

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1	4. Wohnen im Alter	
1. Leben in einer lebendigen Nachbarschaft – das altengerechte Quartier	4	4.1 Wohnraumberatung	24
2. Soziales Engagement		4.2 Barrierefreies Wohnen durch Wohnraumanpassung	24
2.1 Neue Wege des Bürgerengagements	8	4.3 Alternative Wohnformen: Senioren-WGs	24
2.2 Bürgerengagement (Informationen und Angebote)	9	4.4 Betreutes Wohnen	28
2.3 Organisationen, Clubs, Vereine und Selbsthilfegruppen	13	4.5 Altenpflegeheime	29
3. Aktiv im Alter		4.6 „Wohnen für Hilfe“	30
3.1 Bildung	15	5. Hilfen im Alltag	
3.2 Kultur	18	5.1 Fahrdienste	31
3.3 Reisen	19	5.2 Haushaltsnahe Dienstleistungen	31
3.4 Sport und Bewegung	21	5.3 Komplementäre Dienste	31
3.5 Ernährung im Alter	23	5.4 Lebensmittel-Bringdienste	32
		5.5 Essen auf Rädern	32
		5.6 Handwerkliche Hilfen	32
		5.7 Versandhandel	32

5.8 Türe zugefallen und Schlüssel steckt innen?	32
5.9 Sicher wohnen im Alter	32
5.10 Hausnotruf	33
6. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit	
6.1 Pflegedienste in der Stadt Paderborn	35
6.2 Haushaltshilfe für Senioren	36
6.3 Hilfen bei Alzheimer-Demenz	37
6.4 Arten der Pflege und Leistungen	37
7. Beratung und Hilfe	
7.1 Seniorenberatungen der Stadt	39
7.2 Rentenberatung	40
7.3 Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe ..	40
7.4 Die neue Sozialhilfe	40
7.5 Die städtische Wohn- und Pflegeberatung ..	40

8. Vorsorge, Testament und Todesfall

8.1 Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung	43
8.2 Testament	44
8.3 Hospizgruppen	44
8.4 Todesfall	45

9. Wirtschaftliche Hilfen

9.1 Sozialhilfe und Grundsicherung im Alter ..	46
9.2 Wohngeld / Lastenzuschuss	46

10. Finanzielle Hilfen

10.1 Finanzielle Hilfen und Entlastungen unabhängig von Einkommen und Vermögen ..	46
10.2 Einkommensabhängige Leistungen ohne Vermögensprüfung	47

Wichtige Adressen für den Notfall	48
---	----