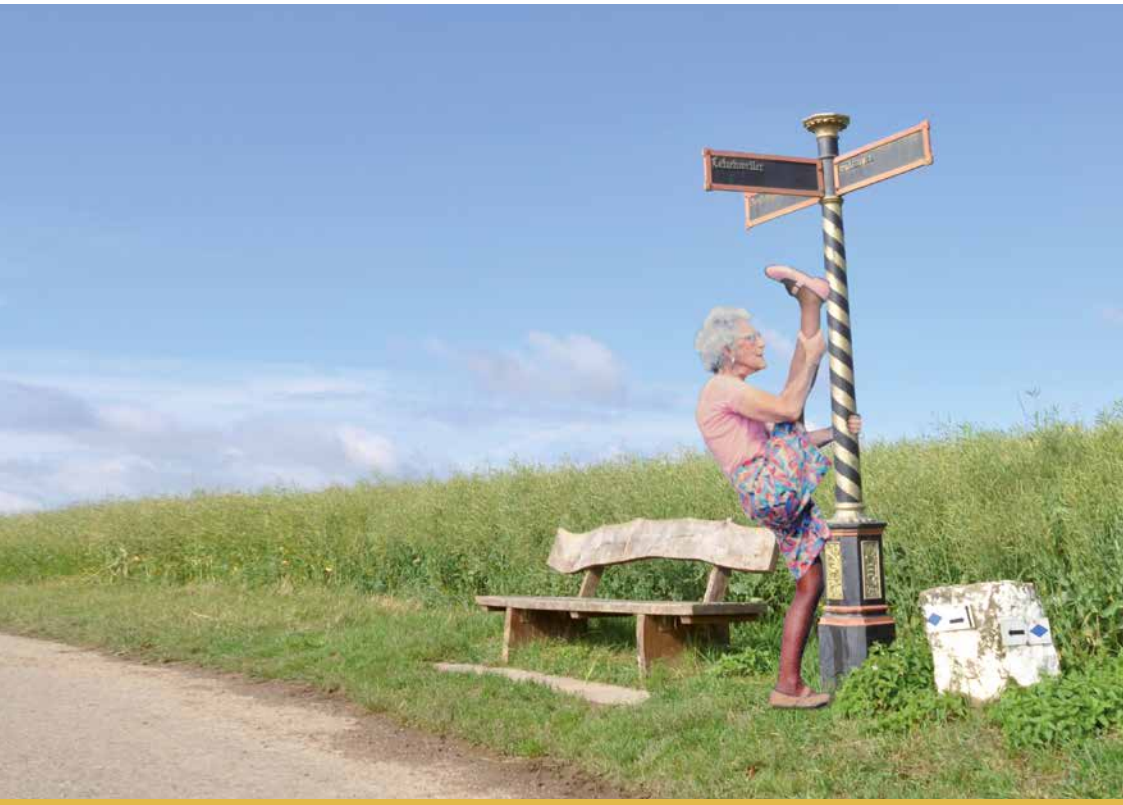
SENIORENNETZWERK
AIDLINGEN



Seniorenratgeber

Herausgegeben 2023

Gesund und aktiv leben
in Aidlingen

Seniorenratgeber, herausgegeben 2023
Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

ich freue mich, Ihnen die zweite Auflage des Seniorenratgebers des Aidlinger Seniorennetzwerkes präsentieren zu dürfen.

In unserer Gemeinde leben etwa 2.150 Menschen, die 65 Jahre oder älter sind. Dies entspricht rund 23 % unserer Gesamtbevölkerung. Ältere Menschen sind eine wertvolle Säule unserer Gesellschaft. Nach dem Berufsleben ist meist die Zeit einer Neuorientierung gekommen. Unser Seniorennetzwerk möchte dazu beitragen, dass diese Phase spannend und abwechslungsreich bleibt. Je nach persönlicher Lebenssituation stellen sich individuell verschiedene Fragen, für die dieser Seniorenwegweiser Antworten bietet. Diese Broschüre soll Ihnen und Ihren Angehörigen eine Hilfe im Alltag bieten und die Suche nach Angeboten und Informationen erleichtern – sowohl für Aktivitäten, als auch für Hilfestellung im Alltag, bei Versorgungen und Pflege von Angehörigen sowie in Notfällen.

Mein besonderer Dank gilt all unseren Partnern, die sich für ein dichtes Netz an Angeboten und Dienstleistungen für Senioren tagtäglich in unsere Gemeinde einbringen und engagieren. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Schmökern und noch viele schöne Jahre bei bestmöglicher Gesundheit!

Herzlichst

Ekkehard Fauth, Bürgermeister

Seite **Angebote für Senioren** von A bis Z

7 Angebote der SpVgg Aidlingen e.V.
- Aqua-Gymnastik für Senioren
- Damenfitness 50+
- Softfitness für Damen

10 Boule in Aidlingen
11 Boule in Deufringen
12 Café Sonnenstrahl, Demenzbetreuung
13 Dorfgemeinschaft Lehenweiler
14 DRK Ortsverein Aidlingen
15 Gesprächskreis für pflegende Angehörige
16 Kirchengemeinden
- Evangelische Kirchengemeinde Aidlingen
- Evangelische Kirchengemeinde Deufringen / Dachtel
- Katholische Kirchengemeinde Aidlingen
- Neuapostolische Kirchengemeinde Aidlingen

21 Schach in Aidlingen
22 Walking mit und ohne Stöcke

Seite **Rat und Tat** von A bis Z

24/25 Altenhilfefachberatung / Augenoptik Döttling
26 Credo Bücher & Medien, Café
27 Diakoniestation Aidlingen
28/29 Ernährungsberatung / fema SERVICE
30/31 IAV-Stelle / Krankenpflegeverein Aidlingen
32/33 Kreisseniorenrat / Krisentelefon
34/35 Leonhardt Akustik / Medizinische Fußpflege
36/37 Momos Auszeit / Moblie Friseurin
38 Naturheilpraxen
41 Ortsbücherei Aidlingen
42/43 Ökumenischer Hospizdienst / Pflegeheime
45 Pflegestützpunkt
46/47 Physiotherapie
48 Sanitätshaus Arnold
49 Volkshochschule Aidlingen

Seite **Krankenhausaufenthalt und Sonstiges**

51 Was muss mit, wenn ich in ein Krankenhaus gehe?
57 Medikamentenplan

Angebote für Senioren

Foto: iStock © Geber86

AQUA-GYMNASTIK FÜR SENIOREN

Dieser Kurs ist für alle Senioren geeignet, die Spaß an der Bewegung im Wasser haben.

Die Bewegung im Wasser fällt durch die Auftriebskraft leichter und es können eventuell Übungen durchgeführt werden, die sonst nicht möglich sind. Bänder, Sehnen und Gelenke werden dabei geschont. Durch den Wasserwiderstand werden die Muskeln effektiver gestärkt als an Land.

Kontakt
- Geschäftsstelle
  Anja Walz, 0 70 34 – 64 57 28
- Übungsleiterin
  Regina Walz

Ort
Hallenbad Schallenbergschule, Deufringen

Zeit
- 1. Gruppe: Dienstags, 16:30 - 17:15 Uhr
- 2. Gruppe: Dienstags, 17:20 - 18:05 Uhr

Hinweis/e
- Schnupperstunde kostenlos
- Weitere Infos und Angebote unter
  www.spvgg-aidlingen.de/freizeitsport/angebot

DAMENFITNESS 50+

Dieser Kurs ist für alle Damen geeignet, die Spaß an der Bewegung haben und sich weiterhin fit halten möchten.

Von Aerobic zur Erwärmung bis hin zur Kräftigung des ganzen Körpers ist immer etwas geboten. Erleben Sie ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm, bei dem der Kontakt in der Gruppe auch nicht zu kurz kommt.

Kontakt
- Geschäftsstelle
  Anja Walz, 0 70 34 – 64 57 28
- Übungsleiterin
  Francesca Mayer

Ort Buchhaldenhalle, Aidlingen
Zeit Mittwochs, 20:00 - 21:00 Uhr

Hinweis/e
- Schnupperstunde kostenlos
- Weitere Infos und Angebote unter
  www.spvgg-aidlingen.de/freizeitsport/angebot

SOFTFITNESS FÜR DAMEN

Wir sind eine Gruppe aus junggebliebenen, lebenslustigen Damen, überwiegend Seniorinnen.

Uns verbindet Spaß an der Bewegung und die Pflege von sozialen Kontakten. Jeden Montagabend haben wir die Möglichkeit bei altersgerechter Gymnastik und unterhaltsamen Spielen, uns auszutauschen. Wir trainieren unseren Gleichgewichtssinn und unsere Beweglichkeit. Außerdem stärken wir unsere Muskeln, um noch lange fit zu bleiben und uns vor schwereren Stürzen zu schützen.

Kontakt
- Geschäftsstelle
  Anja Walz, 0 70 34 – 64 57 28
- Übungsleiterin
  Andrea Bassermann-Löhmann

Ort Buchhaldenhalle, Aidlingen
Zeit Montags, 20:00 - 21:00 Uhr

Hinweis/e
- Schnupperstunde kostenlos
- Weitere Infos und Angebote unter
  www.spvgg-aidlingen.de/freizeitsport/angebot

BOULE IN AIDLINGEN

Kontakt
Fritz Stiefel
0 70 34 – 77 02

Ort
Bouleplatz Aidlingen
(beim Spielplatz Ortsmitte,
an der Kreissparkasse)

Zeit
- **Sommer**
  Montag + Freitag + Samstag
  16:00 Uhr
- **Winter**
  Montag + Freitag + Samstag
  14:00 Uhr

Hinweis/e
Der Bouleplatz ist öffentlich und kann jederzeit zum Boule spielen benutzt werden.

BOULE IN DEUFRINGEN

Kontakt
Helmut Hierholzer
helmut.hierholzer@edv-hierholzer.de

Ort
Parkplatz des FSV Deufringen

Zeit
- **Sommer**
  Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr
  Mittwoch, 16:00 - 18:00 Uhr
  Sonntag, 10:00 - 12:00 Uhr
- **Winter**
  Mittwoch, 14:30 – 16:30 Uhr
  Sonntag, 10:00 - 12:00 Uhr

CAFÉ SONNENSTRAHL DEMENZBETREUUNG

Kontakt
Diakoniestation Aidlingen
Peter Oestringer
0 70 34 – 99 34 48

Ort
- Montags, Kath. Gemeindehaus
- Mittwochs, Haus am Zehnthof

Zeit
- Montags, 14:00 - 17:00 Uhr
- Mittwochs, 14:00 - 17:00 Uhr

Hinweis/e
Die Anmeldung ist nur über die Diakoniestation Aidlingen (Telefon 0 70 34 – 99 34 48) möglich.

DORFGEMEINSCHAFT LEHENWEILER

Adresse
Neue Straße 36
71134 Aidlingen-Lehenweiler

Kontakt
0 70 34 – 25 35 00
info@dg-lehenweiler.de
www.dg-lehenweiler.de
Instagram: @dglehenweiler

Angebote
- Frauenstammtisch
- Männerstammtisch
- Mittwochswanderung (monatlich)
- Gymnastikgruppe (wöchentlich)

Hinweis/e
Termine im Mitteilungsblatt

Deutsches Rotes Kreuz

DRK ORTSVEREIN AIDLINGEN E.V.

Adresse
Buchhaldenstraße 28
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 6 26 70
info@drk-aidlingen.de

Angebote

- **Senioren-Mittagstisch**
  Carmen Moll, 0 70 34 – 61 34 1
- **DRK Spieletreff**
  Margarete Koesling, 0 70 34 – 64 52 07
- **Seniorengymnastik**
  Daniela Spielvogel, 0 70 34 – 27 08 82
- **Senioren-Wassergymnastik**
  Juliane Grossnick, 0 70 31 – 69 04 40 5
  (Übungsleiterin: Katja Ertelt)

GESPRÄCHSKREIS FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Kontakt
Elli Bringmann
0 70 34 – 94 79 54 6

Ort & Zeit
Gartenzimmer im Ev. Gemeindehaus
Dienstags, 15:00 - 16:30 Uhr

Hinweis/e
Termine im Mitteilungsblatt

SENIORENNETZWERK AIDLINGEN

Gesprächskreis für Pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige haben alle Hände voll zu tun. Was bringt da noch ein 14-täglicher Gesprächskreis? Wir sind überzeugt: *Hier bekommt man den Kopf frei und Hilfe bei Fachthemen* – also gönnen Sie sich diese wertvolle Auszeit! Bei Bedarf bieten wir Betreuung für den zu pflegenden Angehörigen.

Ihre Elli Bringmann

Das nächste Treffen:

Dienstag
15:00-16:30 Uhr
mit Kaffee und Gebäck
Ev. Gemeindehaus
(Pfarrgässle 5, Aidlingen)

Interesse? – Melden Sie sich an und schauen Sie rein!

Geschäftsstelle Seniorennetzwerk Aidlingen
Jutta Kühnle • Böblinger Straße 8 • 71134 Aidlingen
Ansprechpartnerin: Elli Bringmann • 07034 9479546
www.seniorennetzwerk-aidlingen.de/hoehepunkte

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE AIDLINGEN

Adresse
Pfarrgässle 5
71134 Aidlingen
www.ev-kirche-aidlingen.de

Kontakt
0 70 34 – 52 50
pfarramt.aidlingen@elkw.de

Angebote

- **Café Horizont**
  Melanie Breitling
  melanie.breitling@elkw.de
  Monatlich, sonntags, ab 14:30 Uhr
- **Frauenfrühstück**
  Sr. Margret Schmidt
  sr.m.schmidt@dmh-aidlingen.de
- **Gesprächskreis für Frauen**
  Sr. Elisabeth Horr
  weitblick-pflege@dmh-aidlingen.de
  Monatlich, dienstags, 17:00 Uhr
- **Aidbrückle**
  Gerhard Diehl
  gerhard-diehl@web.de
  Donnerstags, 9:30 Uhr
- **Ökumenischer Seniorennachmittag**
  Sr. Bettina Wolf
  sr.b.wolf@dmh-aidlingen.de
  Monatlich, dienstags, 14:30 Uhr
- **Besuchsdienste**
  Sr. Bettina Wolf
  sr.b.wolf@dmh-aidlingen.de
- **Seniorenfreizeiten**
  Sr. Bettina Wolf
  sr.b.wolf@dmh-aidlingen.de
- **Geburtstagsbesuche**
  Sr. Bettina Wolf
  sr.b.wolf@dmh-aidlingen.de

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE DEUFRINGEN / DACHTEL

Adresse
Gartenstraße 6
71134 Aidlingen-Deufringen

Kontakt
0 70 56 – 25 91
gemeindebuero.deufringen-dachtel@elkw.de
www.ev-kirche-deufringen-dachtel.de

Angebote
- **Frauengesprächskreis „Wir sind offen“**
  14-täglich, montags 20:00 Uhr im Schloss
- **Ökumenische Seniorennachmittage***
  Monatlich, dienstags 14:30 - 16:30 Uhr
- **Besuchsdienste**
- **Geburtstagsbesuche**

* Termine im Mitteilungsblatt

KATHOLISCHE KIRCHENGEMEINDE AIDLINGEN

Adresse
Im Winkele 4
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 99 31 45
MariaHimmelfahrt.Aidlingen@drs.de

Angebote
- **Heiteres Gedächtnistraining**
  Donnerstags, 10:00 Uhr
- **Senioren-Mittagstisch**
  Donnerstags, 11:30 Uhr
- **Ökumenische Seniorennachmittage***
  Monatlich, dienstags 14:30 - 16:30 Uhr
- **Besuchsdienste**
- **Geburtstagsbesuche**

* Termine im Mitteilungsblatt

NEUAPOSTOLISCHE KIRCHENGEMEINDE AIDLINGEN

Adresse
Buchhaldenstraße 26
71134 Aidlingen

Kontakt
Andreas Schwarz
0 70 34 – 643 722 oder
01 51 – 67 33 49 11
www.nak-sindelfingen.de/aidlingen

Angebote
- **Gottesdienste**
  Sonntag: 9:30 Uhr
  Mittwoch: 20:00 Uhr
- **Seniorenchorprobe**
  1 x monatlich – Termine siehe Homepage
- **Seniorentreffen**
  1 x monatlich – Termine siehe Homepage

SCHACH IN AIDLINGEN

Kontakt
VHS-Schachclub Aidlingen
Ralf Heller
0 70 34 – 82 94
ralf.m.heller@web.de

Ort
Schachfeld an der Aid
(beim Spielplatz Ortsmitte,
an der Kreissparkasse)

Hinweis/e
- Für die Nutzung des Schachfelds ist keine Voranmeldung nötig
- Schach für alle gibt es auch weiterhin dienstags, 20 Uhr in der VHS
- Bei Fragen steht Ihnen Herr Heller gerne zur Verfügung

WALKING MIT UND OHNE STÖCKE

Jeder, der Lust zu Walken hat, ist herzlich willkommen!
Freies Walking für jedermann.

Ort	April bis Oktober: Treffpunkt am Häckselplatz-Parkplatz November bis März: Treffpunkt an der Würmhalde
Zeit	Montag + Donnerstag, 17:30 Uhr - das ganze Jahr durch - bei jedem Wetter - nicht an Feiertagen
Hinweis/e	Teilnahme ist kostenlos

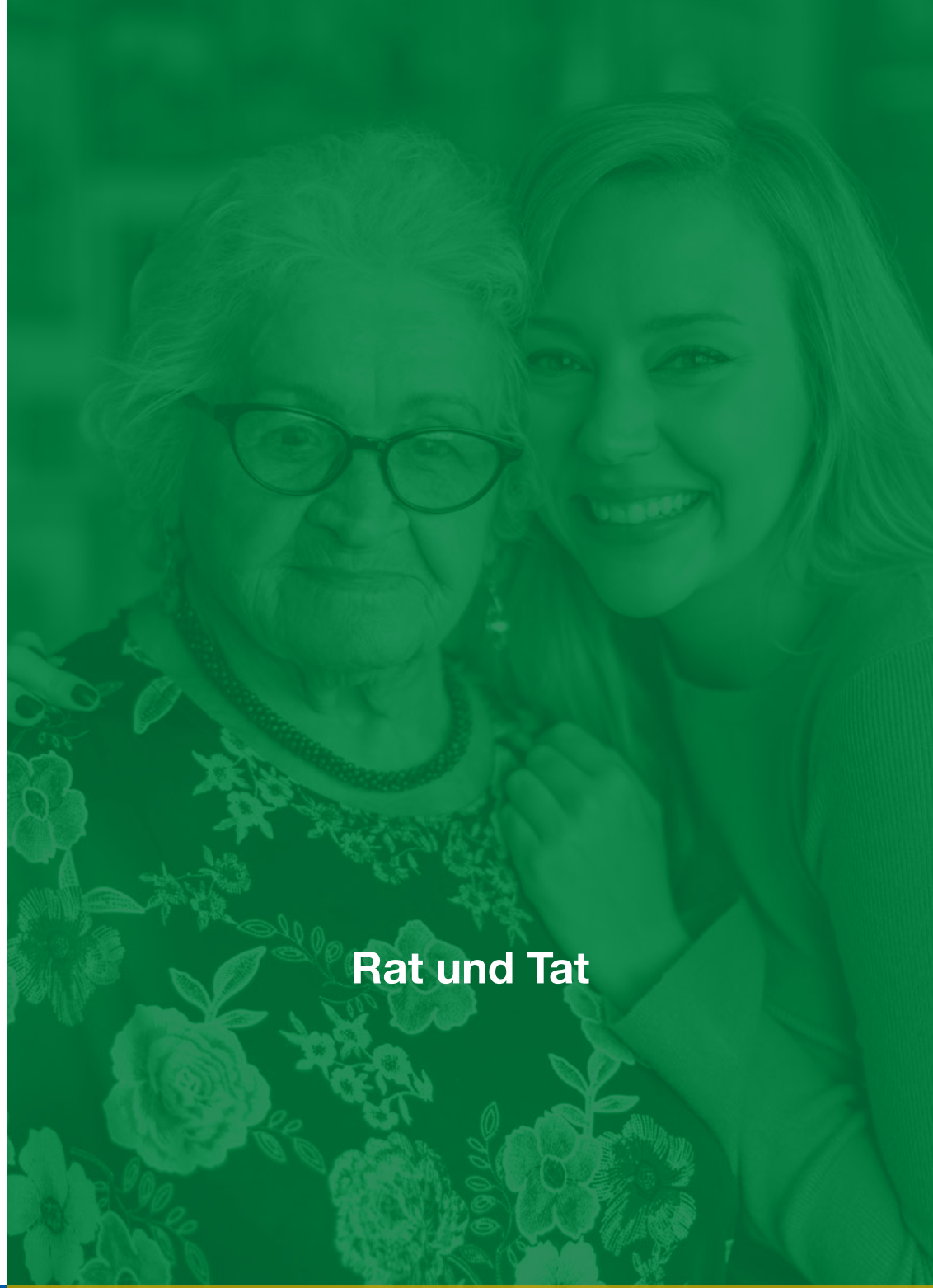


Foto: iStock © PIKSEL

ALTENHILFEFACHBERATUNG

Adresse
Landratsamt Böblingen
Parkstraße16
71034 Böblingen

Kontakt
Karin Braitmaier und Birgit Gehring
0 70 31 – 6 63 11 29 oder
0 70 31 – 6 63 17 29
altenhilfefachberatung@lrabb.de

Hinweis/e
- Beratung, Schulung und Supervision für Nachbarschaftshilfe und bürgerschaftlich Engagierte in verschiedenen Initiativen
- Vernetzung von Hilfsangeboten für ältere Menschen und ihren pflegenden An- und Zugehörigen
- Durchführung von Fortbildungsangeboten und Fachtagungen
- Entwicklung von Angeboten für Menschen mit Migrationshintergrund
- Mitwirkung an der Kreispflegeplanung

AUGENOPTIK DÖTTLING

Adresse
Augenoptik Döttling
Senta Wildermuth
Hauptstraße 45
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 61 79 3
info@augenoptik-doettling.de
www.augenoptik-doettling.de

CREDO BÜCHER & MEDIEN, CAFÉ

Adresse
Credo Bücher & Medien, Café
Johannes Bader
Böblinger Straße 8
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 94 25 22 2
mail@credo-aidlingen.de
www.credo-aidlingen.de

DIAKONIESTATION AIDLINGEN

Für die Gemeinden Aidlingen, Lehenweiler, Dachtel und Deufringen

Adresse
Diakoniestation Aidlingen
Böblinger Straße 8
71134 Aidlingen

Kontakt
Peter Oestringer
0 70 34 – 99 34 48
poe@diakonie-aidlingen.de

Hinweis/e
- Ambulante Behandlungspflege
- Ambulante Kranken- und Altenpflege
- Hauswirtschaftlicher Dienst
- Nachbarschaftshilfe und Betreuung
- Demenzbetreuung (Café Sonnenstrahl)
- Schulungen im Haushalt
- 24 Std. Pflegenotruf

ERNÄHRUNGSBERATUNG
BEI RISIKO VON MANGELERNÄHRUNG

Adresse
Praxis für Ernährungstherapie
Ostelsheimer Straße 20
71134 Aidlingen-Lehenweiler

Termine nach Vereinbarung

Kontakt
Maria Pfingsten
Diplom-Oecotrophologin
0 70 34 – 27 03 83
maria.pfingsten@web.de
www.gutes-gewicht.de

Ort
- Bei Ihnen zu Hause
- In der Praxis
- Online

Hinweis/e
- Für pflegebedürftige Menschen
- Bei Tumorerkrankungen
- Bei Erkrankungen der Verdauungsorgane
- Übrigens: Beratungskosten werden von fast allen Krankenkasse erstattet

FEMA-SERVICE

Adresse
fema SERVICE
Dieter Mast
Gechinger Straße 1
71134 Aidlingen-Deufringen

Kontakt
0 70 56 – 77 59 99 9
info@fema-service.de
www.fema-service.de

Hinweis/e
- Betreuung
- Demenzbetreuung
- Haushaltsdienste
- Personenbeförderung

IAV-STELLE DER GEMEINDEVERWALTUNG

INFORMATIONS-, ANLAUF- UND VERMITTLUNGSSTELLE

Beratung von Betroffenen und Angehörigen bei Krankheit, Behinderung und Alter

Adresse
Gemeindeverwaltung
Hauptstraße 6
71134 Aidlingen

Kontakt
Frau Roller
0 70 34 – 12 52 26
u.roller@aidlingen.de

Krankenpflegeverein Aidlingen
Förderverein der Diakoniestation

KRANKENPFLEGEVEREIN AIDLINGEN

FÖRDERVEREIN DER DIAKONIESTATION

Förderung der Einwohner/innen der Gesamtgemeinde Aidlingen über die Diakoniestation Aidlingen in der Kranken-, Alten-, Haus- und Familienpflege, einschließlich der Nachbarschaftshilfe

Adresse
Ulrich Eisenhardt
Dachteler Bergstraße 50
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
0 70 56 – 37 47
foerderverein@diakonie-aidlingen.de

Hinweis/e
Mitgliedsbeitrag:
15 Euro / Jahr oder mehr

KREISSENIORENRAT BÖBLINGEN E.V.

Adresse
Geschäftsstelle
(diese befindet sich im
Landratsamt Böblingen)
Zimmer A 115
Parkstraße 16
71034 Böblingen

Kontakt
Gabriele Wörner
0 70 31 – 66 31 23 4
kreisseniorenrat@lrabb.de
www.kreisseniorenrat-boeblingen.de

Hinweis/e
Veranstaltungen und Projekte
im Kreis Böblingen zu den Themen
Vorsorge, Pflege und Wohnen
im Alter unter www.kreisseniorenrat-
boeblingen.de

KRISENTELEFON IM LANDKREIS BÖBLINGEN

Beratung in kritischen Lebens- und Pflegesituationen, Vermittlung von Gesprächskreisen, Vermittlung an weiterführende Hilfen

Kontakt
0 70 31 – 66 33 00 00
info@krisentelefon-bb.de
www.krisentelefon-bb.de

Zeit
Montag bis Freitag, 16:00 – 18:00 Uhr
(montags auch in türkischer Sprache)

Hinweis/e
- Sie befinden sich in einer schwierigen Pflegesituation und wissen nicht, an wen Sie sich wenden können.
- Sie sind Pflegende oder Gepflegte und fühlen sich überfordert.

LEONHARDT AKUSTIK

Adresse
Leonhardt Akustik
Untere Vorstadt 11
71063 Sindelfingen

Kontakt
0 70 31 – 78 52 28 2
sindelfingen@leonhardt-akustik.de

Hinweis/e
- Beratung & Verkauf von Hörsystemen
- Beratung & Verkauf von Gehörschutz
- Beratung & Verkauf von Tinnitus Produkten
- Beratung & Verkauf von Hörtraining
- Erfassung von Hörprofilen
- Servicestation für CI-Produkte
- Spezialist für maßgefertigte Im-Ohr-Hörsysteme

MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE PETRA REITH

Adresse
Petra Reith
Dachtler Bergstraße 10
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
0 70 56 – 38 51
01 60 – 96 73 57 74
p.reith@live.de

Hinweis/e
- Termine nach Vereinbarung
- Hausbesuche möglich

MOMOS AUSZEIT – FUSSPFLEGE & MASSAGE

Adresse
momos auszeit
Forchenweg 17
71134 Aidlingen

Kontakt
Momo Walitschek
0 70 34 – 94 20 66 1
mail@momos-auszeit.de

Hinweis/e
- Medizinische Fußpflege (auch bei Ihnen zu Hause)
- Fußreflexzonen-Massage
- Gesichts-Massage
- Hot-Stone-Massage
- Ayurverdische-Massage
- Ganzkörper-Peeling
- Naturmoor-Packungen mit anschließender Massage
- Cleopatra-Packung
- Nachtkerzenölcreme-Packung

MOBILE FRISEURIN KATI NEUKIRCH

Kontakt
Kati Neukirch
01 62 – 81 63 77 4
haar_genau_schnittig@yahoo.de

Ort
Bei Ihnen zu Hause

Hinweis/e
- Haarschnitt / Frisur / Lockwelle
- Färben / Dauerwelle
- Augenbrauen färben / zupfen
- Herrenhaarschnitt

NATURHEILPRAXIS SABINE HUSMANN

Adresse
Naturheilpraxis
Sabine Husmann
Mörikestraße 32
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
0 70 56 – 92 71 46
info@heilpraktiker-husmann.de
www.heilpraktiker-husmann.de

Hinweis/e
Vorbeugen ist besser als heilen

Meine Behandlungsschwerpunkte sind:

- Altbewährte Naturheilverfahren
- Faszienschmerztherapie
- Frauenheilkunde
- Wirbelsäulenbehandlung (Dorn-Breuss)
- Bioresonanz-Methode
  Allergie / Heuschnupfen / Migräne
- Verdauungsbeschwerden / Reizdarm
- Ohrakupunktur

NATURHEILPRAXIS ELISABETH KEMPTER

Adresse
Naturheilpraxis Kempter
Elisabeth Kempter
Deufringer Straße 19
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
0 70 56 – 71 09 53 3
01 52 – 25 35 13 31
info@naturheilpraxis-kempter.de
www.naturheilpraxis-kempter.de

Hinweis/e

- Schmerztherapie
- Chronische Erkrankungen
- Verdauungsprobleme
- Herz-/Kreislaufprobleme
- Immunstärkung
- Bioresonanztherapie
- Laboranalysen
- Nährstoffanalyse und -therapie

NATURHEILPRAXIS BIRGIT WOLF-TOPOGLU

Adresse
Naturheilpraxis
Birgit Wolf-Topoglu
Moschenäckerweg 11
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
0 70 56 – 47 64
01 73 – 30 00 13 0
info@praxis-bwt.de
www.praxis-bwt.de

Hinweis/e
- Dorn-Breuss Rückenbehandlung
- Scenar-Elektrotherapie
- Massage
- Akupunktur
- Homöopathie

ORTSBÜCHEREI AIDLINGEN

Adresse
Ortsbücherei Aidlingen
Im Gässle 6
71134 Aidlingen

Kontakt
Timo Vetter, Leitung
0 70 34 – 62 06 0
info@buecherei-aidlingen.de

Hinweis/e
- Öffnungszeiten
  Mo 14:00 – 18:00 Uhr
  Di 09:00 – 13:00 Uhr
  Mi 09:00 – 13:00 Uhr
  Do 14:00 – 18:00 Uhr
  Fr 15:00 – 19:00 Uhr
- ca. 16.600 Medien im Bestand
- u. a. Großdruckbücher
- Zugriff auf digitale Medien
- Barrierefreier Zugang
- Bei Bedarf liefern wir Ihnen die Medien auch nach Hause

Ökumenischer Hospizdienst
Böblingen

ÖKUMENISCHER HOSPIZDIENST BÖBLINGEN

Schwerkranke begleiten, Sterbenden nahe sein und Angehörige stützen.

Adresse
Ambulanter Erwachsenenhospizdienst
Region Böblingen
Landhausstraße 58
71032 Böblingen

Kontakt
Büro: 0 70 31 – 41 95 19
Einsatzleitung: 0 70 31 – 30 49 40 2
info@hospizdienst-bb.de
www.hospizdienst-bb.de

Hinweis/e
Der ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst ist unter 0 70 31 – 65 96 40 0 (Büro) oder unter 0 70 31 – 65 96 40 1 (Einsatzleitung) erreichbar

PFLEGEHEIM HAUS AM ZEHNTHOF

DRK Altenpflegeheim, Stationäre Altenpflege, 29 Dauer- und Kurzzeitpflegeplätze

Adresse
Haus am Zehnthof
Zehntgasse 2
71134 Aidlingen

Kontakt
André Zimmermann
0 70 34 – 93 97 32 4
azimmermann@drk-bb.org
www.drk-kv-boeblingen.de

Hinweis/e
- Pflege und Betreuung
- Aktivierungsangebote und Veranstaltungen
- Seelsorgerliche Begleitung und regelmäßige Gottesdienste

PFLEGEHEIM SAMARITERSTIFT

Stationäre Altenpflege, 34 Dauerpflegeplätze,
2 Kurzzeitpflegeplätze

Adresse
Samariterstift Dachtel
Deckenpfronner Straße 4
71134 Aidlingen-Dachtel

Kontakt
Andrauso Farina
0 70 56 – 93 92 81 00
samariterstift-dachtel@samariterstiftung.de
www.samariterstiftung.de

Hinweis/e
- Pflege und Betreuung
- Aktivierungsangebote und Veranstaltungen
- Seelsorgerliche Begleitung und regelmäßige Gottesdienste

PFLEGESTÜTZPUNKT LANDKREIS BÖBLINGEN

Die Mitarbeitenden des Pflegestützpunkts beraten Betroffene und Angehörige kostenlos, neutral und unabhängig zu allen Fragen rund um die Themen Pflege und Leistungen der Pflegeversicherung.
Die Beratung kann persönlich oder telefonisch stattfinden. Um Terminvereinbarung wird gebeten.

Adresse
Pflegestützpunkt Standort Sindelfingen
Corbeil-Essonnes-Platz 10
71063 Sindelfingen

Kontakt
Dominic Marx und Patricia Willoth
0 70 31 – 66 31 68 3 oder
0 70 31 – 66 31 78 9
psp-sindelfingen@lrabb.de
www.pflegestuetzpunkt-boeblingen.de

Hinweis/e
Sprechzeiten:
Montag - Mittwoch, 9:00 - 16:00 Uhr
Donnerstag, 9:00 - 18:00 Uhr
Freitag, 9:00 - 12:00 Uhr

PHYSIOTHERAPIE OPTIMUM

Adresse
Physiotherapie Optimum
Tim Wurster & Karin Henning GbR
Böblinger Straße 13
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 94 25 70 0
kontakt@physio-optimum.de
www.physio-optimum.de

PRAXIS BUHL

Adresse
Praxis Buhl
Physiotherapie & Osteopathie
Gechinger Straße 28
71134 Aidlingen-Deufringen

Kontakt
0 70 56 – 96 65 51
michaela@mybuhl.de
www.mybuhl.de

SANITÄTSHAUS ARNOLD

Adresse
Sanitätshaus Arnold
Badstraße 8
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 34 – 2 77 64 30

Hinweis/e
Rehabilitation, Prothetik, gesundheitsfördernde- und unterstützende Maßnahmen

VOLKSHOCHSCHULE AIDLINGEN

Adresse
Volkshochschule Aidlingen
Angelika Reimann
Hauptstraße 15
71134 Aidlingen

Kontakt
0 70 31 / 64 00 81
aidlingen@vhs-aktuell.de
www.vhs-aktuell.de

Hinweis/e
Online-Angebote finden Sie unter
www.webinare-vhs.de

Krankenhausaufenthalt und Sonstiges

Foto: iStock © nd3000

Was muss mit, wenn ich in ein Krankenhaus gehe?

Manchmal muss es ganz schnell gehen …

Ein Aufenthalt im Krankenhaus kommt oft völlig unvermittelt und neben der Sorge um die eigene Gesundheit oder um einen lieben Angehörigen, kommt noch die Frage: „Was muss denn überhaupt alles in die Tasche gepackt werden?“

Kultur- und Waschbeutel

- Zahnbecher, Zahnbürste, Zahnpasta, Mundwasser
- Gebissdose, Gebissreiniger, Haftcreme
- Seife in der Seifendose oder Flüssigseife im Spender
- Duschmittel, Shampoo, Deodorant, Körperlotion
- Haarbürste, Kamm, Taschenspiegel
- Gesichts- und Handcreme, Fettstift für die Lippen
- Nageletui
- Papiertaschentücher, Slipeinlagen, Inkontinenzartikel
- Rasierapparat

Wäsche und Kleidung

- 4 Handtücher, 4 Waschlappen
- 2-3 Nachthemden oder Schlafanzüge
- 2 Unterhemden, 3-4 Schlüpfer
- BH und Miederhöschen
- 2 Paar Socken oder Strumpfhosen
- 1 Bademantel
- 1 Trainingsanzug oder bequeme Hose und Pullover
- Trittfeste Hausschuhe
  (möglichst keine Schlappen – Sturzgefahr)
- 1 größere Plastiktüte oder Stoffbeutel
  für Schmutzwäsche

Persönliches

- Anschrift und Telefonnummer
  der nächsten Angehörigen, Adressbuch
- Wer hat einen Hausschlüssel,
  wer sieht nach der Wohnung, Post, Pflanzen?
- Adresse des Hausarztes
- Kopie der Patientenverfügung und/oder Vollmacht
- Impfpass, Allergiepass, Medikamentenpass
  (z.B. bei Einnahme von Marcumar)
- Notizzettel, Schreibzeug, Lesestoff
- Uhr, Brille, Gebiss, Hörgerät
- Gehhilfen (beschriftet mit Namen)
- Etwas Bargeld (wichtig: keine Wertsachen
  oder größere Geldbeträge)

Abzugeben bei Einlieferung

- Einweisung vom Arzt
- Aktueller Medikamentenplan
- Medikamente
- Versicherungskarte der Krankenkasse,
  Zuzahlungsbefreiung (wenn vorhanden)

Gute Besserung!

Für den Fall, dass Sie im Anschluss Ihres Krankenhausaufenthaltes weitere Unterstützung benötigen, ist die Sozialarbeiterin / der Sozialarbeiter des Krankenhauses, die IAV-Stelle Aidlingen Ihr kompetenter Ansprechpartner.

Im Notfall zu benachrichtigen sind:

Name _____

Anschrift _____

Telefon _____

Handy _____

Name _____

Anschrift _____

Telefon _____

Handy _____

Bevollmächtigt für _____

Name, Anschrift _____

Telefon _____

Bevollmächtigt für _____

Name, Anschrift _____

Telefon _____

Wo befinden sich folgende Unterlagen?

Ist eine **Vorsorgevollmacht** vorhanden?

Wo ist sie hinterlegt?

_____

Ist eine **Betreuungsverfügung** vorhanden?

Wo ist sie hinterlegt?

_____

Ist eine **Patientenverfügung** vorhanden?

Wo ist sie hinterlegt?

_____

Ist ein **Testament** vorhanden?

Wo ist es hinterlegt?

_____

Wo befinden sich folgende Unterlagen?

Sonstige Anmerkung/en z. B. wer ist über die Aufbewahrung von Dokumenten und Wertsachen informiert, welche Versicherungen oder Mietverträge liegen vor …

Medikamentenplan für _____

Geburtsdatum _____

Hausarzt, Telefon _____

_____

Regelmäßige Einnahme / Anwendung:

Medikament	Morgen	Mittag	Abend	Nacht	Für bzw. gegen

Einnahme / Anwendung bei Bedarf:

Medikament	Einzeldosis	Tagesdosis	Einnahme bei

SENIORENNETZWERK
AIDLINGEN

Polizei-Notruf
Telefon 110

Feuerwehr / Rettungsleitstelle
Telefon 112

Giftnotrufzentrale
Telefon 0761 1924 - 0

Ärztlicher Bereitschaftsdienst
Telefon 116 117

Krisentelefon Böblingen
Telefon 07031 66330000

Arzt-Notdienst
Falls Ihr Hausarzt nicht erreichbar ist, Anrufbeantworter abhören mit dem Hinweis, welche Praxis in Notfällen erreichbar ist.

Hinweis
Allgemein- und Fachärzte sind auch im örtlichen Telefonbuch im vorderen Teil abgedruckt.

Geschäftsstelle Seniorennetzwerk Aidlingen
Böblinger Straße 8 ◆ 71134 Aidlingen

Ansprechpartnerin: Jutta Kühnle ◆ Telefon 07034 9479546
info@seniorennetzwerk-aidlingen.de