



# SENIOREN WEGWEISER

INFORMATIONEN & TIPPS FÜR ÄLTERE MENSCHEN



*Einfach älter werden!*





## Liebe Leserinnen und Leser,

in Ihren Händen halten Sie den ersten Seniorenwegweiser der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten.

Die Idee zur Broschüre entstand im Zuge des Projektes „Fachplan Gesundheit“ im Frühjahr 2016. In einer breit angelegten Seniorenbefragung wurde unter anderem erfragt, welche weiteren Angebote oder Betätigungsmöglichkeiten sich die Senioren in Linkenheim-Hochstetten wünschen. Dabei wurde deutlich, dass viele der gewünschten Angebote und Betätigungsmöglichkeiten heute schon in der Gemeinde gegeben sind, aber offenbar bei vielen nicht bekannt waren. Hier setzt der Seniorenwegweiser an. Die Broschüre soll möglichst umfänglich über Angebote und Betätigungsmöglichkeiten für Senioren in Linkenheim-Hochstetten informieren. Gleichzeitig verdeutlichte die Befragung der über 65 Jährigen wie unterschiedlich die Lebenssituationen und Wünsche an das Leben bei Menschen in diesem Lebensalter in unserer Gemeinde sind. Viel hängt dabei natürlich von der individuellen Gesundheit und der familiären Situation ab. Deutlich wurde in der Befragung der Senioren in Linkenheim-Hochstetten, dass

immer mehr Menschen ein hohes Lebensalter bei vergleichsweise guter Gesundheit erreichen und sich in Folge dessen auch im kommunalen Leben aktiv engagieren möchten. Besonders das vierte Kapitel „Aktiv im Alter – Freizeit und Begegnung“ fasst daher konkrete Betätigungsmöglichkeiten zusammen.

Dieser Seniorenwegweiser ist der erste seiner Art. Wir freuen uns daher auch über Rückmeldungen, insbesondere über Verbesserungsvorschläge für die nächste Broschüre dieser Art.

Auch im Namen des Gemeinderates darf ich Ihnen Freude beim Lesen wünschen und hoffe, dass der Seniorenwegweiser Linkenheim-Hochstetten 2017 Ihnen nützlich sein wird.

Mit herzlichen Grüßen



Ihr Michael Möslang,  
Bürgermeister



# SENIOREN WEGWEISER

INFORMATIONEN & TIPPS FÜR ÄLTERE MENSCHEN



## 1. BERATUNG UND INFORMATION

1.1	Gemeindeverwaltung .....	6
1.2	Rechtliche Betreuung, Betreuungs-/ Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung .....	7
1.2.1	SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste .....	7
1.2.2	Betreuungsbehörde .....	7
1.3	Kreissenioresrat .....	7
1.4	allgemeine Seniorenberatung .....	8
1.5	Altenhilfefachberatung .....	8
1.6	Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe .....	8
1.7	Sozialrechtsberatung .....	9
1.8	Beratung zum Schwerbehindertenrecht .....	9
1.9	Renten- und Reha Beratung .....	10
1.10	Wohnberatung .....	10
1.11	Selbsthilfe .....	11
1.12	Demenzberatung .....	11
1.13	Kriminalpolizeiliche Beratung .....	13



## 2. FINANZIELLE LEISTUNGEN

2.1	Pflegeleistungen .....	14
2.2	Rentenleistungen .....	16
2.3	Schwerbehindertenausweise .....	16
2.4	Sonstige soziale Hilfen .....	17

2.4.1	Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung .....	17
2.4.2	Wohngeld .....	18
2.4.3	Wohnberechtigungsschein .....	18
2.4.4	Hilfe zur Pflege .....	19
2.4.5	Landesblindenhilfe .....	19
2.4.6	Rundfunkbeitragsbefreiung/-ermäßigung.....	19
2.4.7	Krankenversicherungsschutz (Hilfen zur Gesundheit) .....	20

### 3. WOHNEN IM ALTER, PFLEGE UND BETREUUNG



3.1	Ambulante Pflegedienste .....	21
3.1.1	Ambulante Pflegedienste in Linkenheim-Hochstetten .....	22
3.1.2	Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste .....	22
3.1.3	Internetadressen für ambulante Pflegedienste .....	23
3.2	Ambulant betreutes Wohnen .....	23
3.2.1	Ambulant betreutes Wohnen in Linkenheim-Hochstetten .....	23
3.2.2	Weitere Adressen für ambulant betreutes Wohnen .....	24
3.3	Besuchs- und Begleitdienste .....	24
3.4	Hausnotruf .....	24
3.4.1	Hausnotruf über ambulante Pflegedienste .....	24
3.4.2	Hausnotruf über andere Anbieter .....	25
3.5	Essen auf Rädern .....	25
3.5.1	Essen auf Rädern über ambulante Pflegedienste .....	25
3.5.2	Essen auf Rädern über andere Anbieter .....	26
3.6	Pflegekurse für pflegende Angehörige .....	26

3.7	Mobile Geriatrische Rehabilitation .....	26
3.8	Tagespflege .....	27
3.8.1	Tagespflege in Linkenheim-Hochstetten .....	27
3.8.2	Weitere Adressen für Tagespflege .....	27
3.8.3	Internetadressen für Tagespflege .....	27
3.9	Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege (Pflegeheime) .....	28
3.9.1	Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in Linkenheim-Hochstetten .....	28
3.9.2	Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege .....	28
3.9.3	Internetadressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege .....	28
3.10	Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen .....	29
3.11	Stationäres Hospiz .....	29
3.12	Sterbefall .....	30
3.13	Notariat .....	30



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

4.1	Kirchengemeinden .....	31
4.1.1	Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten .....	31
4.1.2	Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim .....	31
4.1.3	Evangelischer Gemeinschaftsverband Augsburgs Bekenntnis .....	32
4.1.4	Freie Evangelische Gemeinde Hochstetten .....	32
4.1.5	Katholisches Pfarramt Graben-Neudorf-Linkenheim .....	32
4.1.6	Liebenzeller Gemeinde Linkenheim .....	32
4.1.7	Neuapostolische Kirche .....	32
4.2	Angebote zur aktiven Freizeitgestaltung .....	33

4.3	Parteien .....	45
4.4	Bildung .....	45
4.4.1	Volkshochschule .....	45
4.4.2	Bibliotheken .....	45
4.5	Seniorenreisen und mehrtägige Tagesprogramme .....	46

## 5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS UND ADRESSEN



5.1	Verbraucherzentrale .....	47
5.2	KVV Senienticket .....	47
5.3	Tafelläden .....	47
5.4	Kulturveranstaltungen der Gemeinde .....	48

## 6. ÄRZTE UND GESUNDHEITSDIENSTE



6.1	Allgemeinmedizin .....	49
6.2	Frauenheilkunde .....	50
6.3	Krankengymnastik / Therapie .....	50
6.4	Zahnärzte .....	51
6.5	Apotheken .....	52
6.6	Heilpraktiker .....	52



## 1. BERATUNG UND INFORMATION

### 1.1 Gemeindeverwaltung

**Rathaus Linkenheim-Hochstetten**  
Karlsruher Str.41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-0  
Mail: [gemeinde@linkenheim-hochstetten.de](mailto:gemeinde@linkenheim-hochstetten.de)  
[www.linkenheim-hochstetten.de](http://www.linkenheim-hochstetten.de)

#### **Sprechzeiten:**

Montag - Freitag: 8:30 - 12:00 Uhr  
Montag u. Dienstag: 13:30 - 15:30 Uhr  
Donnerstag: 14:00 - 18:00 Uhr,  
Freitagnachmittag u. Mittwoch ganztags geschlossen.

Der Fachbereich Soziales ist Ihnen behilflich bei sozialen Fragestellungen und der Vermittlung von Hilfen für Senioren (siehe 1.4)

Herr Johannes Fromm (Hauptamt / Soziales)  
Tel.: 07247 / 802-37  
Mail: [j.fromm@linkenheim-hochstetten.de](mailto:j.fromm@linkenheim-hochstetten.de)

## 1.2 Rechtliche Betreuung, Betreuungs-/ Vorsorgevoll- macht, Patientenverfügung

### 1.2.1 SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste

#### **SKM Landkreis Karlsruhe e.V.**

Frau Petra Schaab  
Söternstr. 5  
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 5056- 816  
Mail: [info@skm-bruchsal.de](mailto:info@skm-bruchsal.de)  
[www.skm-bruchsal.de](http://www.skm-bruchsal.de)

### 1.2.2 Betreuungsbehörde

Auch die Mitarbeiter/innen der Betreuungs-  
behörde, Landratsamt Karlsruhe, beraten  
und informieren Einwohner der Gemeinde  
Linkenheim-Hochstetten u.a. über Voll-  
machten oder Betreuungsverfügungen und  
bearbeiten Betreuungsverfahren.

**Landratsamt Karlsruhe, Sozialamt  
Betreuungsbehörde**

Herr Rudi Schuhmacher  
Orbinstr. 24  
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 783454  
Mail: [betreuungsbehoerde@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:betreuungsbehoerde@landratsamt-karlsruhe.de)

### 1.3 Kreissenorenrat

Der **Kreissenorenrat Landkreis Karlsruhe e.V.**  
ist eine Arbeitsgemeinschaft der auf dem Ge-  
biet der Altenarbeit tätigen kirchlichen und  
weltlichen Gruppierungen (z.B. Altenwerke,  
Seniorengruppen, etc.). Er betreibt u.a. die  
BAV-Beratungsstelle (steht für Beschwerden,  
Anhören, Vermitteln) und tritt für die Interessen  
älterer Menschen im Landkreis Karlsruhe ein.

#### **Kreissenorenrat Landkreis Karlsruhe e.V.**

Herr Thilo Kerzinger (Vorsitzender)  
Huttenstr. 47 (im ev. Altenzentrum)  
76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 9825915  
Mail: [ksr.ka@web.de](mailto:ksr.ka@web.de)  
[www.ksr-ka.de](http://www.ksr-ka.de)

**Sprechzeiten:** Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr

Frau Uschi Alber (stv. Vorsitzende)  
Carl-Zuckmayer-Str. 13,  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 4591



# 1. BERATUNG UND INFORMATION

## 1.4 allgemeine Seniorenberatung

Die Mitarbeiter/innen der **Gemeinde Linkenheim-Hochstetten** fördern Angebote für ältere Mitbürger, unterstützen die Vernetzung mit Trägern seniorenorientierter Dienstleistungen und vermitteln weiterführende Hilfen für Senioren.

**Gemeindeverwaltung, Hauptamt / Soziales**  
Herr Johannes Fomm (Hauptamt / Soziales)  
Tel.: 07247/ 802-37  
Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

## 1.5 Altenhilfefachberatung

Die Altenhilfefachberatung des Landratsamts Karlsruhe ist Ansprechpartner für alle Fragen der Altenhilfe im Landkreis und arbeitet u.a. eng mit unterschiedlichen Akteuren und Verantwortlichen im Bereich der Altenhilfe zusammen.

**Landratsamt Karlsruhe, Amt für Versorgung und Rehabilitation Altenhilfefachberatung**  
Herr Robert Roßkopf  
Beiertheimer Allee 2  
76137 Karlsruhe  
  
Tel.: 0721 / 936-7471  
Mail: robert.rosskopf@landratsamt-karlsruhe.de

## 1.6 Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe

Der Pflegestützpunkt informiert und berät rund um das Thema Pflege, das heißt die Versorgung und Betreuung von Menschen jeden Alters. Fragen, die das Vor- und Umfeld von Pflege betreffen, werden ebenfalls beantwortet.

### **Sprechzeiten:**

Montag-Mittwoch: 9:00 - 12:00 Uhr  
Donnerstag: 10:00 - 12:00 Uhr 13:30 - 18:00 Uhr  
Freitag: 9:00 - 13:00 Uhr

### **Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Ettlingen**

Am Klösterle  
Klostergasse 1  
76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 101-546  
Mobil: 0160 / 7077566  
Fax: 07243 / 101-8353  
pflegestuetspunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de  
www.landratsamt-karlsruhe.de

## 1.7 Sozialrechtsberatung

Die Sozialrechtsberatung des Sozialverband VdK berät im Sozialrecht:

- Rentenversicherung,
- Krankenversicherung,
- Pflegeversicherung
- Schwerbehindertenrecht,
- Reha und Teilhabe,
- Unfallversicherung,
- Soziales Entschädigungsrecht,
- Grundsicherung für Arbeitssuchende,
- Soldaten- und Kriegssopferfürsorge

### **Sozialverband VdK, Kreisverband Karlsruhe Sozialrechtsberatung**

Karlstr. 53-55  
76133 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 932790

Fax: 0721 / 9327979

Mail: [srg-karlsruhe@vdk.de](mailto:srg-karlsruhe@vdk.de)

[www.vdk.de/kv-karlsruhe/](http://www.vdk.de/kv-karlsruhe/)

#### **Sprechzeiten:**

nur nach telefonischer Terminvereinbarung  
Montag: 08:00-12:00 Uhr und 14:00-15:45 Uhr  
Donnerstag: 08:00-12:00 Uhr

### **Sozialverband VdK**

#### **Ortsverband Linkenheim-Hochstetten**

Herr Erwin Schentz

Tullastr. 18

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 85511

## 1.8 Beratung zum Schwerbehindertenrecht

Wer körperlich, geistig oder seelisch behindert ist, sollte seine Ansprüche nach dem Schwerbehindertenrecht überprüfen lassen (siehe 2.3). Zuständig für die Antragsbearbeitung für Berechtigte mit Wohnsitz im Landkreis Karlsruhe bzw. in der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten ist das Amt für Versorgung und Rehabilitation.

### **Anlaufstelle Persönliche Beratung**

#### **und Antragsstellung:**

#### **Amt für Versorgung und Rehabilitation**

Wolfsfahrtsweierer Str. 5

76131 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 936-70100

#### **Sprechzeiten:**

Montag - Freitag (außer Di): 8:00 - 12:00 Uhr

Donnerstag: 14:00 - 17:00 Uhr



# 1. BERATUNG UND INFORMATION

## 1.9 Renten- und Reha Beratung

Bei der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg finden Sie neben der Bearbeitung von Rentenanträgen (siehe 2.2) folgende Angebote:

- Auskunft und Beratung für alle Versicherten der gesetzlichen Rentenversicherung zu Fragen über die Rente
- Reha-Beratungsdienst
- Gemeinsame Servicestelle für Rehabilitation
- Servicezentrum für Altersvorsorge

### **Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Servicezentrum Karlsruhe**

Gartenstraße 105  
76135 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 825-11542

Terminvergabe: 0721 / 825-11543

Mail: [servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de](mailto:servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de)

### **Sprechzeiten:**

Montag - Mittwoch: 8:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag: 8:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

### **Hilfe Antragsstellung/ Antragsweiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten**

#### **Versichertenberater**

Herr Uwe Böhm

Mail: [uwe.boehm@kit.edu](mailto:uwe.boehm@kit.edu)

#### **Sprechzeiten:**

alle 14 Tage Donnerstag, 16:00 – 18:00 Uhr  
Zimmer EG 2 oder EG 3

Termine nur nach vorheriger Vereinbarung  
unter 07247 / 802-34 Fr. Kemm  
oder 07247 / 802-35 Fr. Schlüter

## 1.10 Wohnberatung

- Wohnberatung bietet Ihnen Unterstützung bei bzw. Information über:
- Umgestaltung und Umbaumaßnahmen der Wohnung
- Erhalt von Sicherheit und Selbstständigkeit bis ins hohe Alter in der eigenen Wohnung
- Pflege von Angehörigen in einer Wohnung, die Ihnen die Pflege leicht macht
- Vermeidung von Umzugs in ein Pflegeheim
- Finanzierungsfragen
- alternative Wohnformen

### **Mark Mobile Ambulante Rehabilitation Karlsruhe GmbH**

**Wohnberatung**  
Kanalweg 40/42  
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230 - 50  
Mail: mark@mark-ka.de  
www.mark-ka.de

### **DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. Wohnraumberatung**

Ettlinger Str. 13  
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 95595175  
Mail: soziales@drk-karlsruhe.de  
www.drk-karlsruhe.de/angebote/senioren/  
wohnraumberatung.html

## **1.11 Selbsthilfe**

Das Selbsthilfebüro ist die professionelle Informations-, Beratungs- und Unterstützungsstelle für Selbsthilfe in Stadt und Landkreis Karlsruhe. Es

- informiert und berät Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind
- vermittelt Interessierte in Selbsthilfegruppen (bspw. Rheuma-, Kontinenz-, Multiple Sklerose-Gruppen u.v.m.)

- fördert und begleitet die Gründung neuer Gruppen
- berät bei Fragen der Organisation, Finanzierung und Öffentlichkeitsarbeit
- vernetzt Betroffene, Fachleute und Institutionen des Gesundheitswesens
- unterstützt den Erfahrungsaustausch der Gruppen untereinander
- organisiert gemeinsame Aktionen, wie das Forum Selbsthilfe

### **Paritätische Sozialdienste gGmbH Karlsruhe Selbsthilfebüro**

Kanalweg 40/42  
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230-25  
Mail: selbsthilfe@paritaet-ka.de  
www.paritaet-ka.de

## **1.12 Demenzberatung**

Die Erkrankung an einer Demenz führt zu vielfältigen Veränderungen im Leben des Betroffenen und seines Umfeldes. Die Fachstelle ist ein spezielles Angebot:

Informationen zum Krankheitsbild, der medizinischen Versorgung, zu Rechtsfragen, zu Betreuung und weiterführenden Hilfen gehören ebenso zum Angebot wie die psychosoziale Beratung und Begleitung durch qualifizierte



# 1. BERATUNG UND INFORMATION



Fachkräfte. Die Beratung kann telefonisch, im Büro oder nach vorheriger Absprache zu Hause erfolgen. Die Verschwiegenheit der Mitarbeiter/-innen ist selbstverständlich.

Die Fachstelle bietet auch Betreuungsgruppen für Demenzkranke, eine Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige und Kurse für Angehörige und am Thema Interessierte an. Besondere Veranstaltungen zum Thema Demenz werden in der Tagespresse bekannt gegeben.

**AWO Ambulante Dienste gGmbH**  
**Demenzfachberatungszentrum**  
Prinz-Wilhelm-Straße 3  
76646 Bruchsal

Frau Elke Krämer (Geschäftsführung)  
Tel.: 07251 / 7130-20  
Fax: 07251 / 7130-281

Mail: e.kraemer@awo-ka-land.de  
Frau Angelika Nosal (Geschäftsführung)  
Tel.: 07251 / 7130-21  
Fax: 07251 / 7130-281  
Mail: a.nosal@awo-ka-land.de

**In Zusammenarbeit mit**  
**AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten**  
Europaring 50  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:  
Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung  
Tel.: 07247 / 89922  
Mobil: 0162 / 2772600  
Fax: 07247 / 2072804  
Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

**Fachstelle für demenzkranke Menschen**  
**und deren Angehörige**  
**Diakonisches Werk Karlsruhe**  
Herr Kaiser, Tel.: 0721 / 831849-11  
Kaiserstr. 172, 76133 Karlsruhe  
Mail: kaiser@dw-karlsruhe.de

Frau Faber, Tel.: 0721 / 96719-0  
Schäferstr. 15, 76139 Karlsruhe  
Mail: faber@dw-karlsruhe.de

**Träger:**  
Diakonisches Werk Karlsruhe  
Internet: www.dw-karlsruhe.de  
Mail: info@dw-karlsruhe.de

### **Logotherapeutische Beratung für Betroffene und Angehörige**

Beratung für Betroffene und Angehörige in der Frühphase einer Demenz, insbesondere in der schweren ersten Phase nach Erhalt der Diagnose.

[www.demenzinitiative-karlsruhe.de/angebot](http://www.demenzinitiative-karlsruhe.de/angebot)

### **Logotherapeutinnen (DGLE)**

Elli Kobela & Sabine Rettinger  
Karlstr. 119  
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 75406539  
[info@logotherapeutische-beratung.de](mailto:info@logotherapeutische-beratung.de)

### **Alzheimer-Telefon**

Über das bundesweite Alzheimer-Telefon können Angehörige, Betroffene sowie professionelle Helfer beratende Hilfestellungen zu Demenz und speziell zur Alzheimer Krankheit erhalten.

Tel.: 01803 / 171017  
oder 030 / 259379514

### **Sprechzeiten:**

Montag - Freitag: 9:00 - 18:00 Uhr

## **1.13 Kriminalpolizeiliche Beratung**

Ältere Menschen sind oft ausgesuchte Opfer von Betrügnern, Schleppern und Neppern. Handtaschenraub auf offener Straße, Wohnungseinbrüche und Trickdiebstahl betreffen vielfach betagte Menschen. Über richtiges Verhalten und wirksame Sicherheitsvorkehrungen berät das

### **Polizeipräsidium Karlsruhe Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle**

Beiertheimer Allee 16  
76137 Karlsruhe  
Tel.: 0721 / 939-5045

Sie können telefonisch einen Beratungstermin in den Räumen der Beratungsstelle in der Beiertheimer Allee 16 vereinbaren. Die Fachberater kommen aber auch zu Ihnen nach Hause, analysieren Ihre Wohnung/ Ihr Haus und geben Ratschläge, wie man dem Einbrecher „einen Riegel vorschiebt“.



## 2. FINANZIELLE LEISTUNGEN

### 2.1 Pflegeleistungen

Die Pflegeversicherung federt das finanzielle Risiko der Pflegebedürftigkeit ab. Sie stellt eine soziale Grundsicherung in Form von unterstützenden Hilfeleistungen dar, die Eigenleistungen der Versicherten und anderer Träger nicht entbehrlich macht.

**Maßgebend dafür, welche Leistungen Pflegebedürftige erhalten, ist der Grad der Hilfebedürftigkeit. Dieser wird vom medizinischen Dienst der Krankenversicherung festgestellt.**

Mit dem Zweiten Pflegestärkungsgesetz (PSG II) hat die Bundesregierung die Inhalte der Pflegeversicherung umfassend reformiert. Erste Änderungen des neuen Gesetzes sind bereits seit 1. Januar 2016 in Kraft. Die wichtigsten Änderungen gehen mit der Einführung der Pflegegrade, einem grundlegend veränderten Begutachtungsinstrument und **verbesserten Leistungen ab 1. Januar 2017** in die Praxis.

Bisher bezog sich der Begriff der Pflegebedürftigkeit vor allem auf körperliche Beeinträchtigungen. Mit dem neuen Gesetz erhalten nun

auch Menschen mit geistigen, kognitiven oder psychischen Beeinträchtigungen (zum Beispiel Menschen mit Demenz) einen gleichberechtigten Zugang zu Leistungen der Pflegeversicherung. Grundlage dafür ist ein neues Begutachtungsinstrument. Die Pflegebedürftigkeit orientiert sich dann nicht mehr daran, wie viel Zeit ein Mensch am Tag an Hilfe benötigt, sondern im Wesentlichen daran, wie selbstständig der Alltag bewältigt werden kann und wie viel Unterstützung dafür notwendig ist.

Für die Bestimmung der Pflegebedürftigkeit sind nach der neuen Begutachtungsweise sechs Bereiche relevant:

- Mobilität
- kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Aus den genannten Bereichen lässt sich der Grad der Selbstständigkeit ableiten. Wie pflegebedürftig jemand ist, spiegelt sich dann in fünf Pflegegraden statt in drei Pflegestufen wider. Dabei gilt: Je höher der Pflegegrad, desto mehr ist der Mensch in seiner Selbstständigkeit beeinträchtigt und auf Unterstützung angewiesen.

**Pflegegrad 1:** Durch die Pflegereform wird auch ein neuer Personenkreis mit geringer Beeinträchtigung der Selbstständigkeit erreicht, der bisher keinen Anspruch auf Leistungen hatte. Die Leistungen des Pflegegrades 1 dienen in erster Linie dazu, das häusliche Umfeld dieses Personenkreises zu fördern und zu stärken.

**Pflegegrad 2:** Erhebliche Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 3:** Schwere Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 4:** Schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 5:** Schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Die Pflegeversicherung erbringt Leistungen als Geld- oder Sachleistungen, mit denen die Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung finanziert wird. Eine Kombination von Pflegegeld- und Pflegesachleistungen ist möglich.

**Nähere Informationen und Beratung über Leistungen sowie für eine Antragsstellung erhalten Sie bei der Pflegekasse Ihrer Krankenkasse (bspw. AOK, DAK, BKK etc.)**



## 2. BERATUNG UND INFORMATION

### 2.2 Rentenleistungen

Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg ist grundsätzlich für die Renten- und Reha Beratung (siehe 1.9), Kontenklärungsanträge und Rentenanträge zuständig, d.h. für die Bearbeitung von Renten- und Kontenklärungsanträgen sowie für Auskunft und Beratung aller Versicherten der gesetzlichen Rentenversicherung zu Fragen über die Rente.

Renten- und Kontenklärungsanträge können nach Terminvereinbarung direkt beim Rententräger gestellt werden.

#### **Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Servicezentrum Karlsruhe**

Gartenstraße 105  
76135 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 825-11542

Terminvergabe: 0721 / 825-11543

Mail: [servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de](mailto:servicezentrum.karlsruhe@drv-bw.de)  
[www.deutsche-rentenversicherung-bw.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-bw.de)

#### **Sprechzeiten:**

Montag - Mittwoch: 8:00 - 16:00 Uhr

Donnerstag: 8:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

#### **Hilfe Antragsstellung/ Antragsweiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten**

##### **Versichertenberater**

Herr Uwe Böhm

Mail: [uwe.boehm@kit.edu](mailto:uwe.boehm@kit.edu)

##### **Sprechzeiten:**

alle 14 Tage Donnerstag: 16:00 – 18:00 Uhr  
Zimmer EG 2 oder EG 3

Termine nur nach vorheriger Vereinbarung  
unter Tel.: 07247 / 802-34 Fr. Kemm  
oder Tel.: 07247 / 802-35 Fr. Schlüter

### 2.3 Schwerbehindertenausweis

Antragsformulare für Erstanträge und Änderungen nach dem Schwerbehindertenrecht können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, wo die Bearbeitung erfolgt. Eine persönliche Beratung gibt es in der Anlaufstelle des Amts für Versorgung und Rehabilitation (siehe 1.8).

Das Amt für Versorgung und Rehabilitation entscheidet abschließend über die Behinderung, den Grad der Behinderung und gegebenenfalls über weitere gesundheitliche Merkmale für die Inanspruchnahme von Nachteilsausgleichen wie bspw. Parker-

leichterung, Freifahrt für eine Begleitperson, Rundfunkgebührenbefreiung etc.  
Ab einem Grad der Behinderung von wenigstens 50 wird ein Schwerbehindertenausweis ausgestellt.

**Antragsannahme/-weiterleitung  
Rathaus Linkenheim-Hochstetten  
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm  
Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: [j.fromm@linkenheim-hochstetten.de](mailto:j.fromm@linkenheim-hochstetten.de)

## 2.4 Sonstige soziale Hilfen

### 2.4.1 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung soll den grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt von Menschen absichern, die wegen Alters oder aufgrund voller Erwerbsminderung endgültig aus dem Erwerbsleben ausgeschieden sind, sofern die nachfragende Person ihren Lebensunterhalt

nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen bestreiten kann und auch das Einkommen und Vermögen des nicht getrennt lebenden Ehegatten oder Lebenspartners hierzu nicht ausreichen. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung wird nur auf Antrag geleistet. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

**Antragsannahme/-weiterleitung  
Rathaus Linkenheim-Hochstetten  
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm  
Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: [j.fromm@linkenheim-hochstetten.de](mailto:j.fromm@linkenheim-hochstetten.de)





## 2. BERATUNG UND INFORMATION

### 2.4.2 Wohngeld

Wohngeld wird als Mietzuschuss (für Mieter einer Wohnung) oder als Lastenzuschuss (für Eigentümer an selbst genutztem Wohnraum) gezahlt. Ob und in welcher Höhe Sie Wohngeld in Anspruch nehmen können, hängt von drei Faktoren ab:

- die Anzahl der zu berücksichtigenden Haushaltsmitglieder,
- die Höhe des Gesamteinkommens,
- der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung.

Wohngeld wird nur auf Antrag geleistet. Auch die Weiterbewilligung muss beantragt werden. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

**Antragsannahme/-weiterleitung  
Rathaus Linkenheim-Hochstetten  
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm  
Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37  
Mail: [j.fromm@linkenheim-hochstetten.de](mailto:j.fromm@linkenheim-hochstetten.de)

### 2.4.3 Wohnberechtigungsschein

Der Wohnberechtigungsschein ist eine Voraussetzung für den Bezug einer geförderten und gebundenen Sozialmietwohnung und bietet seinem Inhaber die Möglichkeit zum Abschluss eines Mietvertrages – er verleiht ihm aber keinen Anspruch zum Bezug einer solchen Wohnung.

Die Bescheinigung wird durch die Gemeinden regelmäßig als „Allgemeiner Wohnberechtigungsschein“ ausgestellt. Dieser ist in ganz Baden-Württemberg verwendbar und für ein Jahr gültig.

Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten gestellt werden.

**Rathaus Linkenheim-Hochstetten  
Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm  
Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37  
Mail: [j.fromm@linkenheim-hochstetten.de](mailto:j.fromm@linkenheim-hochstetten.de)

## 2.4.4 Hilfe zur Pflege

Menschen, die durch körperliche, geistige oder seelische Erkrankungen oder Behinderungen nicht mehr in der Lage sind, die regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens auszuführen und deshalb in erheblichem oder höherem Maße fremder Hilfe bei der Körperpflege, Ernährung, Mobilität oder hauswirtschaftlichen Versorgung bedürfen, können Hilfe zur Pflege beanspruchen, soweit die vorrangigen Leistungen der Pflegeversicherung sowie eigenes Einkommen und Vermögen bzw. bestehende Ansprüche an Dritte (z.B. Unterhaltsansprüche) nicht ausreichen, den Pflegebedarf sicher zu stellen.

### **Landratsamt Karlsruhe Amt für Versorgung und Rehabilitation**

Frau Meta Scheidenberger  
Wolfartsweierer Straße 5  
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 93670910  
meta.scheidenberger@landratsamt-karlsruhe.de

## 2.4.5 Landesblindenhilfe

Zum Ausgleich blindheitsbedingter Nachteile haben Blinde und hochgradig sehbehinderte Menschen, die das erste Lebensjahr

vollendet und ihren gewöhnlichen Aufenthalt in Baden-Württemberg haben, evtl. Anspruch auf Landesblindenhilfe.

Landesblindenhilfe kann nur auf Antrag gewährt werden. Anträge können bei der Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten geholt und abgegeben werden. Sie werden an das Landratsamt Karlsruhe weitergeleitet, durch das die Bearbeitung erfolgt.

### **Antragsannahme/-weiterleitung Rathaus Linkenheim-Hochstetten Hauptamt / Sozialarbeiter**

Herr Johannes Fromm  
Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-37

Mail: j.fromm@linkenheim-hochstetten.de

## 2.4.6 Rundfunkbeitragsbefreiung/-ermäßigung

Wer bestimmte Sozialleistungen erhält, kann sich auf Antrag von der Rundfunkbeitragspflicht befreien lassen.

Zu diesem Personenkreis zählen unter anderem beispielsweise:

- Empfänger von Hilfe zu ALG II
- Empfänger von Grundsicherung im Alter



## 2. BERATUNG UND INFORMATION

- und bei Erwerbsminderung
- Empfänger von Hilfe zur Pflege
- taubblinde Menschen und Empfänger von Blindenhilfe

Menschen, denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde, können auf Antrag eine Ermäßigung auf ein Drittel des Rundfunkbeitrags erhalten. Zu diesem Personenkreis zählen unter anderem:

- blinde oder nicht nur vorübergehend wesentlich sehbehinderte Menschen mit einem Grad der Behinderung von wenigstens 60 Prozent wegen der Sehbehinderung
- hörgeschädigte Menschen, die gehörlos sind oder denen eine ausreichende Verständigung über das Gehör auch mit Hörhilfen nicht möglich ist
- behinderte Menschen, deren Grad der Behinderung nicht nur vorübergehend wenigstens 80 Prozent beträgt.

### **Bitte beachten Sie:**

Sie erhalten die Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht oder die Ermäßigung des Rundfunkbeitrags ab dem auf dem Festsetzungsbescheid/ der Bescheinigung genannten Leistungsbeginn, wenn Sie den Antrag binnen zwei Monaten einreichen, nachdem der Bescheid erstellt wurde. Anträge auf Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht oder

Ermäßigung des Rundfunkbeitrags müssen schriftlich bei der „GEZ“ (jetzt: „ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice“) eingereicht werden, durch die die Bearbeitung erfolgt.

**Die hierzu erforderlichen Formulare sind beim Bürgerbüro erhältlich.**

### **2.4.7 Krankenversicherungsschutz (Hilfen zur Gesundheit)**

Personen, für die kein Krankenversicherungsschutz begründet werden kann und die der ärztlichen Behandlung bedürfen, können Hilfen zur Gesundheit erhalten. Die Hilfen sind einkommens- und vermögensabhängig.

#### **Landratsamt Karlsruhe, Amt für Versorgung und Rehabilitation**

Frau Meta Scheidenberger  
Beiertheimer Allee 2  
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 93670910



## 3. WOHNEN IM ALTER, PFLEGE UND BETREUUNG



### 3. Wohnen im Alter, Pflege und Betreuung

Im Alter sorgen Krankheiten und Gebrechen häufig dafür, dass eine intensive Pflege erforderlich wird. Diese kann in den seltensten Fällen von Angehörigen durchgeführt werden, da zum einen nicht die nötige Zeit vorhanden ist, die Pflegesituation zum anderen aber auch zur Überforderung führt. Der Betroffene und ggfs. seine Angehörigen sehen sich oft vor die Alternative gestellt, in

eine Pflegeeinrichtung umzuziehen oder die erforderliche Pflege im häuslichen Umfeld zu organisieren. Hier kommen ambulante Pflegedienste oder Haushalts- und Betreuungshilfen ins Spiel.

#### 3.1 Ambulante Pflegedienste

Der ambulante Pflegedienst unterstützt Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Er bietet Familien Hilfen im Alltag, damit pflegende Angehörige Beruf und



Betreuung besser organisieren können. Das Personal des Pflegedienstes kommt zu Ihnen nach Hause und hilft bei der täglichen Pflege. Das Leistungsangebot erstreckt sich i.d.R. über verschiedene Bereiche, u.a.:

- grundpflegerische Tätigkeiten (z.B. Körperpflege, Ernährung, Mobilisation)
- häusliche Krankenpflege als Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung
- (z.B. Medikamentengabe, Verbandswechsel, Injektionen)
- Beratung der Pflegebedürftigen und Angehöriger bei pflegerischen Fragen
- Unterstützung bei der Vermittlung von Hilfsdiensten (z.B. Essensbelieferung oder Organisation von Fahrdiensten, Krankentransporten, Hausnotruf)
- hauswirtschaftliche Versorgung (z.B. Einkaufen, Kochen)

## 3.1.1 Ambulante Pflegedienste in Linkenheim-Hochstetten

### Diakoniezentrum Linkenheim-Hochstetten

Rathausstr. 6  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:  
Frau Angelika Ratzel, Pflegedienstleitung  
Tel.: 07247 / 941111  
Fax: 07247 / 941115  
Mail: ratzel@diakonie-liho.de

### AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten

Europaring 50  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner  
Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung  
Tel.: 07247 / 89922  
Mobil: 0162 / 2772600  
Fax: 07247 / 2072804  
Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

## 3.1.2 Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste

Eine Hilfskraft aus Osteuropa, zum Beispiel aus Polen, ist für viele Angehörige eine bezahlbare Alternative zum Altenheim. In diesem Falle kann die Anstellung einer 24-Std-Haushaltshilfe über private Vermittlungsagenturen hilfreich sein. Aber auch die Sozialverbände (z.B. CARITAS) helfen hier weiter.

Eine medizinische Versorgung und tatsächliche Pflegeleistungen sind hiervon jedoch nicht erfasst.

Die allgemeinen Grundlagen und insbesondere die sozialversicherungsrechtlichen Aspekte beleuchtet ausführlich ein Leitfaden der CARITAS, der zu finden ist unter:

<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/ratgeber/alter/pflegeundbetreuung/haushaltshilfen-legal-beschaeftigen#unten>

Weitere Adressen ambulanter Pflegedienste in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5) und Pflegestützpunkt des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.6).

### **3.1.3 Internetadressen für ambulante Pflegedienste**

Weitere Adressen für ambulante Pflegedienste erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeverzeichnisse von Kranken- bzw. Pflegekassen, beispielsweise:  
[www.aok-pflegedienstnavigator.de](http://www.aok-pflegedienstnavigator.de)  
[www.pflegelotse.de](http://www.pflegelotse.de)

## **3.2 Ambulant betreutes Wohnen**

Das ambulant betreute Wohnen ist eine Wohn- und Lebensform, die Seniorinnen und Senioren in ihrem Wunsch auch im Alter am liebsten Zuhause zu wohnen bestärkt und neue Perspektiven eröffnet.

Bewohner des betreuten Wohnens schließen in der Regel 2 Verträge ab:

- 1) einen Miet- oder Kaufvertrag für Wohnung
- 2) einen Betreuungsvertrag mit Serviceleistungen.

Das Angebot besteht i. d. R. aus einem Grund-



service, der meist pauschal abgerechnet wird und zusätzlichen Wahlleistungen, die von den Bewohnern abgerufen werden können und gesondert bezahlt werden müssen.

### **3.2.1 Ambulant betreutes Wohnen in Linkenheim-Hochstetten**

**AWO Ambulante Dienste gGmbH**

**Ambulant Betreute Wohngemeinschaft und Betreutes Wohnen**

Europaring 52  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:  
Frau Manuela Büchler  
Tel.: 07247 / 96398-10  
Fax: 07247 / 96398-19  
E-Mail: [wg.linkenheim@awo-ka-land.de](mailto:wg.linkenheim@awo-ka-land.de)



## **Frau Carola Hüttner Verwaltung**

Tel.: 07251 / 7130-24

E-Mail: c.huettner@awo-ka-land.de

## **Betreute Wohnanlage Linkenheim-Hochstetten „Haus Langer Berg“**

Europaring 50

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Frau Silvana Grabow, Hausleitung

Tel.: 07247 / 800539

Mobil: 0162 / 2772609

Fax: 07247 / 2072804

E-Mail: bw.linkenheim@awo-ka-land.de

## **3.2.2 Weitere Adressen für ambulant betreutes Wohnen**

Weitere Adressen zu betreuten Wohnanlagen in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5).

## **3.3 Besuchs- und Begleitdienste**

### **AWO Sozialstation Linkenheim-Hochstetten**

Europaring 50

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Herr Patrick Rittershofer, Pflegedienstleitung

Tel.: 07247 / 89922

Mobil: 0162 / 2772600

Fax: 07247 / 2072804

E-Mail: sst.linkenheim@awo-ka-land.de

## **3.4 Hausnotruf**

Ein Hausnotrufsystem ist ein elektronisches Meldesystem, das mit einer Notrufzentrale verbunden ist, die im Bedarfsfall Hilfe organisieren kann.

Es gibt Pflegebedürftigen, Älteren, allein lebenden Personen die Möglichkeit, sich in Notlagen bemerkbar zu machen. Hausnotrufgeräte eignen sich insbesondere für Menschen, die ihre Selbstständigkeit erhalten wollen, jedoch durch Behinderung, chronische Krankheit oder altersbedingte Beeinträchtigung gefährdet sind. Es kann in nahezu jedem Haushalt eingerichtet werden.

### **3.4.1 Hausnotruf über ambulante Pflegedienste**

Das Hausnotrufgerät ist eine sehr sinnvolle Einrichtung für Menschen, die alleine leben und durch Krankheit oder Pflegebedürftigkeit auf plötzliche Hilfe angewiesen sein könnten.

Das Notrufgerät wird mit dem hauseigenen

Telefon verbunden, der eigentliche Notrufknopf trägt man am Körper - entweder in Form eines Halsbandes oder eines Armbandes. So kann man bei einem Notfall, wenn man an das Telefon nicht mehr herankommt, schnell Hilfe herbeiholen. Durch nur einen Tastendruck auf den schnurlosen Sender stellt man sofort eine Sprechverbindung mit der Notrufzentrale her: rund um die Uhr - von jedem Zimmer der Wohnung aus.

Der Mitarbeiter in der Hausnotrufzentrale hat durch den Notruf sofort alle nötigen Angaben auf seinem Monitor, um schnell und gezielt zu helfen: Er verständigt je nach Situation die in einer Liste hinterlegten Verwandten, Bekannten oder einen Rettungsdienst.

Hilfe wird auch dann alarmiert, wenn sich der Senior am anderen Ende der Leitung nicht meldet. So ist Hilfe auch im Falle eines Schlaganfalls oder bei Bewusstlosigkeit sichergestellt.

Hausnotrufdienste werden unter anderem über die ambulanten Pflegedienste vermittelt bzw. angeboten, insbesondere von folgenden vor Ort (siehe 3.1.1):

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

### **3.4.2 Hausnotruf über andere Anbieter**

Außerdem wird der Hausnotruf über weitere Wohlfahrtsverbände wie bspw. über den DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V., die Malteser, Johanniter oder den ASB sowie über diverse private Dienstleister vermittelt bzw. angeboten. Konkrete Informationen über einzelne Angebote erhalten Sie beim jeweiligen Dienstleister.

## **3.5 Essen auf Rädern**

Essen auf Rädern stellt eine gute Möglichkeit dar, sich warmes Essen direkt nach Hause liefern zu lassen oder in Wochenpaketen gelieferte vorbereitete Tiefkühlkost selbst aufzuwärmen. Das Angebot kann vorübergehend, an einzelnen Tagen oder auf Dauer in Anspruch genommen werden. Es gibt verschiedene Kostformen wie bspw. Diabetikerkost, Schon- und Vollkost.

### **3.5.1 Essen auf Rädern über ambulante Pflegedienste**

Essen auf Rädern wird in der Regel auch von ambulanten Pflegediensten vermittelt bzw. angeboten, insbesondere von folgenden vor



Ort (siehe 3.1.1):

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

## 3.5.2 Essen auf Rädern über andere Anbieter

Außerdem wird Essen auf Rädern über weitere Wohlfahrtsverbände wie bspw. über den DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V., die Paritätischen Sozialdienste gGmbH Karlsruhe, die Malteser, Johanniter oder den ASB sowie über diverse private Dienstleister vermittelt bzw. angeboten.

Konkrete Informationen über einzelne Angebote erhalten Sie beim jeweiligen Dienstleister/ Anbieter.

## 3.6 Pflegekurse für pflegende Angehörige

In Pflegekursen werden pflegende Angehörige informiert über:

- Mobilisierungs- und Lagerungsmethoden
- Rückenschonende Transfer-Methoden
- Ernährung und Vorbeugung
- Hilfsmittel u. Rehabilitationsmaßnahmen
- Pflegeversicherung und Recht

Die ambulanten Pflegedienste (siehe 3.1.1) können Sie bei Fragen zu Pflegekursen für Angehörige näher beraten.

Folgende Pflegedienste vor Ort bieten selbst Kurse für pflegende Angehörige an: (Pfleges Schulung im häuslichen Bereich) (siehe 3.1.1)

- AWO Sozialstation Linkenheim-Hochst.
- Diakoniestation Linkenheim-Hochstetten

Diese Kurse werden. z.T. auch von den Krankenkassen angeboten.

## 3.7 Mobile geriatrische Rehabilitation

Ältere Menschen, die an verschiedenen Krankheiten leiden, sind bspw. durch einen Schlaganfall, Knochenbruch oder eine Operation in ihrer bisherigen Selbstständigkeit und ihrem Verbleib in ihrer gewohnten Umgebung gefährdet. Die geriatrische Rehabilitation hat das Ziel, die Alltagskompetenzen zu erhalten oder zurückzugewinnen. Mobile geriatrische Rehabilitation ist auf das Training im Alltag in der gewohnten Umgebung spezialisiert. Sie werden dabei von einem multiprofessionellen Rehabilitationsteam betreut.



**MARK Mobile Ambulante Rehabilitation  
Karlsruhe GmbH**  
Kanalweg 40/42  
76149 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 91230-50  
Mail: [mark@mark-ka.de](mailto:mark@mark-ka.de)  
[www.mark-ka.de](http://www.mark-ka.de)

### **3.8 Tagespflege**

Unter der Tagespflege versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Einrichtung. Das Angebot steht in der Regel von Montag bis Freitag zur Verfügung und kann einmal oder auch mehrmals wöchentlich in Anspruch genommen werden.

Tagespflege bietet in der Regel den Fahrdienst von zuhause in die Tagespflege und zurück, Mahlzeiten, die pflegerische Versorgung und aktivierende Hilfe, Beratung sowie ein tagesstrukturierendes Angebot.

### **3.8.1 Tagespflege in Linkenheim-Hochstetten**

**Tagespflege Diakoniezentrum**  
Frau Beate Heinzmann  
Rathausstr. 6  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 941116  
Fax: 07247 / 941117  
Mail: [heinzmann@diakonie-liho.de](mailto:heinzmann@diakonie-liho.de)

### **3.8.2 Weitere Adressen für Tagespflege**

Weitere Adressen zur Tagespflege in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.5).

### **3.8.3 Internetadressen für Tagespflege**

Weitere Adressen erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeverzeichnisse von Kranken- bzw. Pflegekassen, beispielsweise:  
[www.aok-pflegeheimnavigator.de](http://www.aok-pflegeheimnavigator.de)  
[www.pflegelotse.de](http://www.pflegelotse.de)



## 3.9 Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege (Pflegeheime)

In Pflegeheimen werden pflegebedürftige Menschen, die nicht mehr alleine in Ihrer Wohnung leben können, rund um die Uhr vollstationär versorgt.

Die stationäre Pflege wird Ihnen gewährt, wenn eine häusliche oder teilstationäre Pflege nicht möglich ist. Die Pflegekasse kann die Notwendigkeit der stationären Pflege vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen prüfen lassen. Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf stationäre Pflege, d.h. auf Kurzzeitpflege angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von Krisensituationen bei der häuslichen Pflege oder übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt.

Für sie gibt es die Kurzzeitpflege in entsprechenden stationären Einrichtungen/ Pflegeheimen. Kurzzeitpflege kann auch dazu dienen, interessierten Menschen ein „Probewohnen“ im Pflegeheim zu ermöglichen oder dass pflegende Angehörige entlastet werden, wenn diese und ihre Familien für einige Wochen in den Urlaub fahren möchten bzw. tagsüber eine Entlastung benötigen.

## 3.9.1 Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in Linkenheim-Hochstetten

### Altenpflegeheim

Stiftung Geschwister W. Nees

Hebelstr. 15

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9354-0

Mail: [info@stiftung-nees.de](mailto:info@stiftung-nees.de)

## 3.9.2 Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege

Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege in der Umgebung erhalten Sie auch über die Altenhilfefachberatung des Landkreises Karlsruhe (siehe 1.7).

## 3.9.3 Internetadressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege

Weitere Adressen für stationäre Pflege und Kurzzeitpflege erhalten Sie außerdem im Internet über Pflegeheimverzeichnisse von Kranken- und Pflegekassen, beispielsweise: [www.aok-pflegeheimnavigator.de](http://www.aok-pflegeheimnavigator.de)  
[www.pflegelotse.de](http://www.pflegelotse.de)

### 3.10 Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen

Der ambulante Hospizdienst trägt dazu bei, den Wunsch der meisten Menschen zu erfüllen, zuhause oder „wie zuhause“ sterben zu können. Es erfolgt eine individuelle Begleitung schwer kranker, sterbender und trauernder Menschen zu Hause. Die Inanspruchnahme des Angebots ist kostenlos.

#### **Ökumenischer Hospizdienst Bruchsal**

(Träger: Caritasverband und Diakonisches Werk Bruchsal)

Friedhofstr. 11

76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 800858

#### **Ambulante Hospizgruppe Bruchsal und Umgebung Regionalgruppe der IGSL e.V.**

Frau Claudia Schäfer-Bolz

Hospiz-Telefon: 07251 / 3204010

Mail: [schaefer-bolz@hospizgruppe.de](mailto:schaefer-bolz@hospizgruppe.de)

[www.hospizgruppe.de](http://www.hospizgruppe.de)

#### **Private Trauerhilfe**

Gabriele Wittek, Tel.: 07247 / 9851941

ehrenamtliche Initiative auf Basis der Nächstenliebe

### 3.11 Stationäres Hospiz

Für Bürger des Landkreises Karlsruhe bzw. der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten besteht in Ettlingen ein stationäres Hospiz mit individueller Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen sowie Begleitung und Unterstützung ihrer Angehörigen und Freunde, auch nach dem Tode und in der Zeit der Trauer. Weitere Sozialverbände bieten personelle Hilfestellung und Begleitung auf dem letzten Weg.

#### **Hospiz Arista**

Pforzheimer Str. 31 b

76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 94542-0

Mail: [info@hospiz-arista.de](mailto:info@hospiz-arista.de)

[www.hospizfoerderverein.de/arista](http://www.hospizfoerderverein.de/arista)

#### **Ökumenischer Hospizdienst Bruchsal**

Friedhofstraße 11

76646 Bruchsal

Tel.: 07251 / 800858

[info@hospiz-bruchsal.de](mailto:info@hospiz-bruchsal.de)

#### **Hospizdienst Diakonisches Werk Karlsruhe**

Kaiserstraße 172

76133 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 831849-25 (Hospizdienst)

Fax: 0721 / 831849-26



## BERATUNG UND INFORMATION

Mail: [hospiz-dienst@dw-karlsruhe.de](mailto:hospiz-dienst@dw-karlsruhe.de)

**Sprechzeiten:**

Mo.-Fr. 9-12 Uhr und nach Vereinbarung

**Ökumenischer Hospizdienst Pfinztal / Ökumenische Diakoniestation Pfinztal e. V.**

Rittnertstr. 3  
76327 Pfinztal

Tel: 07240 / 94491-0

Mail: [info@diakonie-pfinztal.de](mailto:info@diakonie-pfinztal.de)

### 3.12 Sterbefall

Das Standesamt Linkenheim-Hochstetten ist für die Beurkundung aller Sterbefälle, die sich in seinem Bezirk ereignet haben, zuständig. Dazu muss der Sterbefall dem Standesamt angezeigt und alle zur Beurkundung erforderlichen Unterlagen vorgelegt werden. Erst danach ist die Ausstellung von Sterbeurkunden möglich.

Falls ein Bestattungsinstitut einbezogen wird, kann dieses auch mit der Abwicklung der Bestattung und aller hierfür notwendiger Formalitäten beauftragt werden.

**Rathaus Linkenheim-Hochstetten  
Standesamt**

Karlsruher Str. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-34 oder -35  
Frau Kemm oder Frau Schlüter

**Bestattungsinstitute**

**Margot & Paul Ret**

Friedrichstr. 52a  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 5343

**Gunter Hager**

Karlsruher Str. 29  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 9542293

### 3.13 Notariat

Erben- und Nachlassermittlung sowie rechtliche Auskünfte zu dieser Thematik und Ausstellung von Erbscheinen erfolgen ausschließlich über die Notariate/ Nachlassgerichte.

Bitte nehmen Sie bei Bedarf notarieller Dienstleistungen direkt Kontakt mit einem Notar Ihrer Wahl auf.

**Notar Herr Bernhard Lunz**

**Terminvereinbarung Frau Schmidt  
Grundbuchamt Linkenheim-Hochstetten**

Tel.: 07247/ 802-27

Fax: 07247 802-7827

Mail: [m.schmidt@linkenheim-hochstetten.de](mailto:m.schmidt@linkenheim-hochstetten.de)



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



### 4.1 Kirchengemeinden

Die Kirchengemeinden in Linkenheim-Hochstetten bieten neben der Seelsorge auch seniorenbezogene Angebote an, wie bspw. Seniorennachmittage oder ökumenische Treffpunkte.

#### 4.1.1 Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten

Pfarrerin Frau Konstanze Gholamvisy  
Hauptstraße 83a  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247/ 6434  
Fax: 07247/ 949334  
Mail: [claudia.ritz@kbz.ekiba.de](mailto:claudia.ritz@kbz.ekiba.de)  
[www.kirchengemeinde-hochstetten.de](http://www.kirchengemeinde-hochstetten.de)

#### 4.1.2 Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim

Pfarrer Herr Philip Kampe  
Rathausstr. 2  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 93670  
Mail: [p.kampe@ekg-linkenheim.de](mailto:p.kampe@ekg-linkenheim.de)  
[www.ekg-linkenheim.de](http://www.ekg-linkenheim.de)



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

### **Pfarramt**

Mail: [info@ekg-linkenheim.de](mailto:info@ekg-linkenheim.de)  
Gemeindediakon Herr Werner Schlittenhardt  
Tel.: 07247 / 936724  
Mail: [schlittenhardt@ekg-linkenheim.de](mailto:schlittenhardt@ekg-linkenheim.de)

### **4.1.3 Evangelischer Gemeinschaftsverband Augsburger Bekenntnis**

Prediger Herr Bodo Becker  
Karlsruher Str. 27  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 954885  
Mail: [Bodo.becker@ab-verband.org](mailto:Bodo.becker@ab-verband.org)  
[www.hardt.ab-verband.org](http://www.hardt.ab-verband.org)

### **4.1.4 Freie Evangelische Gemeinde Hochstetten**

Pastor Herr Matthias Weber  
Albert-Schweitzer-Straße 1  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9535935  
[www.feg-hochstetten.de](http://www.feg-hochstetten.de)  
im Bund Freier evangelischer Gemeinden (KdöR)

### **4.1.5 Katholisches Pfarramt Graben-Neudorf-Linkenheim**

**Pfarrbüro Linkenheim-Hochstetten**  
Pfarrer Herr Bernhard Feger  
Hochstetter Straße 49  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 4622  
Fax: 07247 / 85929  
Mail: [pfarramt.linkenheim@graneuli.de](mailto:pfarramt.linkenheim@graneuli.de)

#### **Öffnungszeiten:**

Dienstag: 15:00 - 17:00 Uhr  
Mittwoch: 10:00 - 12:00 Uhr  
Donnerstag: 15:00 - 17:00 Uhr

### **4.1.6 Liebenzeller Gemeinde Linkenheim**

Pastor Herr Uwe Feil  
Friedrichstr. 57  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808172  
E-Mail [Uwe.feil@lgv.org](mailto:Uwe.feil@lgv.org)  
[www.lgv-linkenheim.de](http://www.lgv-linkenheim.de)

### **4.1.7 Neuapostolische Kirche**

Herr Uwe Freier  
Hindenburgstr. 43  
76297 Stutensee

Tel.: 07249 / 3714  
[www.nak-bruchsal.de](http://www.nak-bruchsal.de)



## 4.2 Angebote zur aktiven Freizeitgestaltung

Auf der Internetseite der Gemeinde erhalten Sie einen Überblick über die örtlichen Vereine, die teilweise spezielle Angebote für Senioren vorhalten.

[www.linksheim-hochstetten.de/index.php/vereine.html](http://www.linksheim-hochstetten.de/index.php/vereine.html)



## Evangelische Kirchengemeinde Hochstetten

### Frauenkreis

**Bibeltextauslegung, Singen, Gebet, Gemeinschaft, Ausflüge**

**Kontakt:** Ellen Röder, Tel.: 07247 / 6543

**Ort:** evang. Gemeindehaus Hochstetten, Hauptstr. 83a

**Wann:** Dienstag 15:00 Uhr

### Männertreff

**christliche u. weltanschauliche Themen, Gesundheitsfragen, Geselligkeit, Heimkunde, Referate**

**Kontakt:** Harald Burgstahler, Tel.: 07247 / 5308

**Ort:** evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

**Wann:** erster Mittwoch im Monat 19:30 Uhr

### Gemeindenachmittag

**Geistliches Wort, Kaffee und Kuchen, Begegnung, Geselligkeit, Themenschwerpunkte, Referenten**

**Kontakt:** Günther Röder, Tel.: 07247 / 6543

**Ort:** evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

**Wann:** 1x monatlich Samstag 14:30 Uhr



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



### Gemeindefrühstück

Frühstück, Singen, Beten, Begegnung

**Kontakt:** Heidi Neuß, Tel.: 07247 / 7947

**Ort:** evang. Gemeindehaus Hoch., Hauptstr. 83a

**Wann:** 1. Mittwoch im Monat 9:30 Uhr

### Evangelische Kirchengemeinde Linkenheim

#### Seniorenachmittag

Kaffeetrinken, Geselligkeit, Andacht, Thema,  
Referat, Gäste, Musik, Theater

**Kontakt:** Werner Schlittenhardt,  
Tel.: 07247 / 936724

**Ort:** Evangelisches Gemeindehaus Linkenheim

**Wann:** 14-tägig Donnerstag 14:00 -16:00 Uhr

**Kosten:** Spende

### Englisch für fitte Senioren

**Kontakt:** Werner Schlittenhardt,  
Tel.: 07247 / 93 67 24

### Besuchsdienst

**Kontakt:** Schlittenhardt, Werner  
Tel.: 93 67 24

### Kath. Kirchengemeinde Gottesdienst im Altenheim

#### Gottesdienst

**Kontakt:** Bernhard Feger, Tel.: 07247 / 4622

**Ort:** Altenheim Geschwister Nees Hochstetten

**Wann:** 1x monatlich

### Neuapostolische Kirche

#### Seniorentreff

Geselligkeit und Geistesnahrung

**Kontakt:** Uwe Freier, Tel.: 07249 / 3714

**Ort:** TVH Gaststätte, Hauptstraße

**Wann:** 14-tägig Dienstag 15:00 Uhr

## Seniorenchorprobe

### Gemeinsames Chorsingen

**Kontakt:** Uwe Freier, Tel.: 07249/ 3714

**Ort:** Gemeindehaus, Jahnstr. 2

**Wann:** jeden 3. Montag im Monat um 16:00 h

## Ausflüge und Wanderungen

### Aktivität und Kultur im Freien

**Kontakt:** Uwe Freier, Tel.: 07249/ 3714

**Ort:** Gemeindehaus, Jahnstr. 2

**Wann:** mehrfach jährlich

## Freie evangelische Gemeinde Hochstetten

### Seniorenbibelgesprächskreis

#### Bibelauslegung

**Kontakt:** Timo Haack, Tel.: 07247 / 207622

**Ort:** Gemeindehaus, Albert-Schweitzer-Straße 1

**Wann:** mittwochs (alle 14 Tage) um 15:00 Uhr

## Senioren-gottesdienst

### Gottesdienst mit anschließendem Kaffeetrinken

**Kontakt:** Timo Haack, Tel.: 07247 / 207622

**Ort:** Gemeindesaal, Albert-Schweitzer-Str. 1

**Wann:** 2x jährlich Mittwoch 15:00 Uhr

## Liebenzeller Gemeinde Linkenheim

### Seniorenbibelkreis

#### Bibelauslegung, Austausch, Singen

**Kontakt:** Uwe Feil, Tel.: 07247 / 9808172

**Ort:** Liebenzeller Gemeinde, Friedrichstr. 57

**Wann:** Mittwoch 15:00 - 16:00 Uhr

### Gottesdienst

#### Predigt, Gebet, Singen, Gemeinschaft, Stehkafee

**Kontakt:** Uwe Feil, Tel.: 07247 / 9808172

**Ort:** Liebenzeller Gemeinde, Friedrichstr. 57

**Wann:** Sonntag 10:00 - 11:15 Uhr



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



### **Betreutes Wohnen**

#### **Sitzgymnastik**

Seniorengymnastik zur Kräftigung der Muskulatur

**Kontakt:** Silvana Grabow, Tel.: 07247 / 800539

**Zielgruppe:** Bewohner der Einrichtung

**Teilnahmevoraussetzung:** nur für Menschen im betreuten Wohnen

**Ort:** Wohnheim Europaring 50

**Wann:** Mittwoch 10:00 - 11:00 Uhr

**Kosten:** keine

#### **Bingo, Singen, Ausflüge, Kaffeemittag**

**Kontakt:** Silvana Grabow, Tel.: 07247 / 800539

**Zielgruppe:** Bewohner der Einrichtung

**Teilnahmevoraussetzung:** nur für Menschen im betreuten Wohnen

**Ort:** Wohnheim Europaring 50

**Kosten:** keine



**AWO Ortsverein**

**Linkenheim-Hochstetten e.V.**

#### **Seniorenausflüge**

Eintägige und mehrtägige Seniorenausflüge

Heussstr. 1

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:

Herr Holger Hartmann, Tel.: 07247 / 89118

#### **Infos folgender Aktivitäten**

**Kontakt:** Büro Tel.: 07247 / 3023

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Familienzentrum, Heussstr. 1

#### **Seniorengymnastik**

**Wann:** Montag 14:00 - 15:00 Uhr

**Schnupperrunde sowie Hol- u. Bringdienst möglich**

#### **Seniorenachmittag**

**Geselliges Zusammensein bei Kaffee und**

**Kuchen mit Rahmenprogramm**

**Wann:** Dienstag 14:00 - 16:00 Uhr

#### **Stricktreff**

**Wann:** 14-tägig dienstags 19:00 - 21:00 Uhr

### Englisch für Senioren

Wann: Mittwoch 9:00 - 11:30 Uhr

### Spielenachmittag 60+

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

### Kaffeetreff für jeden

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

### Handarbeitstreff

Wann: Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

### Kochkurs 60+

Termine bitte im Büro erfragen

### Gedächtnistraining

**Kontakt:** Büro Tel.: 07247 / 3023

**Zielgruppe:** geistig Beeinträchtigte

**Teilnahmevoraussetzung:** nur für Mitglieder

**Ort:** Familienzentrum, Heussstr. 1

**Wann:** 1x monatlich

**Schnuppern möglich**

[www.awo-linkenheim-hochstetten.de](http://www.awo-linkenheim-hochstetten.de)

Mail: [info@awo-linkenheim-hochstetten.de](mailto:info@awo-linkenheim-hochstetten.de)



**Diakonieverein LiHo**

### Tagespflege

**Tagesbetreuung mit Mahlzeiten, Aktivitäten, sozialen Kontakten, Gedächtnistraining**

**Kontakt:** Beate Heinzmann,

Tel.: 07247 / 941116

**Zielgruppe:** Kranke, Behinderte, geistig Beeinträchtigte

**Teilnahmevoraussetzung:** Einstufung in der Pflegeversicherung oder Selbstzahler, Schnuppertag muss bestanden werden

**Ort:** Rathausstr. 6, Linkenheim

**Wann:** Montag bis Freitag 8:00 - 16:30 Uhr

**Kosten:** individuell verschieden

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



### FVL Linkenheim 1919 e.V.

#### Senioren-gymnastik

**Kontakt:** Gabriele Hauf, Tel.: 07247 / 5533

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzungen:** keine

**Ort:** Clubhaus FVL, Friedrichstaler Str. 8

**Wann:** Mittwoch 18:00 - 19:00 Uhr

**Kosten:** 72 € jährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

**Ort:** Gymnastikraum Sportplatz Hochstetten

**Wann:** Montag 19:00 Uhr

**Kosten:** 33 € pro Jahr

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



### TVL Turnverein Linkenheim 1901 e.V.

#### Herz-sport Übungsgruppe

**Sport bei Herzerkrankung unter Aufsicht eines Arztes**

**Kontakt:** Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

**Zielgruppe:** Herzkrankte

**Teilnahmevoraussetzung:** ärztliche Verordnung

**Ort:** Halle 4

**Wann:** Mittwoch 18:00 - 19:00 Uhr

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



### Trimmer Gymnastikgruppe für Herren

**Kontakt:** Hans Richard, Tel.: 07247 / 89970

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzungen:** keine

**Ort:** Sporthalle Grundschule Hochstetten

**Wann:** Donnerstag 20:00 Uhr

**Kosten:** 72 € jährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

#### Herz-sport Trainingsgruppe

**Sport bei Herzerkrankung unter Aufsicht eines Arztes**

**Kontakt:** Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

**Zielgruppe:** Herzkrankte

**Teilnahmevoraussetzung:** ärztliche Verordnung

**Ort:** Halle 4

**Wann:** Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

#### Damengymnastik

**Kontakt:** Hans Richard, Tel.: 07247 / 89970

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzungen:** keine

## Krebsnachsorge

**Rehasport im Rahmen der Krebsnachsorge, Schwerpunkt Brustkrebs**

**Kontakt:** Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

**Zielgruppe:** Erkrankte, Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** ärztliche Verordnung für Nichtvereinsmitglieder

**Ort:** Bürgerhaus

**Wann:** Donnerstag 18:00 - 19:00 Uhr

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

## Sport bis ins hohe Alter

**Ausdauer, Beweglichkeit, Gleichgewicht**

**Kontakt:** Ellen Donner, Tel.: 07247 / 7913

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Bürgerhaus

**Wann:** Freitag 9:00 - 10:00 Uhr

**Kosten:** Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €

**Schnuppern möglich**

## Beweglichkeit, Koordination, Fitness

**Kontakt:** Jutta Becker

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Halle 4 montags, Bürgerhaus donnerstags

**Wann:** Mo. 19 - 20:30 Uhr, Do. 10 - 11 Uhr

**Kosten:** Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

## Tischtennis Freizeitgruppe

**Freizeitgruppe im regulären Training**

**Kontakt:** Bernd Groh

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Halle 3

**Wann:** Freitag 20 - 22 Uhr, Sommer ab 19 Uhr

**Kosten:** Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

## Boule

**Kontakt:** Walter Hohnhäuser

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Bouleplatz des TVL, Rheinstr. 94

**Wann:** Mi. und Fr. 18:00 - 20:00 Uhr

**Kosten:** Jahresbeitrag gestaffelt ca. 80 €

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



**TVH Turnverein  
Hochstetten 1904 e.V.**

## Fit durch richtige Bewegung

**Kräftigung der Rückenmuskulatur, Stabilisierung der Körperhaltung, Lösung von Verspannungen, Atemübungen**

**Kontakt:** Gabriele Windisch



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

**Zielgruppe:** Alle, Mitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Mo. Gymnastikraum TVH, Di. TVH Halle

**Wann:** Mo. 16:30-17:30 h oder Di. 20-21 Uhr

**Kosten:** 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

**Anmeldung erforderlich**

### Fit bis ins hohe Alter

**Erhaltung der Körperkraft, Flexibilität der Muskeln und Gelenke, der geistigen Fitness, schult das Gleichgewicht.**

**Kontakt:** Gabriele Windisch

**Zielgruppe:** Alle, Mitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Gymnastikraum

**Wann:** Di. 9:00 - 10:00 Uhr

**Kosten:** 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

**Anmeldung erforderlich**

### Funktionsgymnastik

**Erhaltung und Verbesserung der Funktionalität unseres Bewegungsapparates.**

**Kontakt:** Gabriele Windisch

**Zielgruppe:** Alle, Mitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Gymnastikraum

**Wann:** Mi. 19:00 - 20:00 Uhr

**Kosten:** 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

**Anmeldung erforderlich**

### Qi Gong

**Qi Gong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.**

**Kontakt:** Gabriele Windisch

**Zielgruppe:** Alle, Mitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Gymnastikraum

**Wann:** Di. 19.00 - 20.00 h

**Kosten:** 30€ aktive Mitglieder, 65€ Nichtmitglieder

**Anmeldung erforderlich**

### Yoga

**Erlernen grundlegender Körper-, Atem- und Entspannungsübungen des Hatha Yoga.**

**Kontakt:** Gabriele Windisch

**Zielgruppe:** Alle, Mitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Gymnastikraum



**Wann:** Mo. 9.00 - 10.00 h oder Do. 9.00 - 10.00 h  
**Kosten:** 40€ aktive Mitglieder, 85€ Nichtmitglieder  
**Anmeldung erforderlich**

## zusätzliche Angebote TVH-Regelgruppen

**Fit und Gesund:** Di. 18.45 - 19.45 h  
**Fit für Sie und Ihn:** Fr. 18.30 - 20.00 h  
**Frauengymnastik II:** Mi. 9.00 - 10.00 h  
**Frauengymnastik III:** Mi. 19.00 - 20.00 h  
**Gymnastik für Sie u. Ihn:** Di. 9.30 - 10.00 h  
**Männerturnen:** Do. 20.00 - 21.00 h

weitere Informationen über das TVH Büro  
 Tel.: 07247 / 946450 oder unter  
[www.tv-hochstetten.de](http://www.tv-hochstetten.de)

**Wann:** jeden 2. Sonntag 9:00 Uhr  
**Kosten:** 20€ Mitgliedsbeitrag plus Fahrtkosten  
**Schnuppern möglich**

## Nordic Walking

**Nordic Walking ca. 5 km um LiHo**

**Kontakt:** Helena Göbel, Tel.: 07247 / 6223  
**Zielgruppe:** Alle  
**Teilnahmevoraussetzung:** Gut zu Fuss sein  
**Ort:** Natur, Treffpunkt Bürgerhaus  
**Wann:** Donnerstag 9:00 Uhr  
**Kosten:** 20 € Mitgliedsbeitrag  
**Schnuppern möglich**

zusätzliche Angebote: Kurzreisen, Besichtigungen, Stammtisch



## Schwarzwaldverein

### Wandern

**Wanderungen von 10 - 15 km in Schwarzwald, Kraichgau, Pfalz**

**Kontakt:** Helena Göbel, Tel.: 07247 / 6223  
**Zielgruppe:** Alle  
**Teilnahmevoraussetzung:** Gut zu Fuss sein  
**Ort:** Natur, Treffpunkt Haltestelle Rathaus



## RSV Badenia

### Radsporttraining

**Touren mit dem Rennrad, Streckenlänge 50-80km**

**Kontakt:** Volker von der Linde  
 Tel.: 0151 / 11601056  
**Zielgruppe:** Alle  
**Teilnahmevoraussetzung:** ohne körperliche Behinderung, verkehrstüchtiges Rennrad und



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG

Sicherheitsausstattung

**Ort:** Radrennbahn RV Badenia

**Wann:** Dienstag und Donnerstag ab 18:00 Uhr  
**2x Schnuppern möglich**

Laptops, Tablets oder Smartphones sein

**Ort:** Computerraum der Realschule

**Wann:** nach Bedarf, 1-2 mal jährlich

**Kosten:** ab 70 €

**Anmeldung erforderlich**



**Linkenheim-Hochstetten**

### Gesundheitskurs der VHS

**Förderung der körperlichen Aktivität und Stressabbau durch Yoga, Pilates, Tai Chi, Tanzen, RückenFit**

**Kontakt:** Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** vereinzelt ärztliches Attest

**Ort:** Gymnastikraum im Bürgerhaus

**Wann:** Montag bis Freitag 18:00 - 19:30 Uhr

**Kosten:** nach Tarif der VHS

**Anmeldung erforderlich**

### Sprachkurse

**Je nach Nachfrage Spanisch, Englisch, Französisch, Russisch, Italienisch. Anfänger und Auffrischer**

**Kontakt:** Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Realschule

**Wann:** Mo. bis Fr. ab 18:00 Uhr je 90 Minuten

**Kosten:** 44-66 € pro Semester

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

### Computerkurs für Senioren

**Einführung, Weiterbildung, Internet**

**Kontakt:** Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** Im Besitz eines PC,

### Veganes Kochen

**Einführung in vegane Ernährung**

**Kontakt:** Tina Meyer, Tel.: 07247 / 1239

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Schulzentrum

**Wann:** 2x jährlich

**Kosten:** 17,60 € pro Abend

**Anmeldung erforderlich**



## Kunstgemeinschaft Linkenheim-Hochstetten (KuGel)

### Kurse für kreative Beschäftigung

**kreatives Arbeiten im künstlerischen Bereich:  
Malerei, Speckstein, Mosaik etc.**

**Kontakt:** Maria Lange, Tel.: 07247 / 946087

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** KuGeL, Karlsruher Str. 24

**Wann:** unterschiedliche Kurszeiten

**Kosten:** unterschiedlich

**Anmeldung erforderlich, 1x Schnuppern möglich**



## Harmonikafreunde Linkenheim-Hochstetten

### Instrumentalunterricht für Senioren

**Erlernen oder Ausbauen von Musikinstrumen-  
ten in Einzelunterricht oder Kleingruppen**

**Kontakt:** Conny Heger, Tel.: 07247 / 3827

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

**Wann:** nach Vereinbarung

**Kosten:** 48 - 36 € monatlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

### Akkordeon-Orchester für Senioren

**gemeinsames Musizieren (auch mit anderen  
Instrumenten)**

**Kontakt:** Manfred Heger, Tel.: 07247 / 3827

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

**Wann:** Montag 20:00 Uhr

**Kosten:** 24 € jährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**

### Musizierkreis der leisen Klänge

**gemeinsames Musizieren (auch mit anderen  
Instrumenten)**

**Kontakt:** Conny Heger, Tel.: 07247 / 3827

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Bahnhofstr. 39a Obergeschoss

**Wann:** Dienstag 20:00 Uhr

**Kosten:** 100 € vierteljährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT UND BEGEGNUNG



### Sängerbund Linkenheim

#### Chorgesang

Frauenchor, Männerchor, gemischter Chor, moderner Chor

**Kontakt:** Oliver Albrecht

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Sängenheim Waldblick, Am Kirschendeich 5

**Wann:** Donnerstag 18:30 Uhr

**Kosten:** 50 € jährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



### Natur- und Vogelfreunde Linkenheim-Hochstetten e.V.

#### Arbeitseinsatz

Fegen, Rasen mähen, Gartenarbeit, Bewegung an der frischen Luft

**Kontakt:** Sabine und Jörg Schäffner

Tel.: 0176 / 89027193

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** rüstig sein, körperliche Belastbarkeit, Outdoor Equipment, keine Angst schmutzig zu werden

**Ort:** Vogelpark, Am Altrhein 1

**Wann:** Samstag 9:00 - 13:00 Uhr

**Kosten:** 25 € jährlich

**Schnuppern möglich**



### EINIGKEIT Hochstetten

#### Chorgesang

gemischter Chor mit traditionellem und modernem Liedgut

**Kontakt:** Klaus Reinhardt, Tel.: 07247 3084

**Zielgruppe:** Vereinsmitglieder

**Teilnahmevoraussetzungen:** keine

**Ort:** Sängenheim Erlich, Am Hochgestade 11a

**Wann:** Freitag 19:30 Uhr

**Kosten:** Vereinsbeitrag 25 € jährlich

**Anmeldung erforderlich, Schnuppern möglich**



## 4.3 Parteien

Die Senioren-Union ist eine Gruppierung des CDU-Gemeindeverbands. Sie bietet regelmäßige Treffen, Veranstaltungen und Vorträge für Senioren ab 60 an. Die Senioren-Union möchte den Lebensraum der älteren Generation aktiv mitgestalten.

Jährlich wiederkehrende Veranstaltungen sind im Januar der Sektempfang mit dem Bürgermeister. In der Spargelzeit besuchen wir einen Spargelhof. Im Juli richten wir ein Grillfest aus, im Sommer/Herbst findet ein seniorengerechter Ausflug statt, im Oktober feiern wir Erntedank und im Dezember Weihnachten mit einem gemeinsamen Essen.

Vorträge mit interessanten Themen, geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen darf auch nicht fehlen.

Wenn wir nicht außer Haus sind, finden die Veranstaltungen am ersten Donnerstag um 14.30 Uhr im Untergeschoss des Bürgerhauses statt.

### **Ansprechpartner:**

Herr Günther Röder  
Schulstr. 4

Tel.: 07247 / 6543

Mail: g.roeder@web.de

## 4.4 Bildung

### 4.4.1 Volkshochschule

**Volkshochschule Landkreis Karlsruhe e.V.  
Außenstelle Linkenheim-Hochstetten**

Frau Tina Meyer

Am Gaisspitzen 14a

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 1239

[www.vhs-karlsruhe-land.de](http://www.vhs-karlsruhe-land.de)

### 4.4.2 Bibliotheken

**Gemeindebibliothek**

Karlsruher Str. 41

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 802-28

Mail: [bibliothek@linkenheim-hochstetten.de](mailto:bibliothek@linkenheim-hochstetten.de)

[www.buecherei.linkenheim-hochstetten.de](http://www.buecherei.linkenheim-hochstetten.de)

#### **Öffnungszeiten**

Montag: 15.00 Uhr - 17.00 Uhr

Dienstag: 18.30 Uhr - 20.30 Uhr

Mittwoch: 9.30 Uhr - 11.30 Uhr

Donnerstag: 17.00 Uhr - 19.00 Uhr

**Katholische öffentliche Bücherei**

Hochstetter Str. 49

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 800499



## 4. AKTIV IM ALTER - FREIZEIT & BEGEGNUNG

[www.graben-neudorf-linkenheim.de/html/buecherei\\_kb.html](http://www.graben-neudorf-linkenheim.de/html/buecherei_kb.html)

### Öffnungszeiten

Sonntag: 10.00 - 10.30 Uhr

Dienstag: 15.00 - 16.00 Uhr

Mittwoch: 17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Donnerstag: 18.00 - 19.00 Uhr

### 4.5 Seniorenreisen und mehrtägige Tagesprogramme

Für Bürger des Landkreises Karlsruhe bzw. der Gemeinde Linkenheim-Hochstetten bieten Wohlfahrtsverbände Urlaubsreisen bzw. mehrtägige Tagesprogramme speziell für Senioren an. Konkrete Informationen über Angebote erhalten Sie von den Stellen vor Ort.

**AWO Ortsverein und Familienzentrum Linkenheim-Hochstetten e.V.**  
**Eintägige und mehrtägige Seniorenausflüge**  
Heuss-Str. 1  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner:  
Herr Holger Hartmann, Telefon: 07247 / 89118

**DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.**  
**Geschäftsstelle Karlsruhe**  
Ettlinger Str. 13  
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 95595172

Mail: [soziales@drk-karlsruhe.de](mailto:soziales@drk-karlsruhe.de)

### Diakonisches Werk Ettlingen

Pforzheimer Str. 31

76275 Ettlingen

Tel.: 07243 / 5495-0

Mail: [ettlingen@diakonie-laka.de](mailto:ettlingen@diakonie-laka.de)

### Gemeindeverwaltung Linkenheim-Hochstetten

Karlsruher Str. 41

76351 Linkenheim-Hochstetten

Ansprechpartner Herr Peter Pramann

Tel.: 07247 / 802-21

Mail: [p.pramann@linkenheim-hochstetten.de](mailto:p.pramann@linkenheim-hochstetten.de)

Die Gemeinde bietet in den Sommermonaten je nach Thema und Verfügbarkeit einen Konzert- oder Theaterbesuch als Tagesausflug als Gruppenbusreise an. Die Ausflüge in den vergangenen Jahren wurden als Tagesbusreise organisiert. Ausflugsziele waren z.B. die Schlossfestspiele in Heidelberg oder die Volksschauspiele in Ötigheim. Die aktuellen Jahresausflüge können in der Regel ab April in der Gemeindeverwaltung erfragt werden und werden über das Amtsblatt der Gemeinde und die Homepage der Gemeinde beworben.

## 5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS UND ADRESSEN



### 5.1 Verbraucherzentrale

**Verbraucherzentrale Baden- Württemberg**  
Kaiserstraße 167, 5. Etage  
76133 Karlsruhe

[www.vz-bawue.de](http://www.vz-bawue.de)  
Termintelefon: 01805 / 505999  
Mo.-Do.: 10:00-18:00 Uhr Fr.: 10:00-14:00 Uhr  
**Sprechzeiten:**  
Montag: 16:00-18:00 Uhr  
Mittwoch: 10:00-12:00Uhr

### 5.2 Karlsruher Verkehrs Verbund – „Karte ab 65“

Die „Karte ab 65“ ist eine Jahreskarte für das komplette -Netz des Karlsruher-Verkehrs-Verbundes (KVV). Mit ihrem besonders günstigen Preis ist sie Kunden ab 65 Jahren und Rentenbeziehern ab 60 Jahren vorbehalten.

**VBK-Abo-Stelle**  
Postfach 1140  
76001 Karlsruhe

[www.kvv.de/fahrkarten/fahr-karten-preise/karte-ab-60.html](http://www.kvv.de/fahrkarten/fahr-karten-preise/karte-ab-60.html)

**Servicetelefon:** 0721 / 6107-5885

### 5.3 Tafelladen

Für Bürger mit geringem Einkommen gibt es die Möglichkeit über Tafelläden Nahrungsmittel zu günstigen Preisen zu kaufen. (Die Trägerschaft der Tafelläden liegt bei den Wohlfahrtsverbänden DRK, Diakonie und Caritas.)

**Tafelladen Linkenheim-Hochstetten**  
Schillerstr. 14 (ab Mai 2017 neue Adresse)  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9543620

**Öffnungszeiten:**

Montag, Donnerstag: 15:00-16:30 Uhr

Rückfragen rund um den Tafelladen  
Herr Hans-Joachim Wagner  
Mobil: 0176 / 32930231  
Mail: [huv.wagner@t-online.de](mailto:huv.wagner@t-online.de)



## 5. WEITERE NÜTZLICHE INFOS & ADRESSEN



### 5.4 Kulturveranstaltungen der Gemeinde

**Konzert, Theater, Kabarett, Lesung, Comedy, Fasching, Mundart, Ausstellung, Heimatgeschichte.**

Ein breitgefächertes Repertoire an Unterhaltung für jedermann, findet man in der Veranstaltungsreihe der Gemeinde im Bürgerhaus und auch im Heimathaus Zehntscheuer.

Informationen und aktuelle Termine zu den Veranstaltungen finden Sie unter:

[www.linkenheim-hochstetten.de](http://www.linkenheim-hochstetten.de)  
[www.heimathaus-zehntscheuer.de](http://www.heimathaus-zehntscheuer.de)

### Hier ein Auszug unserer Veranstaltungen im Rahmen des Kulturkalenders 2016/2017

Arnim Töpel | Nur für kurze Zeit  
Michl Müller | Ausfahrt freihalten  
Sängerbund | Konzert - Showtime  
Jörg Kräuter | Psycho Badisch  
Harmonikafreunde | Akkordeonissimo  
Huub Dutch Duo | Max + Moritz got the Blues  
Kunst- u. Hobbyausstellung  
Philipp Weber Durst | Warten auf Merlot  
Kungelhexen | Hexenball  
Rott Sieben | Joan Baez Abend  
„Sängerbund“, MV-Harmonie, Harmonikafreunde | Jugend singt und musiziert  
Bruno Jonas | Nur mal angenommen  
Harald Hurst und Badisch Talking  
Volkmar Staub | Mund voll Staub  
Musikverein HARMONIE | Frühlingskonzert  
Franziska Wanninger | AHOIbe - Guad is...  
Tino Berlin | Als Badener ohne Geld durch...  
Roland Maier | Der Frauen-(Nicht)-versther





## 6. ÄRZTE UND GESUNDHEITSDIENSTE



### 6.1 Ärzte vor Ort

**Dr. med. Dorotea del Valle**  
**Fachärztin für Allgemeinmedizin - Natur-**  
**heilverfahren**  
Europaring 54  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 5191

**Zweigpraxis Dr. med. Rudolf Schützendübel**  
**(Nachfolge Dr. med. Reinhold Friedrich)**  
**Facharzt für innere Medizin**  
Durlacher Weg 1  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 4040



**Dr. med. Stephan Lauber**  
**Facharzt für Allgemeinmedizin -**  
**Naturheilverfahren**  
Friedrichstr. 53a  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 4422  
Betreuung auch ambulant mit Hausbesuch

**Dr. Carmelo Saitta**  
**Facharzt für innere Medizin**  
Rathausstr. 6  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 4466

**Dr. med. Rudolf Schützendübel**  
**Facharzt für Innere Medizin - Hausärztl.**  
**Versorgung**  
Karlsruher Str. 17  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 3217

## 6.2 Frauenheilkunde

**Dr. med. Gabriela Glenn-Theobald**  
**Fachärztin für Frauenheilkunde und Ge-**  
**burtshilfe**  
Bahnhofstr. 5  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 1020

## 6.3 Krankengymnastik / Therapie

**Praxis für Ergotherapie**  
Kaiserstr. 3A  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 800439  
Fax: 07247 / 888734  
Mail: [info@ergotherapie-simion.de](mailto:info@ergotherapie-simion.de)  
[www.ergotherapie-simion.de](http://www.ergotherapie-simion.de)

**Praxis Peter Metz**  
Physiotherapie Krankengymnastik Zentherapie® Systemische Beratung  
Hauptstraße 90  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 9869850  
Mail: [info@praxis-peter-metz.de](mailto:info@praxis-peter-metz.de)  
[www.praxis-peter-metz.de](http://www.praxis-peter-metz.de)

**Rolf Schönecker**  
**Krankengymnastik und Massagen**  
Mittelpfad 23-25  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Tel.: 07247 / 1500

**Praxis für Krankengymnastik**  
**Physiolinkenheim**  
Friedenstr. 40  
76351 Linkenheim-Hochstetten



Tel.: 07247 / 1264  
Fax: 07247 / 85723  
Mail: [physiolinkenheim@t-online.de](mailto:physiolinkenheim@t-online.de)  
[www.physiolinkenheim.de](http://www.physiolinkenheim.de)

### **Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie**

Albert-Einstein-Str. 11  
76351 Linkenheim-Hochstetten  
Telefon: 07247 / 208833  
Mail: [gesundheit-ist-mehr@web.de](mailto:gesundheit-ist-mehr@web.de)

### **Praxis Trende**

#### **Gesundheitszentrum Linkenheim**

Albert-Einsteinstr. 11  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 3982377  
[www.gesundheitszentrum-linkenheim.de/primus](http://www.gesundheitszentrum-linkenheim.de/primus)

## **Rückenschule**

**Präventionskurs Rückengymnastik,  
spezielle Bewegungsprogramme**

**Kontakt:** Trende, Heiko und Ekaterina

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Praxis Trende

## **Salzgrotte**

**Hilfe bei Atemwegserkrankungen, Allergien  
und Erkältungen, Inhalation**

**Kontakt:** Trende, Heiko und Ekaterina

**Zielgruppe:** Alle

**Teilnahmevoraussetzung:** keine

**Ort:** Praxis Trende

**Wann:** nach Terminvereinbarung

## **6.4 Zahnärzte**

**Med. dent. Nicolas Schneider**

Mittelpfad 25  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 1212  
[www.der-zahn-arzt.de](http://www.der-zahn-arzt.de)

**Dr. Christopher Tuxford**

Kolbenäckerweg 6  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 946262

Mail: [zahnarzt@tuxford.de](mailto:zahnarzt@tuxford.de)

## 6.5 Apotheken

**Hardt-Apotheke**

Mittelpfad 23  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 944936

**Linco-Apotheke**

Karlsruher Str. 76  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Telefon: 07247 / 9499599

## 6.6 Heilpraktiker

**Naturheilpraxis Doris Hofheinz**

Mittelpfad 25a  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9809160

Fax: 03212 / 9809159

Mail: [info@doris-hofheinz-heilpraktikerin.de](mailto:info@doris-hofheinz-heilpraktikerin.de)

**Simone Doll**

Mittelpfad 25 a  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 0162 / 1657675

**Lisa Feil**

Kaiserstr. 48  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808940

**Dragana Josic-Kimmig**

Waldstr. 41  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 3981307

**Dietmar Klein**

Nelkenstr. 5  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 5568

**Angelika Lang**

Rheinstr. 106A  
76351 Linkenheim-Hochstetten

**Ulrike Stengele**

Friedrichstr. 42  
76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel.: 07247 / 9808711

## **Impressum**

**Herausgeber:**

Gemeinde Linkenheim-Hochstetten, [www.linkenheim-hochstetten.de](http://www.linkenheim-hochstetten.de)

**Konzeption | Layout | Grafik:**

Sandra Köhler Grafik Design, [www.sandra.de](http://www.sandra.de)

**Druck:** Heinzmann Druck GmbH, [www.heinzmann-druck.de](http://www.heinzmann-druck.de)

**Auflage:** 1000

**Ausgabe:** März 2017



*Einfach älter werden!*

WWW.LINKENHEIM-HOCHSTETTEN.DE