

Aktive Freizeit

Begegnung • Bildung • Kultur • Sport • Reisen

Begegnungsstätten, Seniorentreffs, Seniorenklubs....	10
Treffpunkte für ältere Migranten, Migrationsdienste...	10
Stadtbibliothek	12
Volkshochschule, Familienbildungsstätten, Friedrich-Spee-Akademie-West	12
Seniorenstudium	13
Infozentrum Döppersberg/Infotheke Rathaus Barmen	14
Museen.....	14
Theater und Kleinkunst.....	15
Zoo Wuppertal	15
Sport	16
Schwimmbäder.....	17
Wandervereine.....	17
Reisen und Erholung.....	18
Vergünstigungen für ältere Menschen im ÖPNV.....	21

Gemeinsames Handeln

Interessenvertretungen • Selbsthilfegruppen

Projekte zum Mit- und Nachmachen

Seniorenbeirat.....	22
Behindertenbeirat.....	23
Heimbeiräte/Heimfürsprecher	23
Wohlfahrtsverbände	23
Gewerkschaften	25
Politische Parteien.....	26
Sonstige Interessenvertretungen (Auswahl).....	27
Selbsthilfegruppen	28
Zwar-Gruppen	28
Radio Impuls	30
Medienzentrum Wuppertal	30
Bürger- und Bezirksvereine, Verschönerungsvereine....	30
Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement.....	31
Alt hilft Jung	32

Rat und Hilfe

Beratungsangebote

Beratung, Information und Dienste der Stadtverwaltung.....	33
Beratung für Seniorinnen und Senioren.....	34
Wohnberatung	35
Pflegeberatung	35

Inhaltsverzeichnis

Psychosoziale Beratungsangebote.....	36
Behindertenbeauftragte der Stadt Wuppertal	38
Kriminalitätsverbeugung und Verkehrssicher- heitsberatung	39
Senioren-sicherheitsberater	40
Rechtsberatung	41
Verbraucherberatung	41
Ernährungsberatung.....	42

Hilfen zum Verbleib in der Wohnung

Pflegeberatung	35
Wohnberatung.....	35
Mahlzeitendienste und gemeinsame Mittagstische	43
Hausnotruf	44
Hauswirtschaftliche Hilfen und ambulante Pflegedienste	45
Fahrdienste	46
Umzugsdienste und Renovierungsdienste, Abgabe von Möbeln und Hausrat.....	48

Kleiderkammer.....	49
Nachbarschaftshilfe, Stadtteilservice	52
Rehabilitationskliniken.....	53
Tageskliniken	53
Tagespflege und Kurzzeitpflege	54

Vorsorge

Betreuung nach dem Betreuungsgesetz.....	55
Hospizdienste	56

Wohnen im Alter

Eigene Wohnung • Leben im Heim

Wohnberatung.....	35
Wohnberechtigungsschein und Wohngeld	60
Altenwohnungen	60
Betreutes Wohnen/Service-Wohnen.....	61
Alten- und Altenpflegeheime.....	61
Heimaufsicht	63
Ihre Rechte als Heimbewohner	66

Inhaltsverzeichnis

Pflegewohngeld	67
Sozialhilfe in Alten- und Altenpflegeheimen	67

Lebensunterhalt

Einkommen • Einkommenshilfen • Finanzierungshilfen

Sozialhilfe und Grundsicherung für Arbeitsuchende	68
Rente	69
Wuppertal-Pass	70
Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung/ Ermäßigung der Telefonkosten	71
Blindengeld und Hilfe für hochgradig Sehbehinderte	71
Schwerbehinderung und Schwerbehindertenausweise	72
Pflegegeld/Pflegesachleistung	73

Gesundheit im Alter

Krankenhäuser • Notdienste • wichtige Adressen und Telefonnummern

Krankenhäuser	75
Notrufe und Notdienste	77
Wichtige Adressen und Telefonnummern	78

Adressen

Aktive Freizeit	79
Gemeinsames Handeln	90
Rat und Hilfe	94
Hilfen zum Verbleib in der Wohnung	96
Wohnen im Alter	102