

Informationen aus dem NetzWerkSenioren

Neue A.P.P. Tagespflege in Kley

Die A.P.P. Dortmund GmbH ist seit über 12 Jahren Ihr Pflegedienst vor Ort.

Wir versorgen und betreuen hilfsbedürftige Menschen im Westen und Norden von Dortmund sowie in den angrenzenden Stadtteilen von Bochum und Castrop-Rauxel.

Seit August 2024 bietet die A.P.P. mit der Tagespflege Echeloh in Dortmund ein weiteres Beschäftigungs- und Betreuungsangebot für ältere Menschen im Dortmunder Westen an.

Die Tagespflege hat werktags von 8-16 Uhr geöffnet. Ein Hol- und Bringservice sorgt für einen sicheren Transport. Gemeinsame Mahlzeiten wie Frühstück, Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen runden das abwechslungsreiche Betreuungsangebot ab. Die Tagespflege bietet nicht nur Entlastung für Angehörige,



sondern ist auch ein Ort der Gemeinschaft und Unterstützung. Das Team der APP berät Sie und Ihre Angehörigen gerne zur Nutzung und Finanzierung dieser Betreuungsmöglichkeit. Rufen Sie an oder kommen Sie gerne vorbei und vereinbaren einen kostenfreien Schnuppertag.



A.P.P. Dortmund GmbH
Tagespflege Echeloh
Echeloh 51, 44149 Dortmund
Tel.: 0231 - 95 08 98 79
E-Mail: tagespflege@pflegedienst.do



Neuigkeiten aus dem alten Amtshaus

Bis Ende Dezember 2023 durfte das alte Amtshaus in Dortmund Marten auch die Zweigstelle Rudi-Eilhoff-Bildungswerk des DGB-Bildungswerk NRW e.V. beherbergen. Mit dem Eintritt in den Ruhestand der hauptamtlichen Bildungsreferentin Vera Romberg endete die Beteiligung des DGB.

Nun führt der ehrenamtlich organisierte und engagierte Rudi-Eilhoff-Bildungswerk-Beirat die wertvolle Arbeit für den Stadtteil in Trägerschaft des ZWAR e.V. im alten Amtshaus Dortmund Marten fort.

Neben den regelmäßig stattfindenden Kursen (PC-, Englisch-, Yoga- oder Gesundheitskurse) arbeitet der Bildungswerk-Beirat kontinuierlich an einem abwechslungsreichen Halbjahresprogramm. Ziel der Bildungsarbeit war und ist es, aktuelle Themen aus Politik, Kultur und Gesundheit aufzugreifen. Durch Begegnung, Austausch, Qualifizierung und gemeinsame Unternehmungen wird gesellschaftliche Teilhabe und Engagement der Teilnehmenden gefördert und unterstützt. Dies findet im Rahmen von Tages- und Halbtagesfahrten sowie durch Workshops, Vorträge etc. statt.

Auch das Künstlerkollektiv „Artsenico“ hat vor einiger Zeit sein Zuhause im alten Amts-

haus Dortmund Marten gefunden, um von hier aus ihre kreativen und diversen Ausdrucksformen und -formate wie z.B. Tanz- und Theaterinszenierungen zu organisieren.

Diese und weitere Informationen können Sie auch den Aushängen des neuen Infoschaukastens vor dem alten Amtshaus Dortmund Marten entnehmen, der regelmäßig u.a. über aktuelle Angebote des ZWAR e.V. und des ZWAR Begegnungszentrum Marten (ZBZ) informiert.



Ausgabe 14

Seniorenbrief

Lügendorf • Marten • Oespel/Kley • Bövinghausen/Westrich



SeniorenBüro Lügendorf



Seniorenbüro Lügendorf
Seniorenbeirat (Geschäftsstelle)
50 296 70
50 248 87

Begegnungen • Gruppen • Projekte

Aktionsplan Soziale Stadt	50 289 30
AWO Begegnungsstätte Oespel/Kley	65 67 45
AWO Ortsverein Westrich	60 60 167
Caritas-Projekt „Wir im Quartier“	01525 340 54 28
Der Kreuzviertel-Verein, Wohnberatung	12 46 76
Ev. Elias-Kirchengemeinde	61 97 77
Ev. Christus-Kirchengemeinde	63 24 16
Gesprächskreis „Mäuse für Ältere“	12 49 91
Kath. Kirchengemeinde Heilige Familie	61 43 89
Kath. Kirchengemeinde Christus unser Friede	65 8 27
Neuapostolische Kirchengemeinde Marten	61 59 60
Projekt „Begegnung vor Ort“	18 10 443
Projekt „Radeln ohne Alter“	58 69 16 57
Rudi-Eilhoff-Bildungswerk	96 13 17 17
Seniorenwohnsitz perPedes Lüdo	95 00 31 20
Städt. Begegnungszentrum Lügendorf	50 289 89
Stiftung - Dein Zuhause hilft	0172 587 41 06
Zimmermann Lügendorf	63 23 92
ZWAR e.V.	96 13 17 15

Notfall

Ärztlicher Notdienst	116 117
Krankenwagen/Feuerwehr	112
Notfall/Polizei	110
Polizeiwache Lügendorf	132 26 21
Telefonseelsorge	111 / 222

NetzWerkSenioren

Stadtbezirk Lügendorf

Hilfs- und Pflegedienste therapeutische Einrichtungen

Amberg Sanitätshaus und Orthopädiertechnik	42 70 33 33
A.P.P. Ambulant.Pflegen.Partner Pflegedienst	72 98 13 65
Artemis Ambulanter Pflegedienst	88 08 12 34
Diakoniestation West	39 31 31
Eli die Fee - Seniorendienst	99 77 58 30
Gesundheitsberatung Petsch	01573 522 77 86
Gisela Supsar, Pflegeberatung	13 77 654
Home Instead Seniorenbetreuung	534 796 40
KANO – Ambulante Krankenpflege	63 86 21
Praxis für Sprachtherapie Alexander Wilhelm	63 47 84
VITALIS – Häusliche Krankenpflege	63 64 48

Stationäre und teilstationäre Einrichtungen

A.P.P. Tagespflege Echeloh	95 08 98 79
Caritas Tagespflege	776 67 37
DRK Altenzentrum Lügendorf	18 10 800
Hospiz St. Elisabeth	97 88 00-0
Knappschaftskrankenhaus Lügendorf	61 88-0
Wohn- und Pflegezentrum St. Barbara	60 30-0

Wir sind für Sie da!

Gesundheitsberatung Stephanie Petsch bietet Pflegekurse nach §45 SGB XI für pflegende Angehörige und ehrenamtlich Pflegende mit dem Schwerpunkt „Schluckstörung“, Gruppenkurse und individuelle Schulungen an.

Als examinierte Altenpflegerin und Logopädin ist es mein Ziel, Ihnen mit alltagstauglichen Tipps und Tricks bei der **Pflege Ihres schluckbeeinträchtigten Angehörigen** zur Seite zu stehen. Die Steigerung der Lebensqualität, der Genuss von Essen und Trinken, sowie der Erhalt der körperlichen und geistigen Gesundheit stehen bei mir im Vordergrund. Die Reduktion von Folgen einer Schluckstörung wie z.B. erhöhtes Pneumonierisiko, Mangelernährung und reduzierte Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme ist mir ein großes Anliegen.

Die Schulung von Pflegekräften ist ebenfalls Teil meines Angebotes, um diese hinsichtlich einer Schluckstörung zu sensibilisieren und im Umgang mit einer schluckbeeinträchtigten Person zu schulen. Als Pflegekraft lernen

Tagsüber bestens versorgt und betreut – und abends wieder zuhause

Die Geriatrische Tagesklinik am Knapschaftskrankenhaus Lügendorf bietet medizinische Versorgung, therapeutische Maßnahmen und soziale Aktivitäten.

Nach einer schweren Erkrankung oder einem Krankenhausaufenthalt fällt es älteren Menschen oftmals schwer, in ihr häusliches Umfeld zurückzukehren – sei es, weil sie noch körperliche Einschränkungen haben oder Unsicherheiten in der Bewältigung von Tagesabläufen bestehen. In der Geriatrischen Tagesklinik am Knapschaftskrankenhaus Lügendorf werden diese Patienten wieder fit für den Alltag gemacht. Dafür steht ein multiprofessionelles Team aus Ärzten, Gesundheits- und Krankenpflegern, Sozialarbeitern, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Psychologen und Seelsorgern zur Verfügung.

Individuelle Therapiepläne

Die Aufenthalte in der Tagesklinik dauern in der Regel drei bis vier Wochen. Anders als im Krankenhaus oder in der Rehaklinik verbringen die Patienten zwar ihre Tage in der Einrichtung, kehren abends aber wieder nach Hause zurück.

Durch gezielte Therapien und Übungen wird die Selbstständigkeit der Patienten gefördert, sodass sie anschließend in ihr häusliches Umfeld zurückkehren und dort noch möglichst lange eigenständig leben können. Ein gemein-

Sie Hinweise auf eine Schluckstörung zu erkennen und Methoden, um auf diese positiv im Alltag einzuwirken.

Gerne halte ich auch **Vorträge** zum Thema „Schluckstörung“, „Demenz“, „Geistige und körperliche Fitness im Alter“ und weiteren artverwandten Themen.

Darüber hinaus biete ich zum **Entspannen** und für eine kleine Auszeit Klangschalenworkshops und Klangschalenmassagen sowie Waldbaden an.

Ich freue mich über Ihre Kontaktaufnahme!

Kontakt:

Gesundheitsberatung Petsch

Zum Kniepacker 71

44369 Dortmund

Tel.: 01573 522 77 86

E-Mail:

kontakt@gesundheitsberatung-petsch.de



Aktiv und engagiert

Stiftung – Dein Zuhause hilft

Ich bin Dorthe Flothmann und seit Oktober 2021 für die Stiftung – Dein Zuhause hilft als Sozialmanagerin tätig. Die Stiftung wurde von der LEG gegründet, dem Wohnungsunternehmen, das auch hier vor Ort in Bövinghausen Wohnungsbestand hat. Als Ansprechpartnerin möchte ich für die Mieterinnen und Mieter, für die Bürgerinnen und Bürger sowie für alle weiteren Interessierten in Bövinghausen da sein, damit diese sich mit ihren Anliegen nicht allein gelassen fühlen. Bei Fragen rund um die Wohnung und das Mietverhältnis sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der LEG die richtige Anlaufstelle. Die Menschen im Stadtteil können mich gerne kontaktieren, wenn sie Sorgen außerhalb des Themas Wohnen haben, also beispielsweise bei einer finanziellen Notlage, bei privaten Konflikten oder wenn einfach ein offenes Ohr gebraucht wird. Wir sprechen dann in Ruhe über das Anliegen und bei Bedarf suche ich gerne nach passenden Hilfsangeboten im Stadtteil oder darüber hinaus.

Außerdem fördert unsere Stiftung soziale Projekte. In Bövinghausen haben wir bereits das spiel- und sportMOBIL des StadtSport-



Bund e. V. gefördert. Damit haben die Kinder die Möglichkeit, in ihrer Freizeit viele verschiedene Sportgeräte kostenfrei zu nutzen und sich mit Gleichaltrigen sportlich auszutoben.

Sofern Sie Bedarfe sehen, ein Projekt für Seniorinnen und Senioren nach Bövinghausen zu bringen, sprechen Sie gerne das Seniorenbüro an.

Dorthe Flothmann

Tel.: 0172 587 41 06

E-Mail: flothmann@dein-zuhause-hilft.de

Der verflossene Tag und ich, ein Gespräch am Abend.

Die Abendsonne schien angenehm warm.
Ich saß in meinem Garten und versuchte zu entspannen.

Ich: Das war ein Tag! Hetze von früh bis spät!
Sollte alles anders laufen. – Ein Tag meines Lebens.-
Komm Tag, noch mal von vorne.

Tag: Nicht eine Sekunde! Gelebt ist gelebt.
Jede Minute ist deine Geschichte!

Ich: Ach komm, sei nicht so unerbittlich, ich habe noch viele Tage vor mir, an denen ich meine Pläne verwirklichen kann.

Tag: Vorsicht! „haben“ tust du nur mich!
Jetzt, bestenfalls heute!
Was willst du eigentlich?

Ich: Ich schaffe für das, was bleibt: Wohlstand, Karriere, Haus...

Tag: Mit anderen Worten, du willst das Rennen gewinnen.

Ich: Ja, wer sein, was darstellen, sich was leisten können, ist doch normal.

Tag: Und dabei gehen wir drauf, wir, die Tage und du und deine Zeit.

Ich: Natürlich träume ich auch mal von Liebe, von Miteinander, Füreinander, schließlich war ich auch mal jung!

Tag: Hast du aber gründlich vergessen!

Ich: Das Leben ist Kampf! Schon mal was davon gehört?

Tag: Für dich oder für andere?
Auf das kleine Wörtchen „für“ kommt es an.

Ich: Wenn jeder für sich sorgt, ist für alle gesorgt.

Tag: Und keiner wird dich lieben und dein Herz bleibt leer.

„Du, o zu spät, wirst unter meinem Hutrand noch den Hohn sehen.“

(letzte Zeile aus dem Gedicht: Töchter der Zeit, Abendländliche Lyrik)



Gelingendes Leben
ist viel mehr
als die Steigerung des Bruttosozialproduktes.
(Prof. Klaus Töpfer)