller Stadtbusse, Regionalbusse und Züge im VHB – inklusive InterCity-Züge (IC) zwischen Engen-Singen-Radolfzell-Konstanz. In den Zügen gilt die Fahrkarte in der 2. Wagenklasse.

Bequemes Jahresabonnement

Das VHB-Senioren-Ticket wird für 12 aufeinanderfolgende Kalendermonate ausgegeben und kommt auf dem Postweg direkt zu Ihnen nach Hause. Bezahlt wird durch monatliche Abbuchung vom Bankkonto. Mit Ablauf des ersten Vertragsjahres kann jeweils bis zum 10. des laufenden Monats zum Monatsende gekündigt werden.

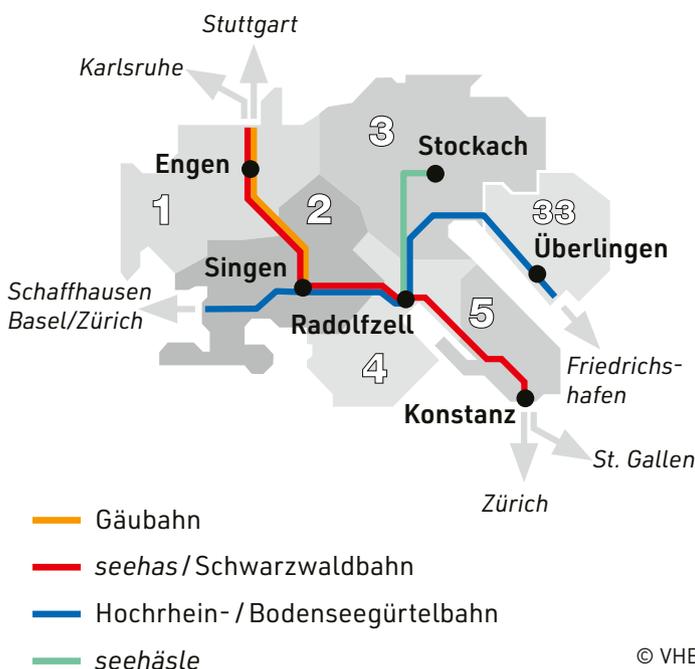
VHB, Verkehrsunternehmen und der Landkreis Konstanz wünschen Ihnen allzeit gute Fahrt!

Fahrpläne, allgemeine Infos und Bestellmöglichkeit: vhb-info.de

Kontakt:

Tel. (07732) 823990 · info@vhb-info.de

VHB-Tarifgebiet mit Bahnstrecken



Das altersgerechte Zuhause

Die meisten älteren Menschen wohnen in ihren privaten Wohnungen und möchten, soweit es die gesundheitliche Situation zulässt, auch dort weiter wohnen bleiben. Die seit vielen Jahren gewachsenen sozialen Beziehungen und bekannten Einrichtungen in der Nähe erleichtern die Aufrechterhaltung eines selbständigen Haushaltes.

Allerdings kann eine Wohnung, die vor Jahren das Zuhause für die ganze Familie war, nicht unbedingt den Bedürfnissen älterer Menschen – als Ein- oder Zweipersonenhaushalt – gerecht werden. Körperliche Beschwerden oder das Abnehmen der eigenen Kräfte veranlassen manchen Menschen, Alternativen zu erwägen.

Eine altersgerechte, barrierefreie Wohnung ist im Idealfall:

- Ebenerdig gelegen oder über einen Aufzug zu erreichen.
- Weder zu groß noch zu klein: Sie bietet auch einer Person einen abgetrennten Wohn- und Schlafbereich, eine geräumige Küche und ein ausreichend großes Bad mit angepassten Sanitäreinrichtungen.
- Bequem zu beheizen, am besten über eine Zentralheizung mit Temperaturreglern in Greifhöhe. Kohle- oder Ölöfen sind für Ältere unzumutbar und können gefährlich sein.
- Hell und gut zu belüften. Sie hat einen stufenlos zugänglichen Balkon, eine Terrasse oder einen kleinen Garten. Ein Bewohner sollte auch bei eingeschränkter Beweglichkeit problemlos im Freien sitzen können.
- Großzügig geschnitten: Die Räume sind nicht zu eng und verwinkelt; Flur, Bad und Küche bieten ausreichend Raum, um sich auch mit Gehhilfen oder einem Rollstuhl sicher bewegen zu können.
- Ohne Stufen und Schwellen: Türschwellen sind nicht vorhanden, Treppenabsätze, Podeste oder Schwellen an Balkonen sind abgebaut oder können über eine fest installierte Rampe überwunden werden. Die Türen sind mindestens 80 cm breit, damit bei Bedarf ein Rollstuhl hindurch passt.
- Mit Fenstern ausgestattet, die auch in Sitzhöhe den Ausblick nach draußen ermöglichen und sich leicht öffnen und schließen lassen. Elemente wie Lichtschalter und Türgriffe lassen sich bequem erreichen.



Wohnberatung

Das eigene Zuhause ist für die meisten Menschen Rückzugsort und Lebensmittelpunkt. Umso wichtiger ist es, dieses so zu gestalten, dass man sich wohlfühlt und eine dauerhafte Wohnperspektive besteht. Denn auch im Alter möchten viele Menschen so lange wie möglich zuhause wohnen bleiben. An diesem Punkt setzt die Beratung zur Wohnungsanpassung an. Die Wohnberaterin schaut sich die Wohnsituation auf Wunsch an und überlegt gemeinsam mit den Ratsuchenden, wie der Wohnraum so gestaltet werden kann, dass sie möglichst lange selbstbestimmt und sicher zuhause leben können.

Maßnahmen reichen vom einfachen Umräumen und Beseitigen von Stolperfallen, über den Einsatz von Hilfsmitteln (z.B. Haltegriffe, Beleuchtung) bis zu

Umbaumaßnahmen. Tipps zu Finanzierungsmöglichkeiten gehören ebenso zum Beratungsangebot, wie die Begleitung der Umsetzung der Maßnahmen, sofern Bedarf besteht. Ziel der Wohnungsanpassung ist, dass Sie längst möglich sicher, selbständig und selbstbestimmt in Ihren eigenen vier Wänden wohnen bleiben können.

Information und Beratung:

Seniorenbüro der Stadt Singen

DAS 2, Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen

Tel. (07731) 85-709 | seniorebuero@singen.de

Wohnberatung wird auch von der Patienten- und Wohnberatung des Sozialverbandes VdK Baden-Württemberg angeboten. VdK-Mitglieder können das Beratungsangebot im Rahmen der bestehenden Mitgliedschaft in Anspruch nehmen.

Sozialverband VdK | Patienten- und Wohnberatung

Bleichwiesenstr. 1/1, 78315 Radolfzell

Ulrike Werner, Tel. (07732) 9236-36

Mo., Mi. und Fr. von 9 bis 12 Uhr

u.werner@vdk.de

Die Soziale Wohnraumförderung

Einen Wohnberechtigungsschein benötigen Sie, um eine geförderte und gebundene Sozialmietwohnung beziehen zu können. Die Miete dieser Wohnungen ist in der Regel günstiger als bei Wohnungen auf dem freien Wohnungsmarkt. Beantragt werden kann der Wohnberechtigungsschein von Personen, deren Einkommen unter einer bestimmten Grenze liegt.

Der Wohnberechtigungsschein bietet nur die Möglichkeit, einen Mietvertrag abzuschließen. Ein Anspruch auf eine Sozialmietwohnung besteht damit nicht. Für Anträge und bei Fragen können Sie sich an folgende Stelle wenden:

Stadt Singen – Soziale Leistungen

Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen

Frau Merklin

Tel. (07731) 85-237

Mo., Mi. und Fr. von 8:30 bis 12 Uhr



Betreutes Wohnen

Als betreutes Wohnen werden Wohnformen bezeichnet, in denen ältere Menschen leben, die selbständig für sich sorgen und keine oder nur wenig Hilfe benötigen. Betreutes Wohnen bedeutet also nicht, dass man rund um die Uhr betreut und versorgt wird.

Besonders für Menschen, die keinen ausgeprägten Hilfe- bzw. Pflegebedarf haben, aber trotzdem in einer Wohnanlage leben möchten, die neben barrierefreiem Wohnraum eine Reihe von Leistungen im Bereich der Sicherheit und allgemeiner Betreuung bietet, stellt dies eine sinnvolle Überlegung dar.

Die Selbständigkeit bleibt bestehen

Viele ältere Menschen sind oft nicht mehr vollständig in der Lage, sich um Ihren Haushalt und den Garten oder auch um das Zubereiten der Mahlzeiten zu kümmern. Aber sie sind auch noch von einer klassischen Pflegesituation entfernt. Dadurch, dass sie ihren eigenen Wohnraum z. B. in einer Wohnung eines betreuten Hauses haben, bleibt ihre Selbständigkeit bestehen. Sie sind primär für sich selbst verantwortlich, werden aber auf Wunsch in verschiedenen Bereichen unterstützt

Sicherheit sorgt für ein entspanntes Leben

Wohnräume in betreuten Häusern sind mit einem SOS-Ruf ausgestattet. Oft ist auch ein sozialer Dienst im selben Haus untergebracht. Bei einem Sturz, den ersten Anzeichen eines Herzinfarktes oder anderem akuten Hilfebedarf kann der Betroffene durch das Betätigen des Notrufes schnell mit Hilfe rechnen. Dadurch, dass die Häuser regelmäßig von professionellen Pflegediensten o. ä. besucht werden und mehrere ältere Menschen mit denselben Bedürfnissen oder auch Krankheiten in einem Haus zusammenleben, fällt auch das Nichterscheinen einer Person sehr schnell auf. Die Angst, tagelang hilflos in der Wohnung zu liegen, ohne dass dies jemand bemerkt, ist hier erheblich reduziert und gibt den Bewohnern ein großes Stück Sicherheit!

Soziale Kontakte bleiben bestehen – neue werden aufgebaut

In Anlagen des betreuten Wohnens gibt es neben den privaten Wohnungen auch Gemeinschaftsräume. Hier kann man sich mit den anderen Bewohnern treffen, gemeinsam fernsehen, sich unterhalten oder auch zusammen kochen. Oft werden von den sozialen Diensten auch gemeinsame Aktivitäten geplant und angeboten. Die Teilnahme hieran ist selbstverständlich freiwillig, wird aber gern genutzt.

Betreute Wohnanlagen in Singen

Seniorenwohnanlage Heinrich-Weber-Platz

Heinrich-Weber-Platz 2, 78224 Singen
Vermietung und Betreuung über AWO Konstanz
Tel. (07731) 9580-94

Seniorenwohnanlage „Curth-Georg Becker Haus“

Hadumothstr. 9, 78224 Singen
Vermietung über Hausverwaltung Schwendner
Tel. (07731) 947801
Betreuung durch AWO Konstanz
Tel. (07731) 181543

Seniorenwohnanlage „Musikinsel“

Schlachthausstr. 7a, 78224 Singen
Vermietung über Hausverwaltung Schwendner
Tel. (07731) 947801
Betreuung durch AWO Konstanz
Tel. (07731) 794575

Seniorenwohnanlage Freiburger Straße

Freiburger Str. 3 – 9, 78224 Singen
Vermietung und Betreuung über AWO Konstanz
Tel. (07731) 24015

Seniorenwohnanlage St. Anna

Schwarzwaldstr. 23, 78224 Singen
Vermietung und Betreuung über Altenheim St. Anna
Tel. (07731) 9971-0 →

Betreute Wohnanlagen in Singen (Fortsetzung von Seite 36)

Seniorenwohnanlage Waldstraße

Waldstr. 6, 78224 Singen

Vermietung über Baugenossenschaft

Oberzellerhau, Tel. (07731) 8774-0

Betreuung durch Altenheim St. Anna

Tel. (07731) 9971-0

Seniorenwohnanlage Schwarzwaldstraße

Schwarzwaldstr. 44, 78224 Singen

Vermietung über Baugenossenschaft Hegau

Tel. (07731) 9324-0

Seniorenwohnanlagen Im Gambrinus

Im Gambrinus 1-3, 78224 Singen

Vermietung über Baugenossenschaft Hegau

Tel. (07731) 9324-0

Betreuung durch DRK Kreisverband Konstanz

Tel. (07731) 984657

Seniorenwohnungen Uhlandstraße

Uhlandstr. 35 + 35a, 78224 Singen

Vermietung über Karin Weber e.K.

Tel. (07731) 9126890

Betreuung durch DRK Kreisverband Konstanz

Tel. (07731) 955188

Servicehaus Sonnenhalde

Schaffhauser Str. 9, 78224 Singen

Vermietung und Betreuung

durch Servicehaus Sonnenhalde

Tel. (07731) 83505-0

Seniorenwohnanlage Freiheitsstrasse

Freiheitsstr. 5, 78224 Singen

Hausverwalter: Fa. Manz, Radolfzell

Tel. (07732) 822850

Betreuung durch AWO Kreisverband Konstanz e.V.

Tel. (07731) 8364300

PR-Text

HPlan Seniorenwohnen Hilzingen

Die moderne Wohnanlage in Hilzingen bietet 24 freundliche und helle Wohnlösungen in unterschiedlichen Größen, Balkon und Zugang zur schönen Gartenanlage. Je nach Bedarf kann so die passende Wohnlösung gewählt werden.

Neben dem Betreuten Wohnen mit 24h Ansprechpartner und Notruf im Haus können sich die Bewohner in Hilzingen auf Wunsch auch einer der beiden ambulant betreuten Wohngemeinschaften anschließen. So können der Alltag und die Betreuung gemeinsam mit anderen organisiert werden.

Zwei helle und großzügige Gemeinschaftsräume stehen hierzu zur Verfügung. Leben wie in einer Familie in häuslicher Atmosphäre - das macht unser Wohnkonzept aus. Betreuung und Pflege bis Pflegegrad 5 ist auf Wunsch möglich.

HPlan Seniorenwohnen Hilzingen

Betreutes Wohnen + ambulante Wohngruppen

Hauptstr. 99

78247 Hilzingen

Kontakt: Tel. (07733) 9933-0

www.hplan.de

Initiative 60+

Seniorenfreundliche Handwerksleistungen

So lange wie möglich selbstbestimmt und selbständig in der vertrauten Wohnung zu leben – diesen Wunsch haben viele ältere Menschen. Spätestens bei ein-tretender Verminderung der Mobilität werden die eigenen vier Wände zunehmend zum Mittelpunkt der Lebensgestaltung. Dies erfordert jedoch eine angepasste Wohnung mit entsprechendem Wohnumfeld. Barrierefreiheit, keine Stolperfallen, Sicherheitselemente in Bad und WC, eine gute Beleuchtung und vieles mehr erleichtern die Mobilität und verbessern die Lebensqualität.

Initiative 60+: Zertifikat „Fachbetrieb für seniorenfreundliche Handwerksleistungen“

Die Initiative 60+ ist eine Kooperation zwischen dem Kreissenorenrat Konstanz und der Kreishandwerkerschaft Westlicher Bodensee. Speziell geschulte Meisterbetriebe bieten aufmerksame und freundliche Handwerker- und Serviceleistungen, die auf die persönlichen und individuellen Belange der Kunden



Rücksicht nehmen. Im Landkreis Konstanz bieten über 100 zertifizierte 60+ Handwerksbetriebe aus 16 Gewerken Leistungen für mehr Schutz und Sicherheit sowie Barrierefreiheit an. Sie berücksichtigen Wertvorstellungen und Wünsche der älteren Kunden und informieren über alles Wissenswerte.

Sie erleichtern beispielsweise das Zurechtkommen mit Baustellen-Situationen, der Gartengestaltung oder dem Umstieg auf ein nun passendes Fahrzeug. Ein wichtiger Aspekt ist die Seriosität und Verlässlichkeit der Handwerker, die gerne bei entsprechenden Projekten unter einer hauptverantwortlichen Ansprechperson zusammenarbeiten. Weitere Informationen und Adressen der zertifizierten Betriebe finden Sie unter: www.60plus-handwerker.de

Passende Ansprechpartner können Sie unter Tel. (07732) 12283 oder per E-Mail an info@khwb-radolfzell.de erfragen.



a) Hilfe und Pflege zu Hause

Der Hausnotruf

Ein Hausnotruf ist ein elektronisches Meldesystem, das mit einer Hausnotrufzentrale verbunden ist. Er eignet sich für Menschen, die ihre Selbständigkeit erhalten wollen, in Notlagen aber das Telefon evtl. nicht rechtzeitig erreichen können. Das Auslösen des Notrufs erfolgt über einen Funksender, der am Arm oder um den Hals getragen wird. So kann man jederzeit per Knopfdruck Hilfe herbeirufen.

Die monatlichen Kosten variieren je nach Anbieter und Leistungsumfang. Hinzu kommt eine einmalige Anschlussgebühr. Liegt ein Pflegegrad vor, können Sie bei der Pflegekasse einen Zuschuss zu den monatlichen Kosten beantragen.



Angebote Hausnotruf in Singen:

ASB Baden-Württemberg e.V.
Region Konstanz/Singen
 Pfaffenhäule 48, 78224 Singen
 Tel. (07731) 185342
www.asb-konstanz.de

DRK Kreisverband Landkreis Konstanz e.V.
 Konstanzer Str. 74, 78315 Radolfzell
 Tel. (07732) 9460-133
www.drk-kn.de

Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH
 Schwarzwaldstr. 2c, 78224 Singen
 Tel. (07531) 8104-31 oder (07731) 94094
www.malteser-bodensee.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
 Zelglestr. 6, 78224 Singen
 Tel. (07731) 9983-11
www.johanniter.de

Sozialstation St. Elisabeth
 Randweg 1, 78224 Singen
 Tel. (07731) 99460
www.elisabethenverein-singen.de

*Mit dem Hausnotruf
 erhalten Sie schnelle
 Hilfe auf Knopfdruck.*

„Essen auf Rädern“

Das Kochen geht nicht mehr so leicht von der Hand und das lange Stehen am Herd ist für viele ältere Menschen zu anstrengend. Demente Menschen vergessen oft, dass sie noch nichts gegessen oder getrunken haben oder manchen erscheint es nicht lohnenswert, für sich alleine eine vollwertige Mahlzeit zuzubereiten. Mangelernährung gesellt sich nun zu den oft bereits bestehenden Erkrankungen. Durch den Service des „Essen auf Rädern“ werden viele Ältere daran erinnert, regelmäßig Mahlzeiten zu sich zu nehmen. Auch die Gefahr, zu vergessen den Herd auszuschalten, ist somit verringert.

Auf Wunsch kann an sieben Tagen der Woche eine Mahlzeit geliefert werden. Der Speiseplan enthält in der Regel auch Spezialkost wie vegetarische, salzarme, leicht bekömmliche oder lactosefreie Speisen, Diabetikerkost oder pürierte Kost. Desserts, Kuchen und Abendbrot ergänzen oft das Angebot. Meist kann aus einem reichhaltigen Angebot gewählt werden.

Leider trifft man den Kunden nicht immer persönlich an, sodass die Essenslieferung vor der Tür abgestellt werden muss. Häufig kommt es bei der Essensübergabe zu einem netten Kontakt, der die Möglichkeit bietet, sich kurz nach dem Wohlbefinden zu erkundigen. Vor allem bei alleinlebenden Personen kann man so schneller reagieren, falls doch einmal Hilfe nötig wäre.

DRK Kreisverband Landkreis Konstanz e. V.
Tel. (07732) 9460-133
www.drk-kn.de

Diakonische Dienste Singen e. V.
Tel. (07731) 951-181
www.diakonische-dienste-singen.de

Johanniter Unfall Hilfe e. V.
Tel. (07731) 9983-0 · www.johanniter-singen.de

© ASB/T. Ehling



„Essen auf Rädern“ bietet täglich eine warme Mahlzeit zu bezahlbaren Preisen.

Lecker & Leicht – Essen auf Räder
Tel. (07732) 4439
www.essenaufraeder.de

Malteser Hilfsdienst e. V. – Menüservice
Tel. (0800) 3020103
www.malteser-menueservice.de

Sozialstation St. Elisabeth
Tel. (07731) 9946-0
www.elisabethenverein.de

Altersheim St. Anna
Tel. (07731) 997115
www.altersheim-st-anna.de

Pflegezentrum St. Verena
Tel. (07731) 9343-0
www.st-verena.com

Servicehaus Sonnenhalde
Tel. (07731) 83505-0
www.servicehaus-sonnenhalde.de

Nachbarschaftshilfe

Der Grundgedanke einer Nachbarschaftshilfe liegt darin, dass Menschen trotz Unterstützungs- oder Pflegebedarf so lange wie möglich selbstbestimmt in ihrem zu Hause leben können. Nachbarschaftliche Hilfe im Sinne des Erbringens von Gefälligkeiten geschieht bereits vielerorts. Schwere Einkäufe werden vom Nachbarn in die Wohnung getragen, der Briefkasten wird geleert, Kleinigkeiten werden während des eigenen Einkaufs mit besorgt, oder die ältere Dame im Auto in die Stadt mitgenommen.

Die Nachbarschaftshilfe, wie sie in Singen betrieben wird, in Anlehnung an den Verein „Hilfe von Haus zu Haus e. V.“ sieht jedoch regelmäßige Besuche mit konstanter Verlässlichkeit vor. Die Helfenden werden für ihren Einsatz entlohnt. Meist sind sie bereits selbst im Ruhestand und fühlen sich rüstig genug, um bedürftige Senioren im Alltag zu begleiten und sich dabei durch eine erfüllende Aufgabe ein Zubrot zu erarbeiten. Es entsteht eine Win-win-Situation. Im Vordergrund steht dabei immer, dass Menschen zusammengebracht werden sollen, die zueinander passen. Um

sich aneinander gewöhnen zu können und Vertrauen beim Bedürftigen zu schaffen, ist es anzustreben, dass möglichst immer dieselbe Bezugsperson zu Besuch kommt. Ziel ihrer Arbeit ist auch immer die Entlastung der Angehörigen.

Die Nachbarschaftshilfe erbringt keine Pflegeleistungen und keine Behandlungspflege. Sie ist daher als Ergänzung zu den ambulanten Diensten zu sehen. Ihr Tätigkeitsfeld umfasst bei möglichst gemeinsamer Aktivität und ausreichend Zeit:

- » Unterstützung bei oder Übernahme von hauswirtschaftlichen Tätigkeiten
- » Einkäufe und Besorgungen
- » Begleitdienst z.B. zum Arzt, zu Behörden oder in die Kirche
- » Spaziergänge, Gespräche, Vorlesen, Spielen und Ausgehen
- » Begleitung und Betreuung von Menschen mit Demenz
- » Entlastung und Freiraum für die Angehörigen schaffen
- » Bei kranken oder älteren Menschen, die vorübergehend oder dauerhaft in ihrer Häuslichkeit Unterstützung brauchen.

Wer bereits einen Pflegegrad hat, kann die Leistungen, bzw. die Kosten der Nachbarschaftshilfe mit seiner Pflegekasse abrechnen.

Bei Interesse, sowohl für die Inanspruchnahme von Hilfen als auch für die Bereitschaft mithelfen zu wollen, nehmen Sie Kontakt auf mit:

**Bürgerverein Hausen für Hausen e. V. –
„Nachbarn helfen“**

Claudia Ehret

(Einsatzleitung für die Stadtteile, Hausen, Beuren, Schlatt und Friedingen)

Lindenplatz 3, Singen-Hausen

Tel. (07731) 9761479

nachbarn-helfen@t-online.de

Sprechzeiten: Mo., Mi., Fr. von 13:30 bis 16:30 Uhr



Betreuungskräfte aus dem EU-Ausland

Die Dienstleistung der sogenannten „24-Stunden-Betreuung“ hat sich in den letzten Jahren stark entwickelt. Sie bietet die Möglichkeit, auch bei erhöhtem Betreuungsbedarf, in den eigenen vier Wänden zu verbleiben und entlastet Angehörige.

Unter dem Begriff „24-Stunden-Betreuung“ versteht sich der Einsatz einer Hilfskraft, die die zu betreuende Person sowohl im Haushalt und Alltag unterstützt sowie die Grundpflege übernimmt. Die Betreuungskräfte leben im Haushalt der pflegebedürftigen Senioren, sodass auch die Sicherheit gegeben ist, schnell im Notfall Unterstützung zu erhalten.

Trotz der Begrifflichkeit „24-Stunden-Betreuung“ oder „Rund-um-Betreuung“ kann eine Betreuungskraft selbstverständlich nicht 24 Stunden durchgängig tätig sein. Das ist nach dem deutschen Arbeitszeitgesetz auch nicht zulässig. Die Betreuungskräfte arbeiten durchschnittlich 40 Stunden in der Woche. Darüber hinaus geben sie die Sicherheit, dass jemand vor Ort ist und jederzeit unterstützen kann.

Wichtig ist die passende Pausen- bzw. Freizeitregelung, um sowohl die Bedürfnisse der pflegebedürftigen Personen, als auch den Arbeitnehmerschutz der Betreuungskräfte zu gewährleisten.

Doch ist diese Alternative der sogenannten „Rund-um-die-Uhr-Betreuung“ auf legalem Wege überhaupt möglich? Welche Voraussetzungen müssen gewährleistet sein, um eine Betreuungskraft zu beschäftigen? Wie hoch sind die Kosten für diese Art der Betreuung?

Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie im Seniorenbüro der Stadt Singen.

Seniorenbüro / Pflegestützpunkt

Außenstelle Singen

DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen

Tel. (07731) 85-540 Gabriele Glocker

Tel. (07731) 85-709 Laura Casola

seniorenbuero@singen.de



Ambulante Pflegedienste – Sozialstationen

Pflegebedürftigkeit und Leben in der eigenen Wohnung sind durchaus kein Widerspruch. Ambulante Pflegedienste und Sozialstationen bieten Versorgung bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit an. In der Regel haben diese einen Versorgungsvertrag mit den Pflegekassen abgeschlossen und sind zur ganzheitlichen Pflege angehalten. Teilweise werden auch hauswirtschaftliche Leistungen übernommen – vom Staubsaugen über das Einkaufen bis hin zum Zubereiten von Mahlzeiten. Einige Dienste bieten darüber hinaus zusätzliche Betreuungsleistungen an. Dazu gehören verschiedene Hilfen bei der Alltagsgestaltung, zum Beispiel Spazierengehen oder Vorlesen.

Ein Pflegedienst kann auch einschätzen, wann eine häusliche Pflege nicht mehr ausreicht oder durch Krankenbeobachtung entsprechende Maßnahmen in

die Wege leiten. Sofern ein Pflegegrad vorliegt, werden Leistungen der ambulanten Pflegedienste bis zu einer bestimmten Höhe von der Pflegeversicherung übernommen (siehe Seite 55).

AWO Pflege- und Betreuungsdienst
Schlachthausstr. 7a, 78224 Singen
Tel. (07731) 9580-0
www.awo-konstanz.de

DRK Kreisverband Landkreis Konstanz e.V.
Sozialstation – Außenstelle Singen
Im Gambrinus 1, 78224 Singen
Tel. (07731) 984657
www.drk-kn.de

Diakonische Dienste Singen e.V. – Sozialstation
Anton-Bruckner-Str. 43, 78224 Singen
Tel. (07731) 951-600
www.diakonische-dienste-singen.de

Johanniter Unfallhilfe e.V.
Ambulanter Pflegedienst Singen
Zelglestr. 6, 78224 Singen
Tel. (07731) 9983-25
www.johanniter-singen.de

Lutz Betreuungsdienste Hegau Bodensee GmbH
Maggistr. 5, 78224 Singen
Tel. (07731) 8365520
www.homeinstead.de/247

Sozialpflegerischer Dienst e.V.
Bohlinger Str. 55, 78224 Singen
Tel. (07731) 29992
www.pflegedienste-singen.de

Sozialstation St. Elisabeth
Randweg 1, 78224 Singen
Tel. (07731) 9946-0
www.elisabethenverein.de

© Karin & Uwe Annas - stock.adobe.com



b) Teil- und vollstationäre Pflegeangebote

Zu den teil- und vollstationären Pflegeangeboten zählen die Tages- und Nachtpflege, die Kurzzeitpflege sowie die vollstationäre Unterbringung in einem Pflegeheim.

Tages- und Nachtpflege

Tagespflege

Die Tagespflege ist ein ergänzendes Angebot zur ambulanten Pflege. Sie ist für pflegebedürftige, aber nicht bettlägerige Menschen vorgesehen, die von ambulanten Diensten, von der eigenen Familie oder Privatpersonen versorgt werden. Pflegenden Angehörigen können die so gewonnenen Freiräume für Beruf und Freizeitaktivitäten nutzen.

Nachtpflege

Hier werden Pflegebedürftige nachts in einer Einrichtung betreut. Dieses bietet sich vor allem für Menschen an, die nachts sehr aktiv sind. In dieser Zeit

können sich die Pflegepersonen erholen und auch selbst durchschlafen, um tagsüber ausgeruht wieder für den Pflegebedürftigen da zu sein. Wer möchte, kann das Abendessen und das Frühstück in der entsprechenden Einrichtung zu sich nehmen.

Ein weiterer Vorteil ist natürlich die Anwesenheit einer Nachtwache, die im Notfall schnell helfen kann.

Angebote der Tages- und Nachtpflege in Singen finden Sie in der Aufstellung der stationären Pflegeeinrichtungen auf Seite 50.

Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege ist die befristete Versorgung und Betreuung eines pflegebedürftigen Menschen in einer vollstationären Einrichtung, der sonst zu Hause gepflegt wird. Sie kommt in Betracht, wenn beispielsweise pflegenden Angehörigen in Urlaub fahren oder selbst erkrankt sind und die häusliche Pflege daher nicht sichergestellt ist.

Auch im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt oder bis zum Abschluss notwendiger Umbaumaßnahmen im häuslichen Bereich ist die Aufnahme in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung möglich.

Einrichtungen, die Kurzzeitpflege anbieten, finden Sie in der Aufstellung der stationären Pflegeeinrichtungen auf Seite 50. Fragen Sie bitte rechtzeitig nach möglichen Platzkapazitäten an.

© Robert Kneschke - stock.adobe.com



Alle stationären Einrichtungen in Singen (siehe Seite 50) bieten auch Kurzzeitpflege an.

Vollstationäre Pflegeeinrichtungen

Manchmal ist es unumgänglich, die Aufnahme in eine Pflegeeinrichtung in die Wege zu leiten. Vor allem, wenn Angehörige selbst mit den Tücken des Alters zu kämpfen haben, die Pflege des Angehörigen sehr intensiv und zeitaufwendig ist, oder die eigene Berufstätigkeit und Lebensumstände, eine ausreichende Versorgung zu Hause nicht mehr zulassen.

Vollstationäre Pflege bietet für Betroffene einen geschützten Rahmen. Nicht nur für regelmäßige Mahlzeiten wird gesorgt, es kümmert sich auch jemand um die Wäsche, die Reinigung des Zimmers, etc.

Ein großer Vorteil ist natürlich die 24-Stunden-Verfügbarkeit von ausgebildeten Pflegekräften und medizinischem Personal. So kann in einer Notsituation schnell geholfen werden.

Ein neuer Alltag

Je nach Pflegebedürftigkeit haben die Bewohner die Möglichkeit an verschiedenen Unterhaltungs- und Therapiemaßnahmen teilzunehmen. Feste Termine, nach Jahreszeiten gestaltete Nachmittage, Spiele- oder Filmveranstaltungen bringen wieder Struktur in den Alltag und helfen, eine Vereinsamung zu verhindern. Neue Kontakte werden geknüpft und manchmal entstehen sogar richtige Freundschaften. Pflegeheime sind heutzutage offene Einrichtungen ohne feste Besuchszeiten, sodass Kontakte jederzeit gepflegt werden können. Die Umstellung auf die neue Lebenssituation und die fremde Umgebung wird in den meisten Einrichtungen heute erleichtert, u.a. durch das Mitbringen eigener Möbel und lieb gewonnenem.

AWO Seniorenfamilie Emil-Sräga-Haus

Freiburger Str. 1b, 78224 Singen

Tel. (07731) 91254-0

www.seniorenfamilie.awo-konstanz.de

V K

AWO Seniorenzentrum Michael-Herler-Heim

Masurenstr. 36, 78224 Singen

Tel. (07731) 8692-100

www.michael-herler-heim.de

V K

Diakonische Dienste Singen e.V.

Pflegeheim Haus am Hohentwiel

Anton-Bruckner-Str. 41, 78224 Singen

Tel. (07731) 951-147

www.diakonische-dienste-singen.de

V T K

Caritasverband Singen-Hegau e.V.

Haus St. Klara

(Für Senioren mit Behinderung)

Mühlenstr. 7, 78224 Singen

Tel. (07731) 797532

www.caritas-singen.de

V T K

Haus zum Feierabend

Haasenäckerstr. 19, 78224 Singen-Beuren

Tel. (07731) 83837-0

www.hauszumfeierabend.de

V K

Pflegezentrum Hegau GmbH

Virchowstr. 6a, 78224 Singen

Tel. (07731) 14464-0

www.pflegezentrum-hegau.de

V T K

St. Anna Altenheim

Hadwigstr. 38, 78224 Singen

Tel. (07731) 9971-0

www.altersheim-st-anna.de

V K

Servicehaus Sonnenhalde

Pflegeheim Singen

Schaffhauser Str. 9, 78224 Singen

Tel. (07731) 83505-0

www.servicehaus-sonnenhalde.de

V K

Erklärung der Symbole:

V = Vollstationäre Dauerpflege

K = Kurzzeitpflege

T = Tagespflege

c) Angebote für Menschen mit Demenz

„Aktionsbündnis Demenz Singen/Hegau“

Wer sind wir?

Wir verstehen uns als Arbeitsgemeinschaft, die den Menschen den Umgang mit dementiellen Symptomen erleichtern und Entlastungen im Alltag aufzeigen will. Wir sind der Meinung, dass wir durch gezielte Aufklärung in Form von Informationsveranstaltungen und individueller Beratung in der Kooperation miteinander mehr erreichen können, als durch isolierte Aktionen.

Als „offenes Bündnis“ ist es für jeden Interessierten (auch Einzelpersonen), der sich nach unseren Vorstellungen engagieren möchte, jederzeit möglich, sich mit seinen eigenen Kapazitäten einzubringen, Aufgaben zu übernehmen oder sich finanziell zu beteiligen. Jeder Akteur behält seine volle Souveränität und veranstaltet eigene Aktionen, spricht aber seine Aktivitäten ab. Für bestimmte Aktionen schließen sich die Akteure zusammen, bringen ihre jeweiligen Kompetenzen ein, werben gemeinsam und treten als Veranstalter auf.

Was wollen wir? – Die Ziele

- » Die soziale Dimension der Erscheinung Demenz wird in den Vordergrund gerückt und ein Bewusstseinswandel angeregt. Eine breite Auseinandersetzung mit Demenz als gesellschaftliche Herausforderung wird erreicht. Das Thema Demenz wird enttabuisiert.
- » Dementen Menschen wird die Teilhabe am Leben in ihrer Kommune und der Gesellschaft ermöglicht. Sie sollen so lange wie möglich zu Hause leben können.
- » Angehörige werden entlastet durch Information und Unterstützung. Der offene Umgang mit dem Thema Demenz wirkt sozialem Rückzug (co-dementielle Auswirkungen) und intra-familiären Konflikten entgegen.
- » Die Qualität in der Pflege und in der Gestaltung des Pflegealltags wird verbessert.

Wie können wir das erreichen?

Da wir in unserer täglichen Arbeit erfahren, mit welchen Problemen demenzkranke Menschen und ihre Angehörigen im Umgang miteinander konfrontiert werden, wissen wir um deren physische und psychische Belastung.

Meist ist es Unwissenheit über die Erkrankung Demenz, deren Verlauf und Begleiterscheinungen, die zu Unsicherheit in der Kommunikation mit dem Erkrankten, Verständnislosigkeit beider Seiten und somit zu Konflikten in der Familie (und in der Öffentlichkeit) führen.

Deshalb sind wir davon überzeugt, dass die Aufklärungsarbeit über das Krankheitsbild selbst und das Erlernen vom Umgang damit, zu einem entspannteren Miteinander führt. In Form von Vorträgen und Demenzkongressen, sowie Veranstaltungen im Rahmen des jährlichen Weltalzheimertages, wollen wir Informationsdefizite beheben und Themen aufgreifen, deren Inhalte für die Angehörigen nachvollziehbar und in ihrer Praxis umsetzbar sind.

Mitglieder des Aktionsbündnisses sind:

- » Stadt Singen
- » Stadtseniorenrat Singen
- » AWO Kreisverband Konstanz e. V.
- » Altenheim St. Anna
- » Pflegezentrum St. Verena Rielasingen
- » Diakonische Dienste Singen e. V.
Haus am Hohentwiel
- » Caritasverband Singen-Hegau e. V.
- » Soziales Netzwerk Aach
- » Sozialverband VdK Bezirksverband Südbaden
- » Die Johanniter Unfallhilfe e. V.
- » Homeinstead Betreuungsdienst – Heike Lutz
- » Bürgerstiftung Singen
- » Bürgerverein Hausen für Hausen e. V.
- » Bürgerverein Überlingen am Ried e. V.

Unterstützer des Aktionsbündnisses sind:

- » AWO Seniorenzentrum
Michael-Herler-Heim
- » Dr. med. Achim Gowin
Geriatrie am Hegau-Bodensee-Klinikum
- » Dr. med. Benedict Müller, Neurologe

Kontakt und Beratung:**Seniorenbüro / Pflegestützpunkt
Außenstelle Singen**

DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
Gabriele Glocker, Tel. (07731) 85-540
gabriele.glocker@singen.de

Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Pflegende Angehörige**brauchen Rat und Unterstützung**

Pflegende Angehörige brauchen ein hohes Maß an Information, Beratung, Begleitung und Unterstützung in ihrem oft sehr kräftezehrenden Alltag. Hier sind Angehörigengruppen ein gutes Angebot: Regelmäßige Treffen für ca. zwei Stunden helfen, sich auszusprechen und Rat und Unterstützung von Menschen in vergleichbarer Lebenssituation zu erhalten. Es tut gut, zu sehen, dass es auch andere Menschen

gibt, die in der gleichen Situation sind und mit ihnen offen über die eigenen Schwierigkeiten bei der Betreuung eines dementen Familienmitgliedes sprechen zu können. Einige Gruppen bieten parallel eine Betreuung für die Erkrankten an, um die Teilnahme an der Angehörigengruppe zu erleichtern.

Austausch und Informationen

Die meist kostenlosen Treffen finden sowohl als Informationsabende mit einschlägigen Themen und Referenten, als auch in Form von informellen Gesprächen im kleineren Kreis statt. Die meisten Angehörigengruppen im Land werden von Einrichtungen eines Wohlfahrtsverbandes oder anderen Diensten getragen und gemeinsam mit ehemals pflegenden Angehörigen und geschulten Mitarbeitern, aber auch Ehrenamtlichen geleitet.

Servicehaus Sonnenhalde

Schaffhauser Str. 9, 78224 Singen
Tel. (07731) 83505-0
Leitung der Gruppe: Ruth Schwarz

Die Angehörigengruppe trifft sich zum Frühstück im Cafe Klatsch des Servicehaus Sonnenhalde Jeden 1. Montag im Monat von 9 bis 11 Uhr
Kostenbeitrag: 5.- Euro

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Die Johanniter-Unfallhilfe Singen e. V. bietet dienstags und donnerstags jeweils von 14 bis 17 Uhr Beschäftigung und Beisammensein für Menschen mit Demenz. Die Betreuung erfolgt im beschützten Rahmen und wird von einer Fachkraft geleitet.

Johanniter Unfallhilfe e. V.
Zelglestr. 6, 78224 Singen
Tel. (07731) 9983-25

Die Leistungen der Pflegeversicherung

Antragstellung und Begutachtung

Wer pflegebedürftig ist, erhält – auf Antrag – Leistungen der Pflegeversicherung. Die Antragstellung erfolgt bei der zuständigen Pflegekasse. Dabei gilt, Pflegekasse ist gleich Krankenkasse. Den Antrag können Sie selbst oder eine von Ihnen bevollmächtigte Person (Familienangehörige, Freunde oder Nachbarn) stellen. Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Begutachtung zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit.

Insgesamt gibt es fünf Pflegegrade. Zur Bestimmung des Pflegegrades betrachtet der Gutachter sechs verschiedene Lebensbereiche. Für jeden Lebensbereich vergibt der Gutachter, je nachdem wie viel Unterstützung im Alltag benötigt wird, eine Anzahl von Punkten. Diese Punkte fließen mit unterschiedlicher Gewichtung in die Bewertung ein. Am Ende ergibt sich ein Gesamtpunktwert, nach dem sich der Pflegegrad bestimmt. Je nach Pflegegrad und Pflegesituation werden unterschiedliche Leistungen gewährt. Einen Überblick der Leistungsbeträge erhalten Sie in der Tabelle auf Seite 55.

Leistungen bei häuslicher Pflege

Pflegegeld und Pflegesachleistungen

Pflegegeld gibt es für die Betreuung und Pflege durch Angehörige, Nachbarn oder Freunde zu Hause. Pflegesachleistungen nennt man die Hilfe von professionellen Pflegediensten. Pflegegeld und Sachleistungen können auch kombiniert werden. Das bedeutet, einen Teil der Pflege können Angehörige oder Freunde übernehmen. Dafür erhält man Pflegegeld. Den anderen Teil der Pflege übernimmt ein mobiler Pflegedienst. Dafür erhält der Pflegedienst Geld von der Pflegekasse.

Angebote zur Entlastung im Alltag

Pflegebedürftige aller Pflegegrade, die zu Hause gepflegt werden, können zusätzliche Betreuungs- und

Entlastungsleistungen in Anspruch nehmen. Diese sollen Pflegebedürftige und pflegende Angehörige unterstützen, z.B. durch eine Hilfe im Haushalt. Darunter fallen auch Angebote, die soziale Kontakte und Aktivitäten fördern, wie Vorlesen, Begleitung bei Spaziergängen oder sonstigen Erledigungen. Der Entlastungsbetrag kann auch zur (Ko-)Finanzierung einer Tagespflege oder der Kurzzeitpflege eingesetzt werden.

Der Betrag für diese Entlastungsleistungen beträgt einheitlich 125 Euro im Monat für alle Pflegegrade. Dieser wird nicht ausbezahlt, sondern dient der Erstattung für in Anspruch genommene Leistungen von anerkannten Anbietern. Nicht ausgeschöpfte Beträge können innerhalb des Kalenderjahres in die Folge Monate geschoben werden. Am Ende des Kalenderjahres können nicht verbrauchte Beträge in das darauffolgende Halbjahr übertragen werden.

Wenn die 125 Euro pro Monat nicht ausreichen, können Pflegebedürftige einen Teil ihrer Pflegeleistungen umwidmen lassen. Auf diese Weise lassen sich bis zu 40 Prozent des Betrags für Pflegesachleistungen für Betreuungs- und Entlastungsleistungen nutzen. Das ist sinnvoll, wenn diese nicht für die Pflege benötigt werden. Für diese Umwidmung ist ein Antrag bei der Pflegekasse nötig.

Pflegehilfsmittel

Hierunter fallen Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege notwendig sind, diese erleichtern und dazu beitragen, dass eine eigenständige Lebensführung gewährleistet werden kann. Die Pflegekasse unterscheidet dabei zwischen technischen Pflegehilfsmitteln, wie etwa ein Pflegebett oder ein Notrufsystem und Verbrauchsprodukten, wie zum Beispiel Einmalhandschuhe.

Technische Hilfsmittel werden meist leihweise oder gegen eine Zuzahlung zur Verfügung gestellt. Kosten für Verbrauchsprodukte werden bis zur Höhe von 40 Euro im Monat erstattet. Dies gilt für alle Pflegegrade.

Übersicht der Leistungen in den jeweiligen Pflegegraden

Pflegegrad	Pflegegeld	Pflegesachleistung	Entlastungs- betrag ambulant	Tages-/Nacht- pflege	Vollstationäre Pflege
1	0 Euro	0 Euro	131 Euro	0 Euro	131 Euro
2	347 Euro	796 Euro	131 Euro	721 Euro	805 Euro
3	599 Euro	1497 Euro	131 Euro	1357 Euro	1319 Euro
4	800 Euro	1859 Euro	131 Euro	1685 Euro	1855 Euro
5	990 Euro	2299 Euro	131 Euro	2085 Euro	2096 Euro

Stand: 01.01.2022

Leistungen für barrierefreien Umbau

Wenn Pflegebedürftige zu Hause gepflegt werden, muss manchmal die Wohnung umgebaut werden. Zum Beispiel eine Dusche ohne Stufe oder ein Haltegriff für die Toilette. Für solche Umbauarbeiten zahlt die Pflegeversicherung bis zu 4.000 Euro. Sollte sich im Laufe der Zeit eine weitere, notwendige Umbaumaßnahme zeigen, kann auch ein weiteres Mal ein Zuschuss gewährt werden.

Wohnen mehrere Pflegebedürftige zusammen, beträgt der Zuschuss bis zu 16.000 Euro. Das kommt zum Beispiel in einer ambulant betreuten Wohngruppe vor. Anspruchsberechtigt sind Pflegebedürftige in allen Pflegegraden.

Zusätzliche Leistungen für ambulant betreute Wohngruppen

Pflegebedürftige der Pflegegrade 1 bis 5 in ambulant betreuten Wohngruppen können einen pauschalen Wohngruppenzuschlag in Höhe von 214 Euro im Monat erhalten.

Voraussetzung für den Erhalt des Zuschlages ist unter anderem, dass mindestens drei und höchstens zwölf Personen zum Zweck der gemeinschaftlich organisierten pflegerischen Versorgung in einer ambulant betreuten Wohngruppe zusammenleben und von

den Personen mindestens drei pflegebedürftig sind. Außerdem muss in der Wohngruppe eine Person tätig sein, die organisatorische, verwaltende, betreuende, das Gemeinschaftsleben fördernde Tätigkeiten verrichtet oder hauswirtschaftliche Unterstützung leistet. Es können auch mehrere verschiedene Hilfeleistungen durch unterschiedliche Personen finanziert werden. Anspruch auf den Zuschlag hat jeder in der Wohngruppe lebende Pflegebedürftige.

Für die Gründung einer ambulant betreuten Wohngruppe sieht die Pflegeversicherung eine Anschubfinanzierung vor. Der einmalige Höchstbetrag für die Gründung beträgt 2.500 Euro pro pflegebedürftiger Person, max. jedoch 10.000 Euro pro Wohngruppe.

Verhinderungspflege

Die Pflegekasse zahlt eine notwendige Ersatzpflege für Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5, sofern die Pflegeperson wegen Krankheit oder Urlaub die Pflegesituation vorübergehend abgeben muss. Dies gilt jedoch erst dann, wenn der Pflegenden die Pflege seit mindestens sechs Monaten bereits sicherstellt.

Der Anspruch ist begrenzt auf maximal sechs Wochen im Jahr bis zur Höhe von maximal 1.774 Euro. Bei der Inanspruchnahme wird die Hälfte des bisher bezogenen Pflegegeldes weitergezahlt. →

Leistungen bei teil- und vollstationärer Pflege

Tages- und Nachtpflege

Zur Tages- oder Nachtpflege ist der Pflegebedürftige einmal oder mehrmals pro Woche in einer Pflegeeinrichtung, entweder tagsüber oder nachts. Die Pflege wird durch professionelles Personal sichergestellt. Je nach Pflegegrad (PG 2 bis 5) werden Kosten der pflegerischen Versorgung bis zu einer bestimmten Höhe von der Pflegekasse übernommen. Die monatlichen Höchstbeträge können Sie der Tabelle auf Seite 55 entnehmen.

Pflegebedürftige in Pflegegrad 1 können den Entlastungsbetrag für die Tages- und/oder Nachtpflege einsetzen. Kosten für Verpflegung und Fahrtkosten müssen privat getragen werden.

Kurzzeitpflege

Viele Pflegebedürftige sind nur für einen begrenzten Zeitraum auf vollstationäre Hilfe angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von Krisensituationen,

etwa nach einem Krankenhausaufenthalt. Die Pflegeversicherung übernimmt pflegebedingte Kosten der Kurzzeitpflege für längstens acht Wochen im Kalenderjahr in Höhe von maximal 1.774 Euro. Dies gilt ab Pflegegrad 2. Pflegebedürftige in Pflegegrad 1 können den Entlastungsbetrag nutzen.

Nicht verbrauchte Leistungen der Verhinderungspflege (s. Seite 55) können vollständig für die Kurzzeitpflege verwendet werden. Damit kann der Betrag für Kurzzeitpflege auf bis zu 3.386 Euro erhöht werden.

Vollstationäre Pflege

Die Pflegeversicherung zahlt bei vollstationärer Pflege pauschale Leistungen für die Pflege. Die monatlichen Höchstbeträge in den jeweiligen Pflegegraden können Sie der Tabelle auf Seite 55 entnehmen.

Die Leistungsbeträge reichen jedoch nicht aus, um die Kosten der pflegerischen Versorgung vollständig zu decken. Unabhängig vom Pflegegrad ist daher ein sogenannter „Einrichtungseinheitlicher Eigenanteil“ zu entrichten. Der einheitliche pflegebedingte Eigenanteil unterscheidet sich von Einrichtung zu Einrichtung, sodass sich ein Vergleich lohnen kann.

Die Kosten für Unterkunft, Verpflegung sowie eventuell anfallende Investitionskosten muss der Pflegebedürftige selbst tragen.

Ausführliche Informationen und Beratung zu den Leistungen der Pflegeversicherung erhalten Sie auch im Seniorenbüro.

Seniorenbüro / Pflegestützpunkt Außenstelle Singen

DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2

78224 Singen

Tel. (07731) 85-540 Gabriele Glocker

Tel. (07731) 85-709 Laura Casola

seniorenbuero@singen.de

Übergangspflege für Personen ohne Pflegegrad

Es gibt Fälle, in denen Menschen vorübergehend Pflege benötigen, ohne dass eine Pflegebedürftigkeit vorliegt, z.B. nach einem Krankenhausaufenthalt oder aufgrund einer akuten schwerwiegenden Krankheit.

Versicherte haben für bis zu vier Wochen Anspruch auf Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung im Rahmen der häuslichen Krankenpflege sowie auf eine Haushaltshilfe. Reichen diese Leistungen nicht aus, besteht Anspruch auf Aufnahme in einer Kurzzeit-Pflegeeinrichtung für maximal acht Wochen im Kalenderjahr. Hierfür übernimmt die **Krankenkasse** pflegebedingte Kosten in Höhe von bis zu 1.612 Euro im Kalenderjahr.

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Reichen Ihre Einkünfte im Alter oder bei voller Erwerbsminderung einfach nicht für den notwendigen Lebensunterhalt aus? Dann sollten Sie die Grundsicherung beantragen. Darin sind alle Leistungen, die auch nach dem Sozialhilferecht gezahlt werden, enthalten. Im Unterschied zu anderen Sozialhilfeleistungen ist die Grundsicherung jedoch unabhängig vom Einkommen Ihrer Kinder oder Eltern, sofern dieses 100.000 Euro im Jahr nicht übersteigt.

Wer hat Anspruch?

Einen Anspruch auf Grundsicherung sollten Sie prüfen lassen, wenn Sie eine Altersrente beziehen bzw. die Regelaltersgrenze der gesetzlichen Rentenversicherung erreicht haben und Ihr gesamtes monatliches Einkommen weniger als 865 Euro beträgt. Dies gilt ebenso, wenn Sie dauerhaft voll erwerbsgemindert sind und mindestens 18 Jahre alt sind.

Keinen Anspruch haben Personen, die ihre Bedürftigkeit in den letzten 10 Jahren vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführt haben. Auch wer im Ausland wohnt oder Leistungen für Asylbewerber beantragt hat, erhält keine Leistungen.



© Ergo Versicherungen

Besonders alleinstehende Frauen haben häufig eine zu geringe Rente.

Welche Leistungen enthält die Grundsicherung?

Die Grundsicherung hilft Ihnen dabei, die Kosten für Ihr tägliches Leben zu tragen. Dazu gehören:

- » Ausgaben für Ihren notwendigen Lebensunterhalt – angepasst an Ihren Familienstand und Ihre Haushaltsführung.
- » Aufwendungen für Ihre Unterkunft – dazu gehören Miete, Nebenkosten und Heizung.
- » Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge sowie Vorsorgebeiträge in angemessener Höhe.
- » Mehrbedarf für bestimmte Personengruppen, wie für Schwerbehinderte.
- » Situationsabhängige Hilfen in Sonderfällen.

Was wird angerechnet?

Wie viel Grundsicherung Sie bekommen, hängt von Ihrem Einkommen und Vermögen sowie dem Ihres Ehepartners ab. Dies gilt auch, wenn Sie in einer ehe- oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft leben, und für eingetragene Lebenspartnerschaften.

Wo stellen Sie den Antrag?

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung wird nur auf Antrag geleistet. Zuständig für die Leistungsgewährung ist das Kreissozialamt.

Landratsamt Konstanz – Kreissozialamt

Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz
Diana Frey, Tel. (07531) 800-4600 |
Sozialamt@LRAKN.de

Den Antrag können Sie vorab auf der Homepage des Landratsamtes (www.lrakn.de) herunterladen und ausfüllen. Anträge für Singener Bürgerinnen und Bürger nimmt Frau Kleinschmidt von der Stadtverwaltung entgegen. Sie unterstützt beim Ausfüllen und erstellt Kopien.

Stadt Singen – Soziale Leistungen

DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
Frau Kleinschmidt (EG Zi. 005)
Tel. (07731) 85-516
Mo., Mi., Fr. von 8:30 bis 12 Uhr

Hilfe zur Pflege

In der Regel werden bei Pflegebedürftigkeit die Leistungen der Pflegeversicherung gewährt (siehe Seite 55). Wenn dies jedoch nicht der Fall ist oder kein Anspruch besteht, kommt Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) XII in Betracht.

Hilfe zur Pflege ist Teil der Sozialhilfe. Sie dient zur Unterstützung von pflegebedürftigen Personen, die den notwendigen Pflegeaufwand nicht mit eigenen Mitteln aufbringen können, da sie nur ein geringes Einkommen und kaum Ersparnisse haben. Zu beachten ist hierbei, dass Hilfe zur Pflege analog den Vorschriften in der Pflegeversicherung erst ab dem festgestellten Pflegegrad 2 gewährt wird. Es muss ein entsprechendes Gutachten vorliegen.

Hilfe zur Pflege umfasst insbesondere:

- » Pflegegeld und Leistungen eines Pflegedienstes
- » Tagespflege
- » Verhinderungs- und Kurzzeitpflege
- » Stationäre Pflege in einer Einrichtung

Die Leistungen umfassen den ungedeckten Bedarf das heißt, den Teil der Kosten der nicht durch eigenes Einkommen oder von vorrangig Zahlungsverpflichteten zu leisten ist. Auch wenn eine Person nicht bei der Pflegekasse versichert ist, können Leistungen gewährt werden.

Hilfe zur Pflege wird nur gewährt, wenn die Kosten aus eigenem Einkommen und Vermögen nicht getragen werden können. Vermögen bis zu 5.000 Euro zuzüglich 5.000 Euro für den Ehe- oder Lebenspartner bleibt dabei unberücksichtigt. Eine eventuelle Unterhaltspflicht von Kindern wird überprüft.

Zuständig für die Beantragung und Leistungsgewährung ist das Kreissozialamt in Konstanz.

Landratsamt Konstanz – Sozialamt Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz
Tel. (07531) 800-1611

Wohngeld

Wohngeld ist ein Zuschuss zur Bezahlung einer Mietwohnung, eines Zimmers im Pflegeheim oder Behinderten-Wohnheim (Mietzuschuss) beziehungsweise ein Zuschuss zu den Kosten für selbst genutztes Wohneigentum, wenn man ein Haus oder eine Eigentumswohnung besitzt (Lastenzuschuss).

Die Höhe des monatlichen Zuschusses ist abhängig vom Einzelfall und orientiert sich an der Haushaltsgröße, dem Einkommen und der Miete beziehungsweise Belastung.

Beantragen können Sie das Wohngeld bei der Wohngeldbehörde der Stadt Singen. Diese befindet sich im Erdgeschoss des DAS 2 in der Julius-Bührer-Str. 2.

Ansprechpersonen der Wohngeldbehörde:

Ansprechpartner	Zi.-Nr.	Namen	Tel. (07731)
Herr Di Francesco	005	A-B, D	85-542
D. Kähler	005	C, E-J	85-541
Frau E. Lindemann	006	K-O	85-569
Frau S. Fleiner	007	P-R, SCH	85-543
Frau S. Hübner	009	S, ST, T-Z	85-568

Öffnungszeiten:

Montag und Freitag von 8:30 bis 12 Uhr
Mittwoch von 8:30 bis 12 Uhr und von 14 bis 16 Uhr
wohngeldbehoerde@singen.de

Weitere Hilfen und Vergünstigungen

Singener Bonuskarte

Die Singener Bonuskarte erleichtert Sozialleistungsempfängern die Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben durch Vergünstigungen bei verschiedenen Dienstleistern (siehe Infokasten).

Anspruchsberechtigt sind:

- » Empfänger von Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes gemäß SGB II (erwerbsfähige Hilfebedürftige / Hartz IV)
- » Empfänger von Leistungen zum Lebensunterhalt gemäß SGB XII (Sozialhilfe / Grundsicherung)
- » Leistungsberechtigte nach dem Asylbewerberleistungsgesetz
- » Wohngeldberechtigte und
- » Haushalte mit Bezug von Kindergeldzuschlag

Die Bonuskarte hat eine Laufzeit von zwölf Monaten und ist nicht übertragbar. Er kann bei weiterem Vorliegen der Voraussetzungen verlängert werden. Bei der Beantragung bitte Passfoto, Leistungsbescheid und Personalausweis mitbringen. Anträge nimmt der Fachbereich Jugend, Soziales, Ordnung entgegen (siehe Infokasten rechts).

Nachbarschaftspass

Wer innerhalb von Singen Nachbarschaftshilfe für einen anerkannten Dienst leistet, kann bei der Stadtverwaltung eine Nachbarschaftskarte beantragen.

Die Nachbarschaftskarte wird für ein Jahr ausgestellt. Voraussetzung ist ein Wohnsitz in Singen. Bei der Beantragung sowie der Verlängerung ist ein Schreiben oder eine Abrechnung des Dienstes (z.B. der Diakonischen Dienste) vorzulegen. Mit der Nachbarschaftskarte erhalten Sie Vergünstigungen bei verschiedenen Dienstleistern. Anträge zur Ausstellung eines Nachbarschaftspasses nimmt der Fachbereich Jugend, Soziales, Ordnung entgegen (siehe Infokasten rechts).

© commons.wikimedia.org/Kumusingen



Mit der Bonus- oder Nachbarschaftskarte erhalten Sie Vergünstigungen in den Singener Museen und verschiedenen anderen Einrichtungen.

Die Bonus- oder die Nachbarschaftskarte bietet Ihnen Vergünstigungen bei:

- » Stadtlinienverkehr
- » Singener Bäder
- » Volkshochschule Landkreis Konstanz e.V.
- » Feriensommer-Programm
- » Singener Museen
- » Städtische Bibliotheken
- » Jugendmusikschule
- » Stadthalle
- » Cineplex Singen und Fahrradwerkstatt
- » Velofit

Beantragen können Sie die Bonus- oder die Nachbarschaftskarte hier:

Stadt Singen – Soziale Leistungen
 DAS 2 | Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
 Frau Kleinschmidt (EG Zi. 005)
 Tel. (07731) 85-516
 Mo., Mi., Fr. von 8:30 bis 12 Uhr

Handbuch für den schmalen Geldbeutel

Das Handbuch für den schmalen Geldbeutel informiert von Armut betroffene oder bedrohte Personen und ehrenamtlich Helfende gut verständlich über die Grundlagen des sozialen Netzes in Deutschland und über die Angebote im Landkreis. Die Broschüre ist ein Kooperationsprojekt von AWO, Singener Tafel e. V., Diakonie, Caritas und Kinderchancen e. V. Sie wird im Arbeitslosenzentrum der AWO erstellt und auf dem neuesten Stand gehalten.

Unter folgendem Link gelangen Sie im Internet zu der Broschüre: www.awo-konstanz.de/handbuch

Bei Fragen zu der Veröffentlichung können Sie sich an folgenden Kontakt wenden:

AWO Kreisverband Konstanz e. V.
Heinrich-Weber-Platz 2, 78224 Singen
Tel. (07731) 9580-0
info@awo-konstanz.de

Singener Tafel

Der Tafelladen im Zentrum von Singen bietet mehr als nur gute und günstige Lebensmittel. Er ist ein „Ort der Begegnung“. Im Tafelladen gibt es Informationen, gegenseitigen Austausch und er ist zugleich für viele Menschen ein wichtiger Treffpunkt.

Tafel Singen

Heinrich-Weber-Platz 2

78224 Singen

Tel. (07731) 183310

www.tafel-singen.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr. von 10:15 bis 12:30 Uhr

und von 14 bis 16 Uhr

Montags bis freitags bietet die Singener Tafel von 12 bis 13 Uhr einen Mittagstisch für Personen mit geringem Einkommen an. Das Menü kostet 2 Euro* inklusive Getränken.

(* Stand Mai 2019)

Die Tafeln sammeln „überschüssige“ aber qualitativ einwandfreie Lebensmittel und geben diese kostenlos oder gegen einen symbolischen Betrag an Bedürftige ab.

© goodluz - stock.adobe.com



Palliativversorgung und Hospizarbeit

In Zeiten, in denen unsere Gesellschaft immer älter wird und Debatten über Selbstbestimmung und Menschenwürde am Lebensende geführt werden, leisten Hospizdienste wertvolle Arbeit. Die meisten Menschen möchten zu Hause und nicht alleine sterben. Wunsch und Wirklichkeit klaffen aber weit auseinander. Bedingt durch den gesellschaftlichen Wertewandel und den Veränderungen familiärer Strukturen ist es oft nicht möglich, bis zuletzt in vertrauter Umgebung zu verbleiben.

Ambulanter Hospizdienst

Ambulante Hospizdienste begleiten ehrenamtlich unheilbar erkrankte und sterbende Menschen sowie deren Angehörige in den letzten Monaten oder Wochen des Lebens. Sie helfen den Angehörigen nach einem Todesfall durch die Zeit der Trauer.

Begleitungen durch ambulante ehrenamtliche Hospizdienste finden überwiegend zu Hause, aber auch in stationären Pflegeeinrichtungen oder im Krankenhaus statt. Das Angebot ist kostenlos. Pflegeleistungen sowie Hausarbeit werden von ambulanten Hospizdiensten nicht übernommen.

Hospizverein Singen und Hegau e. V.

Hegastr. 31, 78224 Singen

Tel. (07731) 31138

Mo. bis Fr. von 9 bis 12 Uhr und nach Vereinbarung

kontakt@hospizverein-singen.org

www.hospizverein-singen.org

Ambulante Palliativversorgung

Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) richtet sich an Patienten im fortgeschrittenen Stadium einer unheilbaren Erkrankung, die unter einer ausgeprägten Symptomatik leiden oder eine aufwendige Versorgung benötigen. Die Lebensqualität soll erhalten oder verbessert werden und es soll

den Betroffenen ein menschenwürdiges Leben in ihrer vertrauten Umgebung ermöglicht werden. Im Vordergrund steht nicht die Behandlung mit dem Ziel der Heilung, sondern Linderung der belastenden Symptome wie z. B. Schmerzen, Übelkeit oder Atemnot.

Horizont Hospiz- und Palliativzentrum

Palliativ Daheim

Hegastr. 29-31, 78224 Singen

Tel. (07731) 969707-50

info@sapv-horizont.de

Stationäres Hospiz

Stationäre Hospize sind eigenständige Einrichtungen mit separatem Personal und Konzept. Sie verfügen über mindestens acht und in der Regel höchstens über sechzehn Betten. Im Mittelpunkt der stationären Hospizversorgung stehen die schwerstkranken Patienten mit ihren Wünschen und Bedürfnissen. Eine Pflege und Versorgung wird durch haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende des Hospizes in Zusammenarbeit mit Palliativmediziner*innen gewährleistet.

Das stationäre Hospiz im Hospiz- und Palliativzentrum Horizont wird im Juli 2019 eröffnet.

Horizont Hospiz- und Palliativzentrum

Stationäres Hospiz

Hegastr. 29-31, 78224 Singen

Tel. (07731) 96970-171

www.horizont-hospizzentrum.de

Für die Patienten sind die Leistungen im stationären Hospiz sowie von Palliativ Daheim kostenfrei und werden über die Krankenkassen abgerechnet. Voraussetzung ist eine Verordnung des behandelnden Arztes, der die Notwendigkeit der Palliativversorgung bescheinigt.

Trauerort Horizont

Dieser öffentliche, gartenähnliche Platz gehört zum Hospiz- und Palliativzentrum Horizont. Hier sollen Menschen trauern dürfen und Abschied nehmen können, sich Trauernde geschützt fühlen und mit ihrer Trauer gesehen werden.

Ein Ort für Menschen aller Religionen, für alle, die ihre Heimat verloren haben, die keine Gräber haben oder deren Gräber nicht hier sind. Der Trauerort Horizont soll eine Stätte der Begegnung für Menschen aus aller Welt und aller Sprachen sein, an dem Platz für persönliche Rituale ist.

Er ist gedacht für Menschen, die jemanden verloren haben, der ihnen nahestand. Ein Ort für alle, die sich von liebgewonnenem verabschieden mussten, gerade Abschied erleben oder Verlust erfahren haben. Der Trauerort Horizont soll ein Ort des Miteinanders und der Begegnung sein. Abschied, Tod und Trauer halten sich nicht an Regeln. Sie klammern niemanden aus.

Trauer verbindet

In der Trauer über den Verlust eines Menschen oder beim Abschied von etwas als sicher geglaubten, fühlen sich Menschen miteinander verbunden.

Erinnerung ist Heimat

Erinnerungen begleiten uns bei Abschieden zu Lebzeiten und in der Trauer. Sie lassen uns zurückblicken und Veränderungen wahrnehmen. Sie sind schmerzhaft und tröstlich zugleich. Wenn Heimat all das ist, was wir in unserem Leben berührt haben, dann ist auch Erinnerung Heimat. In diesem Sinne soll der Trauerort Horizont ein Ort für Erinnerungen sein und damit ein Stück Heimat für alle, die sich hier verbunden fühlen.

Auf dem Weg dorthin sind Begegnung und Gespräch hilfreich. Aufeinander zugehen, miteinander reden, verstehen was den anderen bewegt. So bietet der daraus entstehende Trauerort Horizont auch eine Chance für Integration, für Gemeinschaft und eine Chance, das Erlebte tragen zu lernen. Der Trauerort Horizont wird im Herbst 2019 eröffnet.

Kontakt Projektleitung:

Elisabeth Paul

e.paul@horizont-hospizzentrum.de

und

Ulrike Traub | LebensWeise im Alter

Tel. (07731) 51395



Vorsorge für den Todesfall

In unserer heutigen Gesellschaft ist der Tod oft ein Tabuthema. Über das Sterben und die nachfolgende Bestattung spricht man sehr selten. Man verdrängt und verleugnet jeden Gedanken daran. Darum sind Angehörige meist überfordert mit dem Tod eines geliebten Menschen umzugehen. Dennoch kann es ratsam sein, einmal über dieses unvermeidliche Thema der eigenen Bestattung nachzudenken. Darüber wie Sie Vorsorge treffen können, die letzten Dinge zu regeln. Damit Sie einmal so Abschied nehmen, wie es Ihren eigenen Vorstellungen entspricht und wie Sie Ihrer Familie die seelischen und finanziellen Nöte nehmen können, die ein solcher Abschied oft mit sich bringt.

Vorsorge heißt hier:

- » Verantwortung in eigener Sache übernehmen
- » Notwendiges zu regeln
- » Angehörige zu entlasten

Sicher muss man sich mit diesen Fragen alleine beschäftigen und auseinandersetzen, man kann aber auch Beratung und Hilfe bekommen.

Der Bestattungsvorsorgevertrag

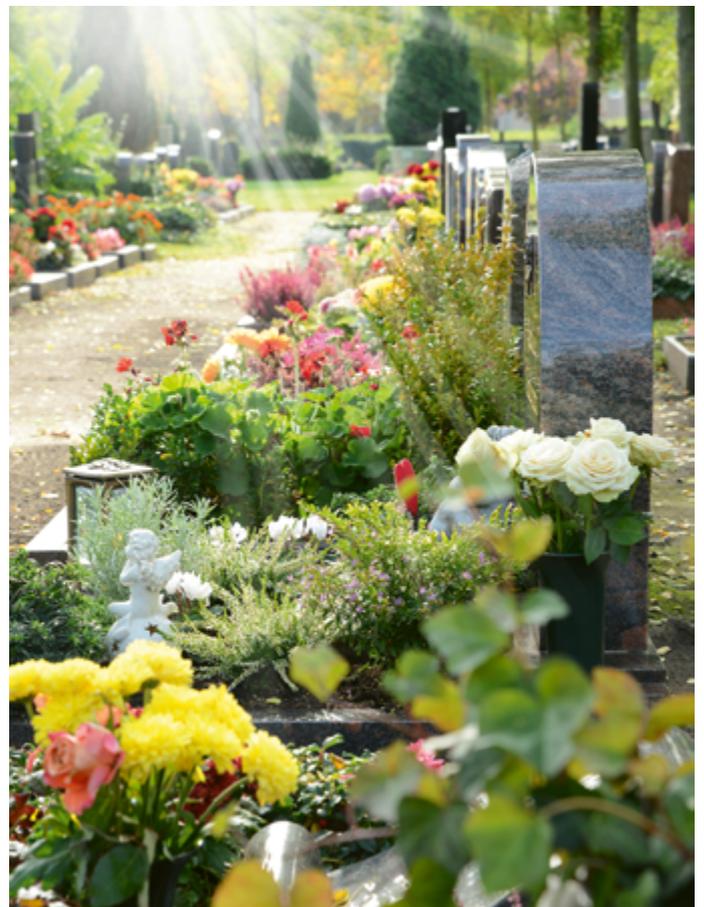
Immer mehr Bestattungsunternehmen bieten eine individuelle Beratung und, wenn erwünscht, einen Vorsorgevertrag an. In einem solchen Vertrag werden alle Einzelheiten, vom Ablauf über Umfang bis hin zu den persönlichen Wünschen für das eigene Begräbnis (Begräbnisverfügung), festgehalten. Sie haben dabei die Sicherheit, dass alle besprochenen Angelegenheiten im Sterbefall so ausgeführt werden, wie Sie dies gewünscht haben.

Die einzelnen Kosten für Sarg, Trauerrede, Musik, Blumenschmuck, Grabstätte und ähnliches werden festgelegt. Preiserhöhungen, die sich während der Vertragslaufzeit eventuell ergeben, werden mitgeteilt und sachlich begründet.

Da die Leistungen von Bestattungsvorsorgeverträgen erst zu einem unbestimmten Zeitpunkt erbracht werden, müssen diese nicht im Voraus bezahlt werden. Sicherer ist es jedoch, die veranschlagten Kosten aus dem restlichen Vermögen herauszulösen und auf ein Treuhandkonto zu hinterlegen.

Sterbegeldversicherung

Eine Sterbegeldversicherung wird von vielen Versicherungen angeboten. Üblicherweise beinhalten Sterbegeldversicherungen die Zahlung geringer monatlicher Beiträge. Sobald der Sterbefall eintritt, wird die vorher festgelegte Summe den Hinterbliebenen zur Verfügung gestellt, sodass diese die Bestattungskosten zahlen können. Der Abschluss einer Sterbegeldversicherung kann auch zusammen mit dem Bestattungsvorsorgevertrag abgeschlossen werden.



Was ist zu tun, wenn ein Todesfall eintritt?

Arzt benachrichtigen

Bei einem Sterbefall zu Hause, im Alten- oder Pflegeheim ist zunächst ein Arzt zu benachrichtigen, damit dieser die Todesbescheinigung ausstellen kann. Bei einem Sterbefall im Krankenhaus wird diese durch die Krankenhausverwaltung ausgestellt.

Bestatter benachrichtigen

Es ist sinnvoll, einen Bestatter zu einem möglichst frühen Zeitpunkt zu benachrichtigen, damit er den Angehörigen behilflich sein und sie beraten kann. Es ist dagegen nicht erforderlich, dass der Verstorbene sofort ins Bestattungsinstitut überführt wird. Er kann bis zu 36 Stunden zu Hause aufgebahrt werden, damit die Angehörigen von ihm Abschied nehmen können. Bevor ein Bestatter benachrichtigt wird, ist zu prüfen, ob der Verstorbene mit einem bestimmten

Bestatter bereits einen Bestattungsvorsorgevertrag abgeschlossen hat. Im Beratungsgespräch mit dem jeweiligen Bestatter sollte anschließend geklärt werden, welche Festlegungen getroffen wurden. Die Bestattungsunternehmen übernehmen auch die Erledigung aller notwendigen Formalitäten.

Die Erlaubnis zur Feuerbestattung und die ortspolizeiliche Bescheinigung des Sterbeortes erteilt in Singen (Hohentwiel) für in Singen zu bestattende Verstorbene die Friedhofsverwaltung Singen.

Friedhofverwaltung Singen

Technische Dienste der Stadt Singen
Schaffhauser Str. 163
Tel. (07731) 85-396 oder 85-384

Die Baumbestattung

Hierbei wird die Asche eines Verstorbenen in einer biologisch abbaubaren Urne im Wurzelbereich eines Baumes beigesetzt oder ohne Urne im Erdreich verstreut. Die Form der Beisetzung hängt vom jeweiligen Anbieter ab.

Von üblichen Erd- oder Urnengräbern unterscheidet sich die Baumbestattung vor allem dadurch, dass die Grabpflege die Natur übernimmt. Es gibt keine Grabgestaltung durch Bepflanzung, einen Grabstein oder das Ablegen von Blumenschmuck.

Waldruh St. Katharinen

Gräflich v. Bodmansches Rentamt
Schloßstr. 11
78351 Bodman-Ludwigshafen
Tel. (07773) 9304-12
www.waldruh.de

Ruhewald Gottmadingen

Gemeinde Gottmadingen
Johann-Georg-Fahr-Str. 10
78244 Gottmadingen
Tel. (07731) 908-0

Friedwald Hegau

Engener Straße
78576 Emmingen-Liptingen
FriedWald GmbH
Im Leuschnerpark 3, 64347 Griesheim
Tel. (06155) 848-100

Grabpflege – Dauergrabpflege

Viele Menschen, die sich für eine Erdbestattung entschieden haben, machen sich Gedanken über die Pflege ihrer Grabstätte, deren Ruhezeit üblicherweise 25 Jahre beträgt. Für die meisten Hinterbliebenen ist es selbstverständlich, dass sie sich um die Gräber ihrer Angehörigen kümmern. Wenn Sie alleine leben oder Ihre Kinder weit entfernt wohnen, können Sie auch schon zu Lebzeiten Vorsorge für die Grabpflege treffen.

Mit einem Grabpflegevertrag können Sie die Grabpflege vertraglich regeln. Beim Abschluss von Grabpflegeverträgen ist es möglich, die für die gesamte Ruhezeit eines Grabes anfallenden Pflegekosten im Voraus zu bezahlen. In dem vom Erblasser abgeschlossenen Grabpflegevertrag kann auch vorgesehen sein, dass die Pflegekosten dem Nachlass zu entnehmen sind. Durch eine solche Vereinbarung werden die nach dem Tod des Erblassers zu zahlenden Beträge zu Nachlassverbindlichkeiten, für die Erben haften.

Für weitere Informationen bzw. entsprechende Angebote wenden Sie sich an eine für den jeweiligen Friedhof zuständige Friedhofsgärtnerei oder an die Genossenschaft Badischer Friedhofsgärtner eG.

Genossenschaft Badischer Friedhofsgärtner eG
Alte Karlsruher Str. 8, 76227 Karlsruhe
Tel. (0721) 94487-0
service@dauergrabpflege-baden.de
www.dauergrabpflege-baden.de

*Friedhofsgärtnereien
informieren und beraten
zum Thema Dauergrabpflege.*



Schlaganfall? – Ein Notfall!

Immer mehr Menschen in Deutschland erleiden einen Schlaganfall. Es kann jeden treffen. Plötzlich, ohne Vorwarnung, eben wie ein Schlag. Der Schlaganfall ist in der heutigen Zeit keine typische Alterserkrankung mehr, die jüngsten Betroffenen sind noch im Kindesalter!

Wie erkenne ich einen Schlaganfall?

Tritt ein Schlaganfall auf, zählt jede Minute. Ein möglicherweise lebensbedrohlicher Notfall liegt vor. Daher ist es besonders wichtig, einen Schlaganfall zu erkennen.

Die Symptome für einen Schlaganfall treten meist plötzlich auf und können in manchen Fällen nach einigen Minuten vollständig abklingen. In dem Fall liegt eine transitorische ischämische Attacke (TIA) vor. Auch hierbei handelt es sich um einen Notfall, da die Gefahr eines weiteren Schlaganfalls mit bleibenden Folgen hoch ist.

Die Notfall-App für das Smartphone

Mit dem sogenannten FAST-Test bietet die App die Möglichkeit, einen Schlaganfall zu erkennen. Das Wort FAST (englisch für „schnell“) steht dabei für **F**ace (Gesicht), **A**rms (Arme), **S**peech (Sprache) und **T**ime (Zeit). Die Notrufnummer 112 kann direkt aus dem Programm gewählt werden. Die App gibt es kostenlos für Android und IOS.



App für Android



App für IOS

Symptome für einen Schlaganfall



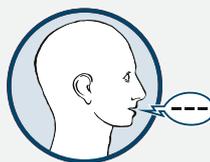
Sehstörung

Tritt plötzlich eine Einschränkung des Gesichtsfeldes ein, übersieht der Betroffene z. B. Gegenstände und Menschen auf einer Körperseite?



Lähmung, Taubheitsgefühl

Eine plötzlich eintretende Lähmungserscheinung auf einer Körperseite kann auf einen Schlaganfall hinweisen. Ebenso ein gestörtes Berührungsempfinden, wie z. B. bei einem eingeschlafenen Fuß.



Sprach-, Sprachverständnisstörung

Sprachstörungen können sich als stockende, abgehackte Sprache äußern, aber auch das Verdrehen von Silben oder Verwenden von falschen Buchstaben beinhalten. Der Betroffene spricht mit seiner Umwelt im Telegrammstil, hat eine verwaschene oder lallende Sprache.



Schwindel mit Gangunsicherheit

Plötzlich auftretender Schwindel, verbunden mit Gangunsicherheit, ist ein weiteres Symptom für einen Schlaganfall.



Sehr starker Kopfschmerz:

Vorher nicht gekannte, äußerst heftige Kopfschmerzen können auf einen Schlaganfall hinweisen.

Tritt eines dieser Symptome plötzlich auf, zögern Sie keine Minute und wählen Sie sofort den Notruf 112!

Defikataster

Defibrillatoren retten Leben, wenn sie nur schnell genug eingesetzt werden. Dazu bedarf es einer umfangreichen und gut gepflegten Datensammlung. Der gemeinnützige Verein Definetz e.V. betreibt eines der weltweit umfangreichsten Kataster mit Standorten von Defibrillatoren.

Mit inzwischen knapp 80.000 erfassten Standorten ist es das umfangreichste seiner Art in Deutschland. Der aktuelle Bearbeitungsstand wird in der App in Echtzeit angezeigt. Da bei der Erfassung nicht nur die reinen Standorte berücksichtigt, sondern zusätzlich Angaben zu Betreibern, Wartung oder Erreichbarkeit erfasst werden, sollte der Helfer im Notfall nicht vor der sprichwörtlichen verschlossenen Ladentür stehen.

Eine weitere einzigartige Besonderheit der App liegt darin, dass sie auch Mobile Systeme (Fahrzeuge) mit ihrem aktuellen Standort anzeigen kann, sodass auch hier schnell Hilfe vor Ort angefordert werden kann. Die Datenerfassung und Datenkontrolle liegt, anders

als bei vielen anderen Angeboten dieser Art, nicht unkontrolliert bei den Benutzern der App. Hauptamtlich Mitarbeitende des Vereins und ein Netz geschulter lokaler ehrenamtlicher Unterstützer recherchieren die eingereichten Vorschläge und ermöglichen einen hohen Qualitätsstandard der einzelnen Datensätze.

Die Arbeit von Definetz e.V. ist herstellerunabhängig und gemeinnützig. Der Verein finanziert sich ausschließlich über Spenden und Mitgliedsbeiträge. Unterstützen auch Sie die Arbeit von Definetz e.V.! Das Defikataster gibt es als App für IOS und Android.



App für Android



App für IOS



Geriatrische Behandlung

Zentrum für Altersmedizin am Hegau-Bodensee-Klinikum Radolfzell

Altersmedizin (Geriatric) ist die Fachdisziplin der modernen Medizin, die sich um die Belange des älteren Menschen kümmert. Die Akutgeriatrie, wie sie in Radolfzell vorgehalten wird, stellt im Unterschied zur geriatrischen Rehabilitation ein stationäres Angebot in Akutkrankenhäusern dar. Dieses richtet sich sowohl an akut als auch an chronisch erkrankte Alterspatienten.

Vom ersten Tag des stationären Aufenthaltes an laufen dabei Akutmedizin und Frührehabilitation parallel. Somit entfällt die in der Altersmedizin häufig kaum zu ziehende (künstliche) Grenze zwischen Medizin und Reha. Insbesondere der krisenhaft kranke ältere Patient profitiert vom raschen Einsatz mobilisierender Maßnahmen fachkompetenter Therapeuten, wie Krankengymnasten, Ergo-, Sprachtherapeuten und anderer Fachdisziplinen.

Typische geriatrische Krankheitsbilder:

- » Chronische Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Schlaganfall, Herzschwäche, fortgeschrittene und chronifizierte Lungenerkrankungen.
- » Schmerzhaftes Erkrankungen der Knochen, Muskeln und Gelenke, z.B. Osteoporose, Arthrose.
- » Fortgeschrittene systemische Erkrankungen wie Multiple Sklerose, Morbus Parkinson, Demenzen mit Begleiterkrankungen.
- » Chronische Wunden, Schmerzen, palliativmedizinische Probleme.
- » Depressionen im höheren Lebensalter.

Das besondere Merkmal des Alterspatienten ist die Multimorbidität. Das bedeutet, dass die meisten Patienten, die im fortgeschrittenen Alter in einem Krankenhaus behandelt werden müssen, an mehreren Erkrankungen gleichzeitig leiden. Das führt dazu, dass ältere Menschen durch verschiedene Krankheitsprozesse häufig in der Summe schwer erkrankt sind. Deshalb muss das medizinische Personal in der Geriatrie behutsam eine Sichtung und Priorisierung der Erkrankungen vornehmen. Im Team werden Behandlungsprozesse festgelegt, die in enger Absprache mit Patient, Angehörigen und Betreuern entwickelt werden. Dabei ist mitunter therapeutische Zurückhaltung gefragt, um geschwächte Patienten nicht durch zu offensive Diagnostik und Therapie zu gefährden.

Die „geriatrische Frührehabilitation“ oder auch „geriatrische Komplexbehandlung“ hat den Anspruch, auch erheblich medizinisch eingeschränkte Patienten wieder zu mobilisieren und möglichst in das vertraute häusliche Umfeld entlassen zu können. Über einen definierten Zeitraum und eine definierte Anzahl von Therapieanwendungen durch diverse Therapeutengruppen ist somit ein ähnlich langer Behandlungszeitraum gegeben, wie in der klassischen Reha. Darüber hinaus profitieren Patienten von den Angeboten und Möglichkeiten des Akutkrankenhauses, sodass jederzeit sämtliche medizinischen Kriseninterventionen und Konsultationen weiterer Facharztgruppen möglich sind.

Innerhalb des Gesundheitsverbundes Landkreis Konstanz gibt es weitere Geriatrische Schwerpunkte an den Standorten in Singen und Konstanz, die beratend tätig sind.

Hegau-Bodensee-Klinikum Radolfzell
 Hausherrenstr. 12, 78315 Radolfzell
 Tel. (07732) 88-431 (Sekretariat)
geriatrie.rz@glkn.de
www.glkn.de

Nützliche Adressen

**Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.**
Friedrichstr. 10, 70174 Stuttgart
Tel. (0711) 248496-60 · info@alzheimer-bw.de
www.alzheimer-bw.de

**Bundesarbeitsgemeinschaft der
Freien Wohlfahrtspflege (BAGFW) e.V.**
Oranienburger Str. 13-14, 10178 Berlin
Tel. (030) 24089-0
info@bag-wohlfahrt.de
www.bagfw.de

**Bundesarbeitsgemeinschaft der
Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V.**
Thomas-Mann-Str. 2-4, 53111 Bonn
Tel. (0228) 249993-0 · kontakt@bagso.de
www.bagso.de

**Bundesministerium für Familie,
Senioren, Frauen und Jugend**
Glinkastr. 24, 10117 Berlin
Tel. (030) 18555-0 · poststelle@bmfsfj.bund.de
www.bmfsfj.de

Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
Rochusstr. 1, 53123 Bonn
Friedrichstr. 108, 10117 Berlin
Tel. (030) 18441-0 · poststelle@bmg.bund.de
www.bundesgesundheitsministerium.de

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin
Tel. (030) 2593795-0 · info@deutsche-alzheimer.de
www.deutsche-alzheimer.de

Kreissenioresrat Konstanz
Benediktinerplatz 1, 78467 Konstanz
Tel. (07531) 800-1787 · ksr@landkreis-konstanz.de
www.kreissenioresrat-konstanz.de

Kuratorium Deutsche Altershilfe e.V.
Michaelkirchstr. 17-18, 10179 Berlin
Tel. (030) 2218298-0 · info@kda.de
www.kda.de

Landessenioresrat Baden-Württemberg e.V.
Kriegerstr. 3, 70191 Stuttgart
Tel. (0711) 613824 · landessenioresrat@lsr-bw.de
www.lsr-bw.de

**Ministerium für Soziales und Integration
Baden-Württemberg**
Else-Josenhans-Str. 6, 70173 Stuttgart
Tel. (0711) 123-0 · poststelle@sm.bwl.de
www.sozialministerium.baden-wuerttemberg.de

Sozialverband VdK Baden-Württemberg e.V.
Johannesstraße 22, 70176 Stuttgart
Tel. (07 11) 61956-0 · baden-wuerttemberg@vdk.de
www.vdk.de/bawue



Wichtige Notrufe

Notruf	112	Eigene Rufnummern:
Rettungsdienst / Notarzt	112	Hausarzt
Krankentransport / Rettungsleitstelle	19222	Zahnarzt
Feuerwehr Singen	112	Pflegedienst.....
Polizei	110	Hauswirtschaftshilfe.....
Polizeirevier Singen, Julius-Bührer-Str. 6	(07731) 888- 0
Hegau-Bodensee-Klinikum	(07731) 89-0
Zentrale Notaufnahme	(07731) 89-3110
Ärztlicher Notdienst	116 117
Zahnärztlicher Notdienst	(01803) 22255525
Apotheken Notdienst	(0800) 0022833
Giftnotrufzentrale	(0761) 19240
Hospizdienst	(07731) 31138
Telefonseelsorge	(0800) 1110111 oder 1110222

Impressum

Herausgeber:

Seniorenbüro der Stadt Singen
Julius-Bührer-Str. 2, 78224 Singen
Tel. (07731) 85-540, -560, -709
seniorenbuero@singen.de

Stadtseniorenrat Singen
August-Ruf-Str. 13 in der Marktpassage
Tel. 07731 1439996
seniorenrat-singen@gmx.de