

Grußwort .....	1
Grußwort des Seniorenrates .....	4
Branchenverzeichnis .....	9

## 1. Aktiv im Alter ..... 11

1.1 Begegnungs- und Servicezentren, Treffpunkte	11
1.2 Bielefelder Senioren online .....	12
1.3 Bielefelder Netzwerke .....	12
1.4 Zwischen Arbeit und Ruhestand – ZWAR....	13
1.5 Kunst und Kultur .....	14
1.6 Büchereien .....	17
1.6.1 Stadtbibliothek Bielefeld – „Bücher auf Beinen“ und mehr .....	17
1.6.2 Westdeutsche Blindenhörbücherei e.V. – Hörbücher und -zeitschriften für Blinde und Sehbehinderte .....	18
1.7 Neues Lernen – Bildungsangebote .....	18
1.8 Studium im Alter .....	19
1.9 Senioren Online – Umgang mit Computer und Internet .....	20
1.10 Reisen .....	21
1.11 Aktiv älter werden mit Bewegung .....	23
1.12 Ehrenamtliches und freiwilliges Engagement .....	23
1.13 Der Seniorenrat – aktiv und erfahren .....	27

## 2. Wohnen im Alter – Ideen und Konzepte ..... 29

2.1 Wohnberatung für Senioren und Menschen mit Behinderungen .....	29
2.2 Wohnungsanpassung .....	31
2.3 Handwerkerdienst von Senioren für Senioren	31
2.4 Informationszentrum des „Förderverein Lebensgerechtes Wohnen OWL e.V.“ .....	31

2.5 Neue Wohnformen – Gemeinschaftliches Wohnen im Alter .....	33
2.6 Seniorengerechte Wohnungen .....	34
2.7 Betreutes Wohnen / Wohnen mit Service....	34
2.8 Gastfamilien für Senioren .....	39
2.9 Ambulant betreute Wohngruppen für Pflegebedürftige .....	39

## 3. Hilfe und Entlastung für zu Hause... 41

3.1 Wer hilft in Haus oder Garten? .....	41
3.2 Mahlzeitendienste .....	43
3.3 Hausnotrufdienste .....	43
3.4 Fahrdienst für Menschen mit Behinderung...	44

## 4. Pflegebedürftigkeit..... 45

4.1 Pflegeberatung der Stadt Bielefeld .....	45
4.2 Pflegestützpunkt .....	47
4.3 Pflegebegleiter .....	49
4.4 Die Pflegeversicherung .....	49
4.4.1 Begriff der Pflegebedürftigkeit .....	50
4.4.2 Antragstellung und Begutachtung .....	51
4.5 Leistungen der Pflegeversicherung .....	53
4.5.1 Häusliche / ambulante Pflege .....	53
4.5.2 Eingeschränkte Alltagskompetenz .....	54
4.5.3 Urlaubsvertretung(Verhinderungspflege) ....	55
4.5.4 Kurzzeitpflege .....	55
4.5.5 Pflegehilfsmittel .....	56
4.5.6 Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen ....	56
4.5.7 Förderung von amb. betreuten Wohngruppen	56
4.5.8 Tages- oder Nachtpflege .....	57
4.5.9 Pflegeheime .....	57
4.5.10 Soziale Sicherung für Pflegepersonen.....	58
4.5.11 Pflegedienst .....	58
4.6 Leistungen des Sozialhilfeträgers bei Pflegebedürftigkeit .....	58

## **5. Pflegeangebote in Bielefeld . . . . . 61**

5.1	Ambulante Pflegedienste . . . . .	61
5.2	Tagespflege. . . . .	65
5.3	Kurzzeitpflege . . . . .	67
5.4	Alten- und Pflegeheime. . . . .	71
5.5	Hilfen bei Demenz. . . . .	77
5.6	Hilfen für pflegende Angehörige . . . . .	79

## **6. Für das Alter Vorsorge treffen . . . . . 81**

6.1	Rechtliche Betreuung . . . . .	81
6.1.1	Betreuungsverfügung . . . . .	81
6.1.2	Einrichtung einer rechtlichen Betreuung. . . . .	81
6.2	Rechtliche Vorsorge . . . . .	82
6.2.1	Vorsorgevollmacht . . . . .	82
6.2.2	Patientenverfügung . . . . .	83
6.2.3	Gesundheitsvollmacht. . . . .	84

6.3	Vorsorge für den Todesfall treffen. . . . .	84
6.3.1	Testament . . . . .	84
6.3.2	Notfall- bzw. Dokumentenmappe . . . . .	85
6.3.3	Bestattungsvorsorge. . . . .	85

## **7. Gesetzliche Sozialleistungen und Vergünstigungen. . . . . 86**

7.1	Sozialhilfe – Ihr gutes Recht . . . . .	86
7.2	Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung . . . . .	86
7.3	Mehrbedarfe . . . . .	87
7.4	Wohngeld . . . . .	87
7.5	Bielefeld-Pass . . . . .	88
7.5	Hilfen für Menschen mit Behinderungen. . . . .	88
7.6	Schwerbehindertenausweis . . . . .	89
7.7	Servicestellen für Rehabilitation . . . . .	89
7.8	Leistungen der Krankenkasse. . . . .	90

**8. Hospizarbeit und Palliativversorgung . . . . . 93**

Begleitung für schwerstkranke  
und sterbende Menschen

**9. Wissenswertes von A – Z . . . . . 98**

- 9.1 Alterskrankheiten . . . . . 98
- 9.2 Angebote für Menschen mit  
Zuwanderungsgeschichte. . . . . 98
- 9.3 Beratung und Hilfe . . . . . 99
- 9.3.1 Wohlfahrts- und Sozialverbände. . . . . 99
- 9.3.2 Verbraucherzentrale NRW. . . . . 101
- 9.4 Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen 101
- 9.5 Gerontopsychiatrie . . . . . 102
- 9.6 Krankenhaus-Sozialdienste. . . . . 102
- 9.7 Mobil in Bielefeld – mit Bus und Bahn . . . . 103
- 9.8 Selbsthilfegruppen . . . . . 103
- 9.9 Sicherheit und Vorbeugung –  
Tipps und Angebote der Polizei . . . . . 105
- 9.10 Mehr Sicherheit durch Sichtbarkeit. . . . . 107

**10. Stichwortverzeichnis . . . . . 108**

**11. Impressum/Fotonachweis . . . . . 8**