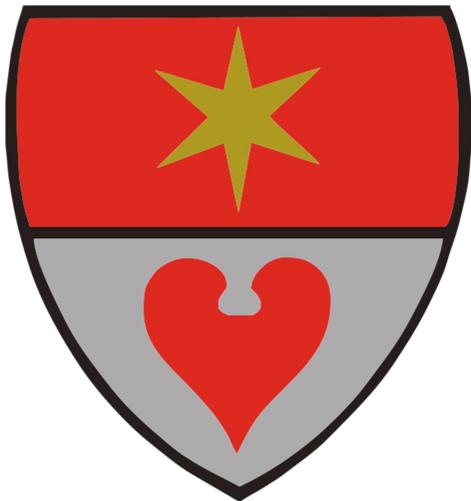


GEMEINDE ESSEN OLDENBURG



Seniorenservicebüro

Seniorenwegweiser



**Seniorenservicebüro der
Gemeinde Essen (Oldenburg)
August-Meyer-Str. 2**

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 8:30 Uhr - 12:00 Uhr
Donnerstag: 14:00 Uhr - 18:00 Uhr
und nach Vereinb.

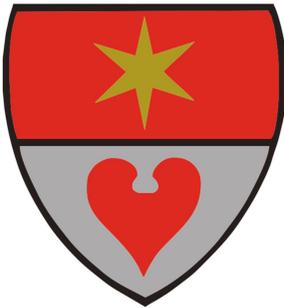
Telefon: 05434-8071413 E-Mail: e.hertel@essen-oldb.de

Leitung: Evelyn Gheorghe-Hertel

Auf Anfrage kommen wir zu Ihnen nach Hause

- **Sie brauchen Beratung und Unterstützung?**
- **Sie suchen Freizeitaktivitäten?**
- **Sie möchten Leute kennenlernen?**
- oder**
- **Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?**

... dann sind Sie bei uns richtig!



**Seniorenservicebüro der
Gemeinde Essen (Oldenburg)
August-Meyer-Str. 2**

Wir bieten an:

- **Allgemeine Sozialberatung sowie Beratung zu Vorsorge, Betreuung, Pflege, Wohnen im Alter etc.**
- **Hilfe im Umgang mit Behörden und beim Ausfüllen von Formularen, Hilfestellung im Antragswesen**
- **Beratung, Vermittlung und Unterstützung in allen Belangen des täglichen Lebens**
- **Info zu Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag**
- **Beratung für pflegende Angehörige**
- **Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Freizeitangeboten**
- **Initiierung neuer Angebote, Gruppen, Aktivitäten und Vorträge**
➔ **Teilen Sie uns gerne Ihre Wünsche mit!**
- **Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Angeboten, wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten**

Unser Leitbild

Das Seniorenservicebüro ist eine kommunale Einrichtung zur Beratung und Unterstützung von Seniorinnen und Senioren aus der Gemeinde Essen (Oldenburg) sowie für pflegende Angehörige. Der Begriff „Senior/in“ lässt sich nur sehr schwer bis gar nicht definieren...

Für die einen beginnt das Seniorenalter im Rentenalter, andere siedeln es etwas später an - häufig wird aber auch die Generation 50+ genannt.

Wir möchten mit dem Seniorenservicebüro keiner dieser Definitionen folgen...

- **Wir sind für alle Bürgerinnen und Bürger da - egal in welchem Lebensalter, Lebensabschnitt oder in welcher Lebenssituation**
- Wir schaffen Begegnungen für alle Altersgruppen
- Wir hören zu, nehmen Anregungen und Wünsche auf und transportieren diese an die entsprechenden Stellen weiter
- Wir sind vernetzt und arbeiten zusammen mit den verschiedensten Institutionen, Behörden und Akteuren aus der Seniorenarbeit und fungieren als „Wegweiser“
- Wir beraten in angstfreier und partnerschaftlicher Atmosphäre
- Wir unterstützen die Seniorinnen und Senioren in ihrem Umfeld und in ihrem Wunsch, möglichst lange in ihrem eigenen Zuhause eigenständig und verantwortlich wohnen bleiben zu können
- Wir bieten soziale Dienstleistungen mit hoher Qualität

Angebote für Seniorinnen und Senioren in Essen/Oldb.

Solebad:

Wassergymnastik für Senioren

Dienstag: 09:00-09:45, Donnerstag: 09:15-10:00

Anmeldung: Solebad, Tel. 05434-3018

BV Essen:

Senioren sport

Donnerstag: 09:30 Uhr im Karl-Leisner-Haus

Übungsleiterin: Hildegard Morthorst, Tel. 05434-1508

Fit und Flott

Montag: 09:00-10:00 Uhr in der Sporthalle am Sportzentrum

Übungsleiterin: Hildegard Middendorf, Tel. 05434-1001

Rückensport für Senioren

Dienstag 10:00-11:00 Uhr, Bewegungshalle Wilhelmstraße

Übungsleiterin: Annette Fredeweß-Brengelmann

Bildungswerk Essen Oldb. e.V.:

Bildungsfrühstück

Jeden dritten Dienstag im Monat von 09:30 bis ca. 11:30 Uhr.

Gemeinsames Frühstück, Fachleute referieren über aktuelle Themen oder es werden Betriebe in der näheren Umgebung besichtigt

Anmeldung über Tel. 05434-7760

Wassergymnastik für Senioren

Montag ab 18:30 Uhr: 4 Kurse, Dienstag ab 19:30 Uhr: 3 Kurse

Ort: Solebad Essen Oldb.

Anmeldung über Tel. 05434-7760

Näh- und Handarbeitswerkstatt

Senioren servicebüro, August-Meyer-Straße 2

Jeden 1. und 3. Montag im Monat – ab 9:30 Uhr

Leitung: Margot Kellermann – keine Anmeldung erforderlich

Arbeitskreis Senioren (Bevern)

Seniorenkreis zu religiösen und gesellschaftspolitischen Fragen

Jeden ersten Dienstag im Monat, Beginn 15:30 Uhr im Pfarrheim Bevern

Voraus geht eine hl. Messe um 15 Uhr (Kirche Bevern)

Ansprechpartnerin: Frau Landwehr, Tel. 05438-484

Arbeitskreis Senioren (Essen)

Jeden 1. Mittwoch im Monat im Karl-Leisner-Haus

Leitung: Willi Stolte

Seniorenkreis, Spielenachmittag, Ausflüge

Senioren ab 65 Jahren

Anmeldung: Kath. Kirchengemeinde – Herr Stolte, Tel.: 05434-7176

Seniorenfrühstück am Mittwochmorgen

Jeden vierten Mittwoch im Monat im Karl-Leisner-Haus, Beginn: 09:00 Uhr

Ansprechpartnerin: Inge Vormoor

Handarbeitstreff – jeden 3. Mittwoch im Monat im Karl-Leisner-Haus

Ansprechpartnerin: Frau Mönning, Tel. 05434-1037

Fit im Alter - Treffpunkt für Senioren

In geselliger Runde sich unterhalten und dabei das Gedächtnis trainieren

Jeden Montag von 15:00-16:30 Uhr

Ort: Ev. Gemeindehaus, Kösliner Straße

Anmeldung: Ev.-luth. Pfarramt Essen

Pfarrerehepaar Uecker, Tel. 05434-93025

Weitere regelmäßige Veranstaltungen:

Seniorenkino

Lesungen, Ausstellungen, Ausflüge

Besichtigungen – z.B.: St. Leo-Stift

Smartphone & Co für Senioren

Infotage: Infostände zu den Themen: Wohngeld, Hilfe zur Pflege,

Freizeitangebote, Vorsorge etc.

Vorträge:

Was können ältere Menschen für ihre Sicherheit tun? (Polizeivortrag)

Pflegeversicherung, Pflegegrad

Vorsorgevollmacht, Betreuungsvollmacht, Patientenverfügung

Altersgerechtes Wohnen

Hausnotruf

etc.

Info und Termine im Seniorenservicebüro

Ihr Interessensgebiet ist nicht dabei? Es fehlt ein Angebot etc.?

Kontaktieren Sie uns, wir bemühen uns, Ihre Anregungen mit im Programm aufzunehmen bzw. zu initiieren.

Kontaktstelle Ehrenamt im Seniorenservicebüro

Sie suchen Ehrenamtliche - oder möchten sich ehrenamtlich engagieren?
Wir helfen Ihnen bei der Suche nach geeigneten Angeboten und klären offene Fragen - zum Beispiel zum Thema "Versicherung im Ehrenamt" etc.
Ansprechpartnerin: Frau Gheorghe-Hertel

Wir suchen laufend ehrenamtliche Seniorenbegleiter (DUOs)

Was genau machen DUOs?

DUO's werden dort eingesetzt, wo sich alleinstehende Senioren zu Hause Gesellschaft und Unterstützung wünschen. Oftmals stehen den Senioren zu dem Zeitpunkt noch keine Leistungen aus der Pflegeversicherung zur Verfügung. Je nach Bedarf und Möglichkeiten kann die Art der Hilfe sehr unterschiedlich ausfallen und reicht von der Begleitung bei Arztbesuchen und Einkäufen über gemeinsame Spaziergänge bis hin zur gemeinsamen Freizeitgestaltung durch Gespräche oder Beschäftigung. Pflegerische oder hauswirtschaftliche Tätigkeiten gehören nicht dazu.

Wie kann ich mich qualifizieren?

Die Qualifizierung und Vermittlung von DUOs ist ein Aufgabenbereich des Seniorenstützpunktes im Landkreis Cloppenburg.

Im Auftrag der Freiwilligenakademie Niedersachsen führt der Seniorenstützpunkt in Kooperation mit dem katholischen Bildungswerk Cloppenburg die Qualifizierung durch.

Das Rüstzeug für die ehrenamtliche Tätigkeit erwerben die freiwilligen Helfer/innen in 50 Theorie- und 20 Praxisstunden.

Falls Sie Interesse an einer ehrenamtlichen Begleitung in Essen durch DUO haben, können Sie sich an Frau Evelyn Gheorghe-Hertel wenden.
Tel. 05434-807141

Wir suchen auch Ehrenamtliche für den Aufbau einer „Nachbarschaftshilfe“.

Beauftragter für Menschen mit Behinderung in der Gemeinde Essen (Oldenburg)

Herr Ralf Lampe

E-Mail: behindertenbeauftragter@essen-oldb.de

Telefon: 05432 / 71 494 15

Sprechzeiten (Publikumsverkehr): nach Vereinbarung

Im Seniorenservicebüro, August-Meyer-Str. 2, 49632 Essen/Oldb.

Herr Lampe führt diese Funktion ehrenamtlich für die Gemeinde Essen (Oldenburg) aus.

Seine Aufgabe ist es, die kommunale Verwaltung und die politischen Gremien in allen Fragen, die Menschen mit Behinderung in der Gemeinde allgemein betreffen oder betreffen könnten, durch Anregungen, Anfragen, Empfehlungen und Stellungnahmen gefragt oder ungefragt zu beraten. Insbesondere ist es sein Ziel, möglichst viele Barrieren zu beseitigen, die Menschen mit Behinderungen an einer gleichen Teilhabe hindern, rechtliche Diskriminierungen auszuschließen und Ursachen für mögliche Benachteiligungen zu beheben.

Dafür steht er allen Bürgern und Einwohnern der Gemeinde als Ansprechpartner zur Verfügung

VDK Sprechstunden – Rente

Jeden 3. Dienstag im Monat ab 10 Uhr im Rathaus, Zimmer 3.

Sprechstunde des Betreuungsvereins Cloppenburg

Jeden 3. Montag im Monat, 11:00 - 12:30 Uhr im Seniorenservicebüro



... Erhältlich im Seniorenservicebüro