

Informationen für ältere Menschen
in der Stadt Übach-Palenberg

1. Auflage

Seniorenratgeber

der Stadt Übach-Palenberg • Der Wegweiser durch den Alltag



Herausgegeben im Januar 2022



Der Wegweiser durch den Alltag



Seniorenratgeber

der Stadt Übach-Palenberg

1. Auflage

Ratgeber für Seniorinnen und Senioren
der Stadt Übach-Palenberg

Erstellt durch den Runden Tisch Senioren Übach-Palenberg

Herausgegeben im Januar 2022



Den Seniorenratgeber können Sie auch online aufrufen:
www.uebach-palenberg.de/Stadt-Leben/Freizeit/Senioren/

Grußwort des Bürgermeisters

**Sehr geehrte Leserinnen und Leser,
liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,**



heute halten Sie die 1. Ausgabe des Seniorenratgebers für Übach-Palenberg in der Hand, einen praktischen Wegweiser für Ihren Alltag in unserer liebens- und lebenswerten Stadt.

Ich freue mich sehr, dass nach der Gründung des Runden Tisches Seniorenarbeit Übach-Palenberg am 9. November 2021, dieser so zeitnah den kompakten Wegweiser, mit vielen Informationen für ältere Menschen in Übach-Palenberg zusammen mit der Stadt Übach-Palenberg erstellt und herausgegeben hat. Die Themen Familie und Generationen liegen mir sehr am Herzen, daher war es eines meiner Ziele, als Bürgermeister der Stadt Übach-Palenberg einen Seniorengewegweiser für Übach-Palenberg zu verwirklichen.

In Übach-Palenberg leben circa 5200 Menschen, die das 65. Lebensjahr vollendet haben oder älter sind. Heutzutage werden die Menschen anders und besser alt als frühere Generationen. Die Lebenserwartung ist höher denn je, der Anteil der älteren Menschen an der Gesamtbevölkerung steigt stetig an.

Wir alle kennen den Ausspruch „Man ist so alt, wie man sich fühlt!“ und das trifft gemäß meiner persönlichen Erfahrung auch sehr häufig zu. Die Spanne zwischen 60 und 80 stellt sich für viele Seniorinnen und Senioren als eine qualitativ völlig neue Lebensphase dar, sie sind „Aktiv im Alter“.

Wenn sich das Alter dann jedoch mehr bemerkbar macht und Hilfen im Alltag benötigt werden, kommen viele Fragen auf, die Seniorinnen und Senioren bewegen. Der Seniorenratgeber liefert die entsprechenden Antworten zu Themen wie Informationen und Beratung, Mobilität, Gesundheit, Vorsorge und Pflege, aber auch zu Begegnung, Bildung und Freizeit. Auf folgenden Seiten erhalten Sie einen Überblick über die vielfältigen Angebote für ältere Menschen und deren Angehörige in Übach-Palenberg und erfahren, wo Sie die Unterstützung, die Ihren Bedürfnissen entspricht, erhalten.

Ich bedanke mich ganz herzlich, bei allen, die am Seniorenratgeber mitgewirkt haben und wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Freude beim Stöbern und Entdecken neuer Möglichkeiten sowie alles Gute für die kommende Zeit und insbesondere Gesundheit.

Ihr Bürgermeister Oliver Walther

A handwritten signature in blue ink that reads "Oliver Walther".



INHALTSVERZEICHNIS

1 Allgemeines, Informationen und Beratung

1.1 Soziale Einrichtungen	10 – 11
1.2 Stadt Übach-Palenberg	11
1.3 Kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragter	11
1.4 Schuldnerberatung	11 – 12
1.5 Verbraucherberatung	12
1.6 Gemeindliches Schiedswesen	13
1.7 Rentenangelegenheiten	13 – 14
1.8 Grundsicherung / Sozialhilfe	14
1.9 Wohngeld- / Lastenzuschuss	14
1.10 Schwerbehindertenantrag	15
1.11 Mieter*innenschutz	15
1.12 Polizeiliche Hilfen	16
1.13 Papiere, Dokumente, wichtige Unterlagen	16
1.14 Hinweise zu Todesfällen	16 – 17

2 Begegnung, Bildung, Freizeit

2.1 Mehrgenerationenhaus	20
2.2 Kunst-, Kultur- und Bücherkiste Übach-Palenberg e.V.	21
2.3 Hospizbewegung Camino e.V.	21
2.4 Lokaler Teilhabekreis Übach-Palenberg	21 – 22
2.5 Senioren- und Invalidenverein	22
2.6 Freizeitangebote der Kirchengemeinden	22 – 23
2.7 Netzwerk GK 60+	23

2.8 Sehenswürdigkeiten, Ausflugsziele	23 – 27
2.9 Westblicke e.V.	28
2.10 Heinsberger Tourist-Service	29
2.11 Reisen für ältere Menschen	29
2.12 VHS des Kreises Heinsberg	29
2.13 Katholisches Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Mönchengladbach und Heinsberg	29 – 30
2.14 FAUST	30
2.15 „Seniorenportal“	30

3 Mobilität

3.1 MultiBus - Kreis Heinsberg	34
3.2 Service der Deutschen Bahn	34
3.3 Behindertenfahrdienst	35

4 Spezielle Beratung, Vorsorge und Gesundheit

4.1 FuD Euregio gemeinnütziger GmbH Familienunterstützender Dienst	38
4.2 Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPs) im Kreis Heinsberg	38
4.3 KoKoBe - Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle	38 – 39
4.4 EUTB - Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung	39
4.5 Fluthilfebüro	40
4.6 Allgemeine soziale Beratung der Diakonie	41
4.7 Beratungsstelle für Suchtfragen des Caritasverbandes und Diakonischen Hilfswerkes	41
4.8 Beratungsstellen für Demenz	41
4.9 Ärzte und Ärztinnen	41 – 46
4.10 Tageskliniken (Teilstationäre Behandlung)	46 – 47

4.11 Apotheken Übach-Palenberg	47
4.12 Physio und Reha.....	47
4.13 Logo- und Ergotherapie.....	48
4.14 Krankenhäuser	48

5 Rund um die Pflege

5.1 Pflegeversicherung / Pflegestützpunkt	50
5.2 Ambulante Hilfsangebote für ältere Menschen	50 – 52
5.3 Alten- und Pflegeeinrichtungen.....	52
5.4 Kurzzeitpflege.....	53
5.5 Tagespflege	53
5.6 Betreutes Wohnen, altengerechte Wohnformen, Serviceangebote	53 – 55
5.7 Hausnotrufe.....	55
5.8 Ambulante Hospizdienste und Hospize	55 – 56
5.9 Palliativ Care-Team HS.....	57

6 Sonstige Hilfen

6.1 Übach-Palenberger Tafel e.V.	60
6.2 FairKauf-Haus Übach-Palenberg	60
6.3 Spendenlager Übach-Palenberg Hand in Hand – Flüchtlingshilfe e.V.....	60
6.4 Senioren helfen	60
6.5 Haushaltshilfen.....	61
6.6 Essen auf Rädern.....	61
6.7 Selbsthilfegruppen.....	61 – 62
6.8 Kommunale Integrationszentrum	62 – 63

6.9 Runder Tisch Senioren Übach-Palenberg	63
6.10 Senioren- und Behindertenbeirat der Stadt Übach-Palenberg	63

7 Rechtliche Betreuung

7.1 Vorsorgevollmacht.....	67
7.2 Patientenverfügung	67
7.3 Testament.....	68

8 Sonstige Informationen

8.1 Notdienste.....	70
8.2 Wichtige Telefonnummern	70
8.3 In eigener Sache	73
8.4 Impressum.....	73
8.5 Bildmaterial	74

1 Allgemeines, Informationen und Beratung

1.1 Soziale Einrichtungen

Quartiersbüro

Vera Heinrichs
Alten- und Pflegeheim St. Josef gGmbH
Tel.: 015 73 49 94 422

Dienstag: 10:00 Uhr – 13:00 Uhr

in der Kapelle von St. Josef

E-Mail: quart-st.josef@caritas-hs.de

Mehrgenerationenhaus

Leitung: Marion Dalmisch

Seniorenzentrum

Ansprechpartner: Petra Simons

Konrad-Adenauer-Platz 1

Tel.: 024 51 / 49 369

Gemeindesozialarbeit

Caritasverband für die Region
Heinsberg e.V.

Ansprechpartnerin: Nicole Abels

Tel.: 024 51 / 48 20 889

E-Mail: gsa-gk@caritas-hs.de

www.gemeindesozialarbeit-caritas.de

Caritasverband für die Region Heinsberg e.V.

Gangolfusstr. 32, 52525 Heinsberg

Tel.: 024 52 / 91 92 0

Fax: 024 52 / 91 92 24

E-Mail: info@caritas-hs.de

www.caritas-heinsberg.de

Diakonisches Werk des Kirchen- kreises Jülich Regionalstelle

Allgemeine Sozialberatung

Ansprechpartnerin: Barbara Kramer

Maastrichter Straße 47, Übach-Palenberg

Tel.: 024 51 / 42 75 8

E-Mail: kramer@diakonie-juelich.de

www.kkrjuelich.de

Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Kreisverband Heinsberg e.V.

Zur Feuerwache 8, 41812 Erkelenz

Tel.: 024 31 / 80 20

Fax: 024 31 / 80 22 99

E-Mail: info@drk-heinsberg.de

www.drk-heinsberg.de

Arbeiterwohlfahrt (AWO) Kreisverband Heinsberg

Siemensstr. 7, 52525 Heinsberg

Tel.: 024 52 / 18 27 00

www.awo@heinsberg.de

www.awo-hs.de

VdK – Sozialverband Ortsverband Übach-Palenberg

Vorsitzender: Heinz-Dieter Massing

Im Kauert 50

Tel.: 024 51 / 91 27 54

Für Beratungen und wann sie stattfinden
- rufen Sie bitte den VdK Kreisverband
Heinsberg unter nachstehenden Telefon-
nummern an.

Tel. Sekretariat: 024 52 / 10 65 707

Mo., Di., Do., Fr.: 10:00 Uhr – 14:00 Uhr

Rechtsberatung: Fr. Kötting

Tel.: 024 52 / 1 55 19 48

Mo., Do.: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Rechtsberatung: Fr. Freijser

Tel.: 024 52 / 15 57 093

Mo., Do.: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

1.2 Stadt Übach-Palenberg

Zentrale Vermittlung

Tel.: 024 51 / 9 79 0

E-Mail: info@uebach-palenberg.de

Bürgerbüro

Rathausplatz 4

Tel.: 024 51 / 9 79 33 00

Öffnungszeiten:

Montag: 8:30 Uhr – 12:00 Uhr
14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Dienstag: 8:30 Uhr – 12:00 Uhr
14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Mittwoch: geschlossen

Donnerstag: 8:30 Uhr – 12:00 Uhr
14:00 Uhr – 18:00 Uhr

Freitag: 8:30 Uhr – 12:00 Uhr

Das Bürgerbüro bietet unter der o.g. Ruf-
nummer telefonische Terminabsprachen

an. Des Weiteren finden Sie aktuelle Infor-
mationen auf der Internetseite der Stadt:
www.uebach-palenberg.de

In den Kategorien „Aktuelles“ finden Sie
beispielsweise auch das Amtsblatt. Termin-
vergaben oder andere Onlinedienste und
Formulare stehen Ihnen zur Verfügung.

1.3 Kommunalen Senioren- und Behinderten- beauftragter

Der Senioren- bzw. Behindertenbeauftrag-
te ist Anlaufstelle für alle ratsuchenden
Bürger*innen, die Beratung und Orientie-
rungshilfen zu allgemeinen Altersfragen
bzw. Behinderten bereitstellt.

Seniorenbeauftragter: Uwe Schmitt

Tel.: 024 51 / 97 95 015

E-Mail: u.schmitt@uebach-palenberg.de

Behindertenbeauftragter:

Thomas de Jong

Tel.: 024 51 / 97 91 311

E-Mail: t.dejong@uebach-palenberg.de

1.4 Schuldnerberatung Diakonie des Kirchenkreises Jülich

Ev. Gemeindezentrum Hückelhoven

Haagstraße 10, 41836 Hückelhoven

Tel.: 024 33 / 905 60

E-Mail:

[schuldnerberatung.hueckelhoven@
diakonie-juelich.de](mailto:schuldnerberatung.hueckelhoven@diakonie-juelich.de)



**Erreichbarkeit
ist einfach.**

www.kreissparkasse-heinsberg.de

 Kreissparkasse
Heinsberg

Ob in der Filiale, mobil,
online, telefonisch
oder per WhatsApp!

Wir sind immer
in der Nähe!

Telefon
02451 600

Ratsuchende sollten vorab unter dieser Telefonnummer einen Gesprächstermin vereinbaren.

1.5 Verbraucherberatung

Es ist Aufgabe der Verbraucherberatungsstellen, regional und landesweit die Konsument*innen, Verbraucher*innen über alle in privaten Haushalten entstehenden Fragen, Unklarheiten, Problembereichen, neutral, sachlich und unabhängig zu informieren. Aber auch Beratung im Bereich Pflege, Demenz, Finanzen und Energie wird dort angeboten.

Verbraucherzentrale NRW Beratungsstelle Alsdorf

Luisenstr 35 (Luisenpassage),
52477 Alsdorf
Tel.: 02404/9032775

P-Konto Bescheinigung und sonstige
Zwangsvollstreckung/Existenzsicherung
Bitte melden Sie sich unter

Tel.: 02404/9032750

E-Mail:
alsdorf.sib@verbraucherzentrale.nrw

Einen Beratungstermin beim Regionalbüro
Alter, Pflege und Demenz können Sie tele-
fonisch vereinbaren unter der

Tel.: 02404/9032780

oder in der Beratungsstelle Alsdorf.

Verbraucherzentrale Aachen

Aachenmünchener-Platz 6, 52064 Aachen
Tel.: 0241/46302601

1.6 Gemeindliches Schiedswesen

Dem gemeindlichen Schiedswesen obliegt die Schlichtung eines bürgerlichen Rechtsstreites; ihm kann auch der strafprozessuale Sühneversuch übertragen werden.

Schiedsgerichtsbezirk I:

Frelenberg, Palenberg, Rimburg, Scherpen-
seel, Siepenbusch und Zweibrüggen

Schiedsmann: Gerrit Heidenreich

Albert-Schweitzer-Straße 38

Tel.: 0178/1490476

Schiedsgerichtsbezirk II:

Boscheln, Holthausen, Marienberg, Übach
und Windhausen

Schiedsmann: Dieter Kalmbach

Elsa-Brändström-Straße 2

Tel.: 0157/76940469

1.7 Rentenangelegenheiten

An folgende Personen oder Stellen kann
man sich in Übach-Palenberg in Fragen der
Rentenversicherung, in sozialen Fragen oder
Fragen der Schwerbehinderung wenden:

Rathaus Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Kathrin Schulz

Tel.: 02451/9794027

E-Mail: k.schulz@uebach-palenberg.de

Es wird eine vorherige telefonische
Terminvereinbarung empfohlen.

Deutsche Rentenversicherung Bund - Berlin

Servicetelefon: 0 800 1000 480 70
(gebührenfrei)

www.deutsche-rentenversicherung-bund.de

Versichertenberater der Deutschen Rentenversicherung Bund

Peter Weinkamp

Comeniusstraße 7

Tel.: 02451/43952

Deutsche Rentenversicherung Rheinland

Servicetelefon: 0 800 1000 480 13
(Gebührenfrei)

www.deutsche-rentenversicherung-rheinland.de

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See

Knappschaftsallee 1, 50126 Bergheim

Tel.: 02271/7620

www.deutsche-rentenversicherung-knappschaft-bahn-see.de

Versichertenälteste in Übach-Palenberg

Ansprechpartner in Renten-, Kranken-,
Pflege- und Rehaangelegenheiten:

Günter Gävert

Heerleener Straße 217

Tel.: 02451/44403

und

Günter Wagner

Carl-Alexander Straße. 53

Tel.: 02404/21 635

1.8 Grundsicherung / Sozialhilfe

Seit 1. Januar 2003 gibt es das „Gesetz über eine bedarfsorientierte Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung“ und seit 01. Januar 2005 die Sozialhilfe, eine Leistung nach dem Sozialgesetzbuch XII. Diese Leistungen sind für Menschen, die ihren Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus eigenen Einkommen und Vermögen sicherstellen können. Anspruchsberechtigt für Grundsicherung sind über 65-jährige und aus medizinischen Gründen dauerhaft voll Erwerbsgeminderte ab 18 Jahren, soweit sie ihren persönlichen Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland haben. Anspruchsberechtigt für Sozialhilfe ist, wer länger als sechs Monate nicht dazu in der Lage ist, einer Erwerbstätigkeit nachzugehen; wer befristet erwerbsunfähig ist oder eine vorgezogene Altersrente bezieht.

Sollte Ihr Einkommen nicht ausreichen, können Sie sich bei der Stadtverwaltung, Sozialamt, beraten lassen.

Soziale Angelegenheiten Fachbereichsleitung

Ansprechpartner: Maike Heinen

E-Mail: m.heinen@uebach-palenberg.de

Tel.: 024 51 / 97 94 001

Des Weiteren finden Sie den Antrag auf Grundsicherungsleistungen nach SGB XII auf dem Internetportal des Kreises Heinsberg:

www.service.kreis-heinsberg.de

1.9 Wohngeld- / Lastenzuschuss

Wohngeld- und Lastenzuschuss sind staatliche Zuschussleistungen für die unter bestimmten Voraussetzungen ein Rechtsanspruch besteht. Wohngeld wird als Mietzuschuss für die Mieter einer Wohnung, eines Zimmers oder einer Wohngemeinschaft gewährt. Lastenzuschuss erhalten Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung.

Die Anspruchsgewährung ist u.a. abhängig von:

- der Zahl der zum Haushalt zählenden Familienmitglieder
- der Höhe des Gesamteinkommens
- der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung / Schuldendienst.

Antragsformulare und weitere Auskünfte erhalten Sie bei der Wohngeldstelle oder online unter:

www.uebach-palenberg.de/Rathaus-Politik/Bürgerservice/Onlinedienste-und-Formulare

E-Mail:

b.benkendorf@uebach-palenberg.de

Tel.: 024 51 / 97 96 421

1.10 Schwerbehindertenantrag

Personen, die dauernd körperlich, geistig oder seelisch beeinträchtigt sind, können einen Antrag auf Feststellung des Grads der Behinderung stellen. Liegen die Voraussetzungen vor, stellt das Versorgungsamt einen Schwerbehindertenausweis aus, der je nach Grad der Behinderung und den vergebenen Merkmalen zu bestimmten Vergünstigungen führt, z. B. Ermäßigung von Telefongrundgebühren, Vergünstigungen im ÖPNV, Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren.

Schwerbehindertenausweise können beim Amt für Soziales und Senioren des Kreises Heinsberg, Valkenburgerstraße 45, 52525 Heinsberg beantragt werden.

Im Online Portal des Kreises finden Sie Antragsvordrucke unter www.kreis-heinsberg.de in der Rubrik „Onlinedienstleistungen“. Eine Verlängerung der Schwerbehindertenausweise ist über die Servicestelle im Rathaus Übach-Palenberg,

Tel.: 02451/9793327, möglich.

Behindertenbeauftragter:

Thomas de Jong

Tel.: 02451/9791100

1.11 Mieter*innenschutz

Die Regelungen des Mietrechts finden Sie in den §§ 535 - 580a des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB). Hier finden Sie alle weitergehenden Bestimmungen bezüglich des Mietverhältnisses, Mietminderung, Kündigung, Eigenbedarf des*r Vermieter*in, etc.. Es gibt auch Kurzbroschüren zum Thema Mietrecht und Mietschutz.

Mieterschutzverein e. V. für Aachen und Umgebung

Talstraße 2, 52068 Aachen

Tel.: 02 41 / 9 49 79 20

E-Mail: info@mieterverein-aachen.de
www.mieterverein-aachen.de



KOMMST NET HOCH? RUF MICH AN 02433 9595 010




TREPPENLIFT



KABINEN AUFZUG



SCHACHT AUFZUG



HUBLIFT

Alpha Liffttechnik GmbH
Breite Straße 124
41836 Hückelhoven
info@alpha-liffttechnik.de

1.12 Polizeiliche Hilfen

In Notfällen rufen Sie bitte immer die Nummer **110** an.

Gerade ältere Menschen sind oftmals vielerlei und vorab nicht erkennbarer Gefahren ausgesetzt. Den Vorsorgetipps der Polizeidienststellen, der Ordnungs- und Sicherheitsbehörden sollte gefolgt werden. Bei Bedarf können Sie weitere Informationen zu den Themen Kriminalprävention, Opferschutz und Kriminalität erhalten in der Polizei Kreis Heinsberg.

Schafhausener Straße 52,
52525 Heinsberg

Tel.: 024 52 / 920 5555

E-Mail:
praevention.heinsberg@polizei.nrw.de

Polizei Heinsberg - Polizeiwache Geilenkirchen

Theodor-Heuss-Ring 55,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 024 52 / 92 00

www.heinsberg.polizei.nrw

1.13 Papiere, Dokumente, wichtige Unterlagen

Es ist immer ratsam und zu empfehlen, wichtige Papiere, Dokumente in übersichtlicher Form aufzubewahren oder mittels technischer Einrichtungen (Tresor) zu sichern. Hierzu zählen Stammbücher, Familienbücher, wichtige Urkunden,

Rentenunterlagen, Versicherungspolizen, Testament, Erbrechtsangelegenheiten, Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung. Banken und Kreditinstitute sind bereit, gegen geringen Gebührenaufwand, solche Unterlagen gesichert zu deponieren oder zu hinterlegen. Im Notfall sollten diese Unterlagen auch für eine Vertrauensperson zugänglich sein.

Siehe auch Kapitel 7.1-7.3 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Testament. Beim Kreis erhalten Sie eine Vorsorge- und Medizinische Notfallmappe. Diese kann auch online abgerufen werden unter www.kreis-heinsberg.de.

1.14 Hinweise zu Todesfällen

Manchmal wird man plötzlich und unerwartet mit einem Sterbefall eines Familienmitgliedes, Verwandten oder Bekannten konfrontiert. Bei der persönlichen Betroffenheit ist es dann schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu finden.

Nachfolgende Hinweise sollen eine Hilfestellung geben:

- Ärzt*in benachrichtigen, wegen Ausstellung des Totenscheines
- Angehörige unterrichten
- Bestattungsinstitut einschalten (Bei den weiteren Schritten erhalten Sie in der Regel von Ihrem Bestattungsinstitut Unterstützung)
- Meldung des Todesfalls beim Standesamt
- Grabstelle mit Friedhofsverwaltung abklären
- Aufgabe von Todesanzeigen
- Versicherungsträger benachrichtigen (Renten-, Lebensversicherung, Krankenkasse)

- Ggf. Anträge auf Witwen oder Hinterbliebenenrente stellen
- Kündigung erfolgter Verträge veranlassen (Miete, Einzugsermächtigung, Rundfunk- und Fernsehgebühren, Telefon etc.)
- Klärung, ob Testament vorliegt, evtl. auch beim Amtsgericht/Nachlassgericht oder notariell prüfen lassen

Es wird darauf hingewiesen, dass diese Hinweise unverbindlich sind. Evtl. müssen auch Anwälte / Anwältinnen, Gericht oder Notare / Notarinnen zur weiteren Beratung in Anspruch genommen werden.



Bestattungen
EILERS

-Tag und Nacht-

Einhardstraße 13, Übach-Palenberg
024 51 - 9 15 16 99 · bestattungsinstitut-eilers.de





2 Begegnung, Bildung, Freizeit

Übach-Palenberg zeichnet sich durch eine Vielzahl von Vereinen in den Bereichen Sport, Begegnung, Musik, oder Gesang aus. Alle Vereine finden sie auf www.uebach-palenberg.de unter dem Stichwort „Verzeichnis“. Dies ist eine begrenzte Auswahl einzelner Vereine, die im Bereich der Seniorenarbeit tätig sind. Zusätzlich finden Sie hier weitere Intuitionen und Einrichtungen mit ihren entsprechenden Angeboten. Für aktuelle Angebote sollten Sie die jeweiligen Vereine, Institutionen oder Einrichtungen kontaktieren.

2.1 Mehrgenerationenhaus

Das Seniorenzentrum bietet einen Treffpunkt für ältere Menschen. Hier finden Gruppentreffen, Informationsveranstaltungen,

Sportangebote und vieles mehr statt. Anregungen und Ideen sind jederzeit erwünscht. Wer möchte, kann sich auch ehrenamtlich engagieren.

Konrad-Adenauer-Platz 1

Ansprechpartnerin: Petra Simons

Tel.: 0 24 51 / 4 93 69

Aktuelle Angebote wie zum Beispiel Frühstück, Mittagessen, Yoga, Bingo, Autoren Lesungen finden Sie im Veranstaltungskalender der Stadt Übach-Palenberg unter www.uebach-palenberg.de/Stadt-Leben/Stadt/Veranstaltungen.

2.2 Kunst-, Kultur- und Bücherkiste Übach-Palenberg e.V.

Nach der Schließung der Stadtbücherei im Jahre 2017, hat es sich der gemeinnützige Verein „Kunst-, Kultur- und Bücherkiste Übach-Palenberg e.V.“ zur Aufgabe gemacht, die Bücherei in kleinerem Umfang aufrecht zu erhalten. Im Rahmen einer Mitgliedschaft, kann dort ein Bücherausweis zum Ausleihen von Büchern beantragt werden.

Anschrift und Kontakt:

Barbarastraße 12

Tel.: 0 24 51 / 9 13 42 55

E-Mail: info@buecherkiste-uep.de

2.3 Hospizbewegung Camino e.V.

Die Hospizbewegung Camino e.V. bietet Beratung, Trauerbegleitung, Sterbebegleitung und Öffentlichkeitsarbeit.

Alle Angebote sind kostenlos und vertraulich. Das Trauer Café ist ein Treffpunkt für trauernde Menschen. Das Angebot ist offen für alle, die einen geliebten Menschen verloren haben.

Trauercafé Übach Palenberg

Jeden 4. Freitag im Monat im Mehrgenerationenhaus, Konrad-Adenauer-Platz 1.

Beginn: 15:30 Uhr

Trauercafé Geilenkirchen

Jeden 2. Freitag im Monat im Bürgerzentrum Bauchem, Pestalozzistraße 33, neben Gelobad.

Beginn: 16:00 Uhr

Bitte melden Sie Ihre Teilnahme am Trauercafé unter der

Tel.: 0 24 51 / 62 09 59 00 an.

Auf Wunsch stehen den Teilnehmer*Innen ausgebildete Trauerbegleiter zur Verfügung.

Trauerspaziergang

An jedem 3. Freitag im Monat besteht in Geilenkirchen um 16:00 Uhr die Möglichkeit zu einem begleiteten Trauerspaziergang. Treffpunkt ist der Parkplatz an Burg Trips.

Bitte melden Sie sich telefonisch bis spätestens 2 Tage vor dem Spaziergang unter

Tel.: 0 24 51 / 62 09 59 00 an.

Der Verein bietet Informationsveranstaltungen zu Themen wie Patientenverfügung / Vorsorgevollmacht oder auch Befähigungskurse zum Hospizbegleiter an.

Aktuelle Informationen finden sie unter: www.camino-hospiz.de/aktuelles.htm

2.4 Lokaler Teilhabekreis Übach-Palenberg

Ziel des Lokalen Teilhabekreises ist es, dass Menschen mit Behinderung zu sämtlichen Angeboten wie Bildung, Wohnen und Versorgung, Arbeit, Freizeit und kulturellen Unternehmungen Zugang haben. „Inklusion statt Ausgrenzung“ ist das Motto, damit Begegnung auf Augenhöhe stattfinden kann.

Schwimmvergnügen für Jung und Alt



Wassergymnastik
Frühschwimmen
Schwimmbadlifter



Ü-Bad, Dammstraße 79
52531 Übach-Palenberg
Tel.: 02451-9103140
www.uebach-palenberg.de

Caritasverband für die Region Heinsberg e.V.

Ansprechpartnerin: Martina Alba

Tel.: 0177/5981450

E-Mail: m.alba@caritas-hs.de

2.5 Senioren- und Invalidenverein

Die Seniorenvereine bieten regelmäßige Aktivitäten und Veranstaltungen im Bereich Freizeit, Bildung und Bewegung an. Dazu gehören u.a. Freizeitfahrten, Tagesfahrten, Radfahrgruppen, Bingo, Vorträge zu Gesundheitsthemen und Café Nachmittage. Die individuellen Programme finden Sie bei den angegebenen Ansprechpartnern.

Des Weiteren gibt es Veröffentlichungen zu den Veranstaltungen im Amtsblatt der Stadt Übach-Palenberg.

Seniorenverein Frelenberg

Vereinslokal Bomanns, Urweg 12

Ansprechpartner: Hans-Otto Müller

Tel.: 02451/1644

Seniorenverein Scherpenseel 2014 e.V.

Ansprechpartner: Günter Gävert

Tel.: 02451/44403

Seniorenverein St. Barbara Palenberg e.V.

Ansprechpartner: Frau Beizäcker

Tel.: 02451/43568

2.6 Freizeitangebote der Kirchengemeinden

Katholische Kirchengemeinden

In den einzelnen Gemeinden werden verschiedene Veranstaltungen im Bereich Freizeit und Begegnung für Senior*innen angeboten. Details und aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie in dem jeweiligen Pfarrbüro oder im Internet.

Pfarrei St. Petrus Übach-Palenberg

Pfarrbüro, Kirchstraße 23

Tel.: 02451/482820

Öffnungszeiten:

Montag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Freitag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Mittwoch: 15:30 Uhr – 17:30 Uhr

E-Mail:

info@stpetrus-uebach-palenberg.de

www.stpetrus-uebach-palenberg.de

In Frelenberg bietet die Caritasgruppe ein umfangreiches Programm an.

Das Programmheft ist im Pfarrbüro erhältlich.

Evangelische Kirchengemeinde Übach-Palenberg

Gemeindebüro

Maastrichter Straße 47

Ansprechpartnerin: Sonja Jansen

Tel.: 02451/41204

Öffnungszeiten:

Dienstag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 Uhr – 18:00 Uhr

E-Mail: uebach-palenberg@ekir.de

www.kirche-uep.de

Angebote der evangelischen Kirchengemeinde sind Filmabende, Gemeindefrühstück, Ausflüge, Gruppenangebote und der Frauenkreis. Aktuelle Informationen finden Sie im Gemeindebrief. Den Gemeindebrief erhalten Sie in der evangelischen Kirche oder auch im Pfarrbüro.

DITIB Türkisch Islamische Gemeinde zu Übach-Palenberg e.V.

Grüner Weg 23

Tel.: 02451/45841

Apostolische Gemeinschaft e. V.

Gemeinde Übach-Palenberg

Blumenstrasse 34

Ansprechpartner: Paul Barczynski

E-Mail:

uebach-palenberg@apostolisch.de

Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Übach-Palenberg •Kreuzkirche•

Ansprechpartner: Pastor D.R. Böhme

Sprechstunde:

Dienstag: 19:00 Uhr – 21:00 Uhr

Donnerstag: 10:00 Uhr – 12:00 Uhr
(bitte telefonisch anmelden)

2.7 Netzwerk GK 60+

Netzwerk GK 60+ ist ein Zusammenschluss von Menschen der Zielgruppe 60+, die im Raum Geilenkirchen und den Nachbargemeinden, gemeinsam mit Gleichgesinnten ihre Freizeit verbringen möchten. Die Freizeitaktivitäten finden in verschiedenen Gruppen statt und beinhalten unter anderem Ausflugsfahrten, Wanderungen, Fahrradfahren, Kartenspielen, Tanzen oder Walken.

Unter dem Motto: „Gemeinsam statt einsam“ kann man über das Basistreffen die benötigten weiteren Informationen erhalten und mit den jeweiligen Ansprechpartnern in Kontakt treten.

Die Termine der Basistreffen finden Sie unter www.geilenkirchen.de unter der Rubrik Netzwerk 60+ und im Veranstaltungskalender.

2.8 Sehenswürdigkeiten, Ausflugsziele

Die St. Petruskapelle (Karlskapelle)

Die St. Petruskapelle in Palenberg ist das wichtigste Wahrzeichen der Stadt Übach-Palenberg und eine der bedeutendsten rheinischen Frühkirchen. Da vielfach die Vermutung geäußert wird, dass es sich bei der Kirche um eine Jagdkapelle Karls des Großen gehandelt haben könnte, wird sie im Volksmund auch „Karlskapelle“ genannt. Das Mauerwerk setzt sich aus einem Gemisch unterschiedlichster Baustoffe eines knappen Jahrtausends zusammen. Besonders macht die Kirche vor allem ein 1957 aufgefundenes achteckiges Taufbecken im Kircheninnern.

Der Wasserturm

Der etwa 49 Meter hohe Wasserturm thront als weithin sichtbares Wahrzeichen auf der Halde des ehemaligen Steinkohle-



bergwerks „Carolus Magnus“. Von 1912 – 1962 stellte er die Wasserversorgung des Bergwerks sicher und blieb auch darüber hinaus bis 1989 in Betrieb. Der Verein für Denkmalpflege und Landschaftsschutz e.V. im Kreis Heinsberg setzte sich danach für den Erhalt des Wasserturms ein, sodass dieser mit maßgeblicher Unterstützung der Nord-

rhein-Westfalen-Stiftung und des Landes NRW schließlich in städtisches Eigentum überging und 1989 in die Denkmalliste der Stadt aufgenommen wurde.

Schloss Zweibrücken

Das Schloss, welches idyllisch an der Wurm gelegen ist, war einst Sitz des gleichnamigen Adelsgeschlechts – Leynart von Zweibrücken wurde 1397 erstmals urkundlich erwähnt. Schloss Zweibrücken hatte viele Besitzer; im Jahr 1788 wurde das Herrenhaus von Joseph Anton von Negri im klassizistischen Stil neu errichtet. Im Jahr 1993 ging das Schloss in den Besitz der Stadt Übach-Palenberg über. Heute ist Schloss Zweibrücken ein Mittelpunkt des gesell-

schaftlichen und kulturellen Lebens der Stadt. Es wird unter anderem für Kunstausstellungen, Konzerte und kleine Messen genutzt und stellt einen beliebten Ort für Trauungen, nicht nur für Paare aus der näheren Umgebung, dar.

Schloss Rimburg

Rimburg gehörte früher zur Gemeinde Merkstein; im Jahre 1972 wurde das deutsche Rimburg nach Übach-Palenberg eingemeindet. Im Mittelalter war Schloss Rimburg mit seinem Wassergraben ein festes Grenzschloss zwischen dem Erzbistum Köln und dem Bistum Lüttich, direkt an der Via Belgica gelegen. Heute noch sind Spuren der Römerstraße in der dortigen Gegend zu erkennen. Da sich das Schloss in Privatbesitz befindet, sind Besichtigungen nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Schlossbesitzenden gestattet.

Die alte Frelenberger Pfarrkirche

Die katholische Pfarrkirche gilt als Wahrzeichen Frelenbergs. Ihre Ursprünge reichen bis ins 15. Jahrhundert zurück. Im Laufe der Zeit wurde die Kirche mehrfach erweitert. Im zweiten Weltkrieg wurde die wertvolle Monstranz geraubt, glücklicherweise jedoch im Jahre 2007 aus den USA zurückgebracht. Heute ist die Monstranz als Dauerleihgabe dem Aachener Domschatz überlassen.

Carolus-Magnus-Centrum (CMC)

Das frühere Verwaltungsgebäude der Zeche „Carolus Magnus“ steht heute unter Denkmalschutz. Nach Sanierungsarbeiten dient es nun als Firmen- und Gründerzent-

rum und wird zudem als Ort für öffentliche und kulturelle Veranstaltungen genutzt.

Die Mühle Zweibrücken

Die Anfänge der Korn- und Ölmühle reichen bis ins 15. Jahrhundert zurück. Bis Ende des 18. Jahrhunderts war die Mühle auch eine Zwangsmühle, d.h. dass die Grundherren die ansässigen Bauern zur Nutzung dieser Mühle zwangen. Die Mühle wurde am 8.11.1878 durch ein Großfeuer bis auf die Grundmauern zerstört und danach wiederaufgebaut. Um das Jahr 1900 stand dort das einzige Telefon im Ort. Die Mühle war bis 1974 in Betrieb und war damit als letztes im Kreis Heinsberg aktiv. Seit 1992 ist die Mühle in Besitz der Eheleute Heinrichs, die das Gebäude und das Mühlenrad sanierten, welches sich heute, elektrisch betrieben, auf Knopfdruck dreht.

Das Naherholungsgebiet Wurm

Das Naherholungsgebiet wurde zwischen 1986 und 1989 als Ausgleichsfläche für die schwindenden Freiräume und vor dem Hintergrund wachsender Bevölkerungszahlen zwischen Palenberg und Marienberg errichtet; an den Kosten hat sich das Land NRW zu 70% beteiligt. Das Naherholungsgebiet umfasst sechs Seen sowie eine umfangreiche Flora und Fauna. Ein Konzertpavillon bietet Veranstaltungsmöglichkeiten, es gibt einen Gastronomiebetrieb, einen Mehrgenerationenspielplatz und eine Minigolfanlage. 1992 wurden die Grundmauern eines römischen Badehauses aufgrund historischer Funde rekonstruiert.

Der Willy-Dohmen-Park

Der Park wurde von Willy Dohmen und Helfer*innen seit Mitte der 80er Jahre in einer ehemaligen Kiesgrube als Ort der Erholung errichtet. Willy Dohmens bester Freund, Josef Schmolders, errichtete einen Steingarten im Park. Neben einem See gibt es einen ausgeprägten Pflanzenbestand, Tische und Bänke laden zum Verweilen ein. In einem kleinen Holzhaus ist eine Ausstellung u.a. von Steinen und Mineralien untergebracht, die sonntags geöffnet ist. Der Park ist für alle Menschen kostenlos zugänglich. Willy Dohmen († 2003) und Josef Scholders († 2004) wurden im Park nebeneinander beigesetzt. Heute kümmert sich die von Dohmen gegründete „Willy-Dohmen-Stiftung“ um den Erhalt und die Pflege des Parks.

Das Naturschutzgebiet Teverener/Scherpenseeler Heide

Das Naturschutzgebiet liegt direkt an der niederländischen Grenze und erstreckt sich auf einer Fläche von 450 Hektar, verteilt auf die Stadtgebiete Geilenkirchen und Übach-Palenberg sowie das Gemeindegebiet Gangelt. Auf Heideflächen, Moorkomplexen, Sandtrockenrasen und Feuchtwiesen leben teils stark gefährdete Tierarten sowie schützenswerte Pflanzenarten. Neben sieben Wanderrundwegen gibt es auch Reitwege, die abwechslungsreiche Einblicke in die Landschaft gewähren.

Die Wurm (Fluss)

Die Wurm ist ein natürliches Wahrzeichen von Übach-Palenberg. Auf eine Strecke von 57 km fließt sie von ihrer Quelle

im Aachener Wald über Herzogenrath, Übach-Palenberg, Geilenkirchen und Heinsberg und mündet in Kempen in die Rur, welche in Roermond in die Maas mündet. Die Wurm stellt an einigen Abschnitten eine natürliche Grenze zwischen Deutschland und den Niederlanden dar. In früheren Zeiten wurden vier Mühlen mit der Wasserkraft der Wurm betrieben. Nachdem die Wurm im 20. Jahrhundert durch die Abwässer der nahegelegenen Steinkohlezechen stark verschmutzt wurde, ist das Wasser heute wieder klar und es findet eine Renaturierung statt. Die Begrädnung der Wurm Anfang der 70er Jahre wird heute in Teilen wieder rückgängig gemacht.

„Op et Mölke“ - Das Mühlendenkmal

Auf dem Rathausplatz befindliches Denkmal, das an die dortige Mühle des Rittersitzes Mühlenbach (erstmalig urkundlich erwähnt im Jahre 1172) erinnern soll.

Skulpturengruppe: Frelenberger Esel

Die Skulpturengruppe der Künstlerin Roswitha Schmitt an der Ecke Geilenkirchener Straße / Ägidiusstraße zeigt einen mit einem Sandsack bepackten Esel, der von einer Bauersfrau, sowie zwei Männern beobachtet wird. Das Denkmal wurde am 26.11.1994 eingeweiht. Der Skulpturengruppe liegt die Geschichte zugrunde, dass sich der Gemeinderat Frelenbergs nicht auf einen Standort für die Kirche habe einigen können. Einer habe vorgeschlagen, einem Esel einen Sack aufzuladen und die Kirche

dort zu erbauen, wo er ihn abwirft. Der Esel sei einen steilen Hügel hinaufgestiegen und habe sich dort niedergelegt. Dort bauten die Frelenberger*innen ihre Kirche.

Das Bergarbeiterdenkmal in Palenberg

Den Worten des damaligen Bürgermeisters, Rolf Kornetka, zufolge, wurde dieses am 08.09.1989 eingeweihte Denkmal in Palenberg „zur Erinnerung an die Bergbaugeschichte in Übach-Palenberg, aber auch als Dank und Anerkennung für die Leistungen der Bergleute“ errichtet. Die Aachener Künstlerin Krista Lönecke-Kemmerling bemühte sich um eine reale Darstellung des Bergmannberufs, was ihr nach Rückmeldung zahlreicher Bergleute gelungen sei.

Der Mäusebrunnen

Der Mäusebrunnen wurde durch den Bildhauer Bonifatius Stirnberg aus Bronze über einem Entwässerungsschacht auf dem Platz „Em Koddess“ errichtet und am 12.09.1992 festlich der Öffentlichkeit übergeben. Die Gliedmaßen der Mäuse auf dem Brunnen sind beweglich, sodass eine Interaktion der Betrachter*innen mit dem Kunstwerk möglich wird. Hintergrund ist eine Übacher Überlieferung. Die Übacher*innen sind seit jeher als „Müs“, also Mäuse, bekannt. Der Begriff findet sich auch im rheinischen Wörterbuch für den Bereich Übach. Zwischen 1818 und 1822 hat es in Übach eine Mäuseplage gegeben, die verheerende Folgen für die Landwirtschaft hatte.

Das Platschhock-Denkmal

Die Bronzefigur des Fabelwesens wurde auf dem Übacher Marktplatz von der Aachener Künstlerin Krista Lönecke-Kemmerling errichtet und am 05.06.1979 eingeweiht. Der „Platschhock“ entspringt der alten Übacher Geschichte. Er soll sich im Gebüsch am Rande von Tümpeln und Wassergräben aufgehalten haben. Die Angst vor seiner Anwesenheit sollte Kinder von dem gefährlichen Spiel an Gewässern abhalten.



Das Friedensmal in Rimburg

Das Friedensmal als ein Zeichen für Frieden und Völkerverständigung ist an der Wurmbrücke gelegen. Auf Initiative von Pfarrer Poll wurde das Friedensmal von Jugendlichen aus Deutschland (Kreisjugendring) und den Niederlanden errichtet; die Planung und Finanzierung übernahmen die Jugendlichen selbst. Am 20.09.1969 weihten insgesamt 200 Jugendliche das Friedensmal bestehend aus 10 einfachen Holzbohlen ein, die von Menschen aus verschiedenen Nationen in ihrer Heimatsprache beschriftet werden sollten. Der Text stammt von Marie Ebner von Eschenbach: „Wisset, die Euch den Hass lehren, befreien Euch nicht.“ Nach dem deutschen und dem niederländischen Text folgten mit der Zeit der türkische, englische, französische, litauische, polnische und persische. Nachdem das Friedensmal in Vergessenheit geriet und schließlich verschwand, wurde es durch den Kulturausschuss 1992 nahe Schloss Rimburg an der Wurmbrücke mit den bisherigen acht Bohlen wiederaufgebaut. Es wurde 2005 um eine neunte mit gälischem (Ursprache Schottlands) Text erweitert, am 09.11.2008 folgte eine zehnte mit Text in hebräischer Sprache.

2.9 Westblicke e.V.

Westblicke e.V. ist ein Verein bestehend aus ausgebildeten Gästeführerinnen, der viele unterschiedliche Führungen in der Region Heinsberg, auch in Übach-Palenberg, mit dem Ziel der Heimatpflege, anbietet. Neben Ortsbesichtigungen, Wanderungen, Raderlebnistouren oder Besichtigungen von historischen Gebäuden, werden auch Führungen für Menschen mit Behinderung angeboten. Auf Wunsch können auch individuelle Führungen und Termine angeboten werden.

Information:

Westblicke e.V.

Zweibrüggen 85, Übach-Palenberg

Tel.: 0 24 51 / 911 64 35

E-Mail: info@westblicke.de

www.westblicke.de

2.10 Wirtschaftsförderungs- gesellschaft für den Kreis Heinsberg

Weitere Informationen über Ausflugsziele erhalten Sie über den WFG.

Heinsberger Land

Klostergasse 17, 52525 Heinsberg

Tel.: 0 24 52 / 13 14 15

E-Mail: info@heinsberger-land.de

www.heinsberger-land.de

Auskunft:

Geschäftsstelle der VHS

Kreishaus Valkenburger Str. 45,
52525 Heinsberg

Tel.: 0 24 52 / 13 43 00

Fax: 0 24 52 / 13 43 95

E-Mail: vhs@kreis-heinsberg.de

www.vhs-kreis-heinsberg.de

2.13 Katholisches Forum für Erwachsenen- und Familien- bildung Mönchenglad- bach und Heinsberg

Das Katholische Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Mönchengladbach und Heinsberg ist eine Einrichtung für Weiterbildung. Einen Überblick über das Programm kann man sich auf der Internetseite des Forums verschaffen.

www.forum-mg-hs.de

Für Senior*innen gibt es spezielle Kursangebote. Beispiele:

Rückengymnastik

Kursleitung: Eva Zilgens

Schützenheim, Roermonder Straße,
Boscheln

Dienstag: 16:30 Uhr – 18:00 Uhr
18:15 Uhr – 19:45 Uhr

Fit mit Pilates

Kursleitung: Olga Neustädter
Kath. Pfarrzentrum St. Theresia,
Kirchstraße 23a, Übach-Palenberg

Dienstag: 08:45 Uhr – 09:45 Uhr

2.11 Reisen für ältere Menschen

Caritas-Reisen

Caritasverband für die Region
Düren-Jülich e.V.

Ansprechpartnerin: Silvia Senden

Tel.: 0 24 21 / 4 81 55

www.caritasverband-dueren.de

SG REISEN

Aloysiusplatz 10, 52525 Heinsberg

Tel.: 0 24 52 / 1 56 20 70

www.sgreisen.de

2.12 VHS des Kreises Heinsberg

Die Anton-Heinen-Volksschule ist eine Einrichtung des Kreises Heinsberg. In einem umfangreichen Veranstaltungskalender, welcher zweimal jährlich erscheint, erhalten Sie einen guten Überblick über ein vielseitiges Angebotsprogramm. Das Programmheft finden Sie in öffentlichen Einrichtungen, Büchereien, Geschäften oder Banken. Die VHS verfügt zudem über online Angebote.



Urlaub mit Pflege- grad?

**Zuschuss Pflegekasse
bis zu 3.918 € jährlich**

Kontakt - Mobiles Reisebüro:

SG REISEN Adelman / Schulz GbR - 52525 Heinsberg

0 24 52 / 156 20 70 · 0175 / 56 38 483
www.sgreisen.de · Mo bis Fr 10 – 16 Uhr



Betreute Reisen für Senioren mit Hilfs- und Pflegebedarf

Frühlingsinsel Teneriffa 1	22.03. – 05.04.2022
Nordseeinsel Norderney 1	10.04. – 20.04.2022
Nordseeinsel Borkum 1	23.04. – 07.05.2022
Nordseeinsel Borkum 2	19.05. – 02.06.2022
Schwarzwaldromantik Bad Peterstal	20.05. – 30.05.2022
Sonneninsel Usedom	07.06. – 21.06.2022
Nordseeinsel Borkum 3	30.06. – 14.07.2022
Maritimes Cuxhaven	02.07. – 13.07.2022
Ostsee um Kühlungsborn	15.07. – 29.07.2022
Nordseeinsel Borkum 4	04.08. – 18.08.2022
Nordseeinsel Norderney 2	15.08. – 27.08.2022
Heideblüte in Bad Bevensen	25.08. – 04.09.2022
Naherholung Vlissingen	07.09. – 15.09.2022
Erlebnisreise Allgäu/Bodensee	18.09. – 28.09.2022
Wohlfühlwoche Bad Pyrmont	02.10. – 13.10.2022
Landschaftsidyll Oberstdorf	16.10. – 26.10.2022
Sonneninsel Rhodos	17.10. – 29.10.2022
Frühlingsinsel Teneriffa 2	05.11. – 19.11.2022
Weihnachtliches Bad Bevensen	17.12. – 27.12.2022

Gymnastik für Seniorinnen

Kursleitung: Olga Neustädter
Kath. Pfarrzentrum St. Theresia,
Kirchstraße 23a, Übach-Palenberg

Mittwoch: 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

Anmeldung und Information zu den
Angeboten:

E-Mail: forum-mg-hs@bistum-aachen.de

E-Mail: uschi.ruetten@bistum-aachen.de

Tel.: 0 21 61 / 98 06 39

2.14 FAUST

Hochschule Für Alte und Studierende

Richard-Wagner-Str. 101
41065 Mönchengladbach

Tel.: 021 61 / 1 86 56 37

E-Mail: faust@hs-niederrhein.de

2.15 „Seniorenportal“

Im Internet können Sie noch mehr über
die Seniorenarbeit im Kreis Heinsberg
erfahren:

www.kreis-heinsberg.de
– „Seniorenportal“

Informationen des Kreissportbundes zum
Thema Senioren Sport finden sie auch
unter: www.ksb-heinsberg.de .





3.1 MultiBus - Kreis Heinsberg

Der MultiBus ist ein auf individuelle Bedürfnisse zugeschnittener Bring- und Abholservice an Wochenenden und an Feiertagen, der immer beliebter wird. Er bringt Sie sicher vom Start an das gewünschte Ziel oder vom Start zum nächsten Linienbus (Weiterfahrt ohne Aufpreis). Ab sofort können Sie Ihre Reservierung auch über das Internet-Portal www.west-verkehr.de buchen.

Der MultiBus steht Ihnen für die Verbindung von und nach **Frelenberg, Marienberg, Scherpenseel, Siepenbusch, Windhausen und Zweibrüggen** in den folgenden Zeiten zur Verfügung:

Mo. – Fr.: 20:00 Uhr – 22:00 Uhr

Samstag: 06:30 Uhr – 22:00 Uhr

Sonntag: 09:00 Uhr – 22:00 Uhr

MultiBus-Zentrale – Anruf genügt

Tel.: 02431/886688

Die MultiBus-Zentrale koordiniert alle angemeldeten Fahrtwünsche und stellt flexibel die Routen der MultiBusse zusammen. Rufen Sie bis spätestens 60 Minuten vor Ihrer gewünschten Abfahrtszeit an. Geben Sie die gewünschte Abfahrtszeit, Abfahrts- haltestelle, Fahrziel, Namen sowie die Personenzahl an.

3.2 Service der Deutschen Bahn

Die Servicenummer der Deutschen Bahn: **030 2970** (kostenpflichtig).

Hier erhalten Sie rund um die Uhr Auskünfte über Fahrpreise und Fahrpläne, Informationen über die Serviceleistungen wie z.B. Sitzplatzreservierungen oder Barrierefreiheit der Deutschen Bahn.

Achten Sie bei Ihrer Buchung auf die Sondertarife für Menschen ab 65+.

Aktuelle Informationen zu Ihrer Verbindung erhalten Sie auch in der Reiseauskunft auf bahn.de, unter bahn.de/aktuell sowie in der App DB Navigator.

3.3 Behindertenfahrdienst

Mit rollstuhlgerechten Fahrzeugen werden hilfsbedürftige Personen im Rollstuhl aus unterschiedlichen Anlässen befördert. (Beispiele: Einkaufsfahrten, Ausflugsfahrten, Besuch von Veranstaltungen, Feierlichkeiten und Urlaubsfahrten.)

Hierzu wird eine Berechtigungskarte benötigt, die beim Sozialamt des Kreises Heinsberg unter Vorlage eines Schwerbehindertenausweises erhältlich ist.

Das DRK bietet auch auf Grundlage eines Krankentransportscheines Fahrten anlässlich von Arztbesuchen, Dialysebehandlungen, Krankenhausverlegungen etc. an. Auch bei privater Finanzierung kann dieses Angebot in Anspruch genommen werden. Die Fahrpreise erhält man auf Anfrage.

Anbieter:

Deutsches Rotes Kreuz

Zur Feuerwache 8, 41812 Erkelenz

Tel.: 02431/8020

www.drk-heinsberg.de

MediCab GmbH

Tel.: 02451/6280679

Arndtweg 5, Übach-Palenberg

www.medicab.nrw

Viamed Übach-Palenberg

Tel.: 02452/6874750

www.viamedgo.de/post/krankenfahrdienst-uebach-palenberg

KOSTENLOSE BERATUNG

Vereinbaren Sie mit uns einen Beratungstermin! Wir kommen gerne zu Ihnen nach Hause und beantworten Ihre Fragen.

beas-pflegedienste
Kirchstr. 20
52531 Übach-Palenberg

Tel. 02451-7194824
info@beas-pflegedienste.de
www.beas-pflegedienste.de

IK Nr. 460562373
zugelassen bei allen Kassen

UNSER LEISTUNGSANGEBOT

- Ambulante Pflege
- Beratung
- Betreuung & Begleitung
- Alle gesetzl. Kassenleistungen
- 24 Stunden-Notdienst



beas-pflegedienste

WIR STEHEN IHNEN MIT RAT UND TAT ZUR SEITE!





4 Spezielle Beratung, Vorsorge und Gesundheit

4.1 FuD Euregio gemeinnütziger GmbH Familienunterstützender Dienst

Der FuD bietet individuelle, unbürokratische und unkomplizierte Hilfe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung und deren Familien. Die Erstberatung ist unverbindlich und kostenfrei. Ziel des FuD- Euregio ist es, den Familien mit behinderten Angehörigen zu einem Leben so normal wie möglich zu verhelfen.

Angebote des FuD sind u.a. Pflegeberatung, Begleitungs- und Entlastungsangebot, Haushaltshilfe, ambulant unterstütztes Wohnen, Pflegedienst und Verhinderungspflege.

Im Mühlenhof 3-5, Übach-Palenberg

Tel.: 024 51 / 910 22 30

E-Mail: info@fud-euregio.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Do.: 09:00 Uhr – 13:00 Uhr
13:30 Uhr – 15:30 Uhr
Freitag: 09:00 Uhr – 12:00 Uhr

4.2 Kontaktbüro Pflege-selbsthilfe (KoPS) im Kreis Heinsberg

In NRW leben rund 770.000 pflegebedürftige Menschen, mehr als drei Viertel von ihnen werden zu Hause betreut. Das KoPS ist ein Anlaufpunkt für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige.

Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Ansprechpartnerin: Bärbel Raab

Tel.: 024 52 / 15 67 922

E-Mail:

pflegeselbsthilfe@sfz-heinsberg.de

4.3 KoKoBe - Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle

Die Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle (kurz: KoKoBe) ist eine Beratungsstelle für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung und ihre Angehörigen oder auch für Fachkräfte. Ziel der KoKoBe ist es, Menschen mit Behinderungen dabei zu unterstützen, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Die Beratungsstelle wird finanziert vom Landschaftsverband Rheinland. Die Beratung ist kostenlos, individuell und unterliegt der Schweigepflicht. Hier erhalten Sie Informationen zu Möglichkeiten der Unterstützung für Menschen mit Behinderung, zu Freizeitaktivitäten, sozialen Kontakten und vieles mehr.

Standorte der KoKoBe

in Hückelhoven:

Ansprechpartnerin:

Christina Hostenbach

Jülicher Straße 13, 41836 Hückelhoven

Tel.: 024 33 / 93 999 30

E-Mail: c.hostenbach@kokobe-hs.de

www.kokobe-hs.de/

Heinsberg-Oberbruch:

Ansprechpartnerin: Denise Lison

Parkstr. 22 a, 52525 Heinsberg

Tel.: 024 52 / 15 57 105

E-Mail: d.lison@kokobe-hs.de

4.4 EUTB – Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung

Die Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) im Kreis Heinsberg ist ein Trägerverbund des Caritasverbandes, der Lebenshilfe e.V. und der Katharina Kasper Via Nobis GmbH. Die Fachstelle Teilhabeberatung ist ein ergänzendes Unterstützungsangebot, bei dem alle Menschen mit Behinderung, von Behinderung bedrohte Menschen, aber auch deren Angehörige in allen Fragen zur Rehabilitation und Teilhabe beraten und unterstützt werden. Es wird also die Möglichkeit geboten, sich schon vor der Beantragung von Leistungen unabhängig, kostenfrei und auf Augenhöhe beraten zu lassen. Das Ziel der EUTB ist es, Ratsuchende in der konkreten Lebenssituation zu unterstützen und



Gutes Sehen = Lebensfreude!

Nicht mehr gut sehen zu können, greift erheblich ins Leben ein. Wenn man die Tageszeitung nicht mehr lesen kann, die Gesichter der Leute, die auf der Straße entlanggehen nicht wiedererkennt, dann ist das ein großes Problem. Außerdem sind Sehstörungen im Alter häufig eine Ursache für Stürze. Eine auf Sie zugeschnittene Brille verhilft Ihnen zu einem gesunden, selbstbestimmten Leben im Alter.

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin mit uns, wir beraten Sie gerne!

Das Team von Optik Hunscheid

PS: Wir informieren Sie natürlich auch zu unserer 0% Finanzierung.

hunscheid.de

Drei Optiker Meister für Ihr gutes Sehen.

Optik Hunscheid
Brillen & Kontaktlinsen

Carlsplatz 10 · 52531 Übach-Palenberg · 0 24 51-4 95 75

4 Spezielle Beratung, Vorsorge und Gesundheit

Möglichkeiten aufzuzeigen, um Entscheidungen selbstbestimmt treffen zu können.

Jülicher Straße 13, 41836 Hückelhoven

Tel.: 02433/9399936

E-Mail: kontakt@eutb-hs.de

www.eutb-hs.de

4.5 Fluthilfebüro

Das Fluthilfebüro ist Ansprechpartner vor Ort für die Menschen, die von der Flutkatastrophe im Juni 2021 betroffen waren und dient als Anlaufstelle für alle Anfragen. Es bietet ganzheitliche Hilfestellung, Vermittlung und Begleitung für unterschiedlichste Problemstellungen.

Wir suchen die Menschen vor Ort auf und bieten eine Begleitung und Unterstützung

an. Dabei werden möglichst alle Aspekte der entstandenen neuen Lebenssituationen berücksichtigt.

Koordinatorin:

Caritasverband für die Region Heinsberg e.V.

Ansprechpartnerin: Stephanie Schweitzer

Apfelstraße 57, 52525 Heinsberg

Tel.: 0 15 23/8699417

E-Mail: fluthilfebüro@caritas-hs.de



Winzig klein. Unauffällig. Individuell.



Testen Sie jetzt unverbindlich die neuen Akku Im-Ohr-Geräte.

Rathausplatz 14
52531 Übach-Palenberg
Telefon 02451-9111414
Fax 02451-9111415

Unsere Öffnungszeiten:
Mo - Fr 09:00 - 13:00 Uhr
14:00 - 18:00 Uhr

Andere Zeiten gerne nach Vereinbarung.

4.6 Allgemeine soziale Beratung der Diakonie

Regionalstelle Übach-Palenberg

Maastrichter Straße 47

Tel.: 02451/42758

Ansprechpartnerin: Barbara Kramer

E-Mail: kramer@diakonie-juelich.de

4.7 Beratungsstelle für Suchtfragen des Caritasverbandes und Diakonischen Hilfswerkes

Haus der Caritas

Dinstühlerstr. 29, 41836 Hückelhoven

Tel.: 02433/98145200

Fax: 02433/98145209

E-Mail: suchtfragen@caritas-hs.de

www.caritas-heinsberg.de

4.8 Beratungsstellen Demenz

Demenz-Servicezentrum Regio Aachen/Eifel

Verbraucherzentrale NRW -
Beratungsstelle Alsdorf

Luisenstraße 35, 52477 Alsdorf

Tel.: 02404/9032780

Fax: 02404/9032715

E-Mail: demenz-service-aachen-eifel@
verbraucherzentrale.nrw

Caritas-Pflegestation
Geilenkirchen u. Informationen zur
Demenzbetreuung

Konrad-Adenauer-Straße 196,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/2426

E-Mail: cps-gk@caritas-heinsberg.de

www.caritas-heinsberg.de

4.9 Ärzte und Ärztinnen

Allergologie / Pneumologie /
Schlafmedizin:

Dr. med. Peter Wolff

Haihover Str. 12, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/2155

www.lungenarzt-geilenkirchen.de

Allgemeinmedizin:

Dr. med. Engelbert von Berg

Marienstraße 15, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/41384

Dr. med. Heiner Buschmann

Merksteiner Straße 2, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/903020

Dr. med. Franz-Josef Fuhrmeister

Brünestraße 19, Übach-Palenberg

Tel.: 02404/919414

www.praxis-fuhrmeister.de

Dr. med. Norbert Hauck

Mozartstraße 1, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9151826

Dr. med. Eva Hommerding

Geilenkirchener Straße 14,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/2378

Dr. med. Thomas Jordan

Röntgenstraße 10, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/41029

Gemeinschaftspraxis Dr. Klaus Löhmer & Dr. Ruth Weber

Em Koddess 9, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/41196

www.praxis-löwe.de

Dr. med. Claudia Katharina Lölsberg

Geilenkirchener Straße 14,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/2378

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Markus Markowski und Dr. med. Barbara Schroeter

Eburonenstraße 16, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/47368

Dr. med. Wolfgang Paulus

Roermonder Straße 58, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/41466

Dr. med. Ludger Venth

Alte Poststraße 5, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/909590

Dr. med. Karsten Wolf

Lessingstraße 3, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/41097

Augenheilkunde:

Dr. Valentin Videá

Rimburger Straße 9, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/46465

Chirurgie:

Gemeinschaftspraxis

Dr. Michael Simons, Dr. Manfred Weisweiler und Michael Schneiders

Vogteistraße 16, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/9106825

Kardiologie/Nephrologie/ Dialyse:

MVZ Da Vita Geilenkirchen GmbH

Herzog-Wilhelm-Straße 105,
52511 Geilenkirchen

Praxis-Tel.: 02451/903210

ambulanz.geilenkirchen@davita.com

Dialyse-Tel.: 02451/9032121

dialyse.geilenkirchen@davita.com

Frauenheilkunde:

Dr. Nur Baysal

Rathausplatz 1, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/4043

www.frauenarzt-baysal.de

Dr. med. Helmut Theres

Carlstraße 38-48, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/46642

www.naturheilpraxis-theres.de

Hals-Nasen-Ohrenheilkunde:

Gemeinschaftspraxis Dr. Thomas Meyer und Dr. Simon Azzam

Konrad-Adenauer-Straße 106,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/68800

Dermatologie:

Irene Korfmann

Konrad-Adenauer-Straße 86,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/4094394

www.derma-geilenkirchen.de

Innere Medizin:

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Jörg Steinbusch & Kollegen

Finkenstraße 5, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/909240

www.praxis-steinbusch.de

Frank und Cornelia Trockel

Carlstraße 38-48, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/909210

Gastroenterologie:

Gemeinschaftspraxis

Dr. Thomas Wunsch, Dr. Horst Gillessen und Brigitte Mund

Herzog-Wilhelm-Straße 16,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/3855

Orthopädie:

Medizinisches Versorgungszentrum Übach-Palenberg

Jülicher Straße 69, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/43855

Radiologie:

Dr. med. Heinz-Georg Schäfer

Gerbergasse 14, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/2620

Dr. med. Winfried Schaden

Martin-Heyden-Straße 32,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/903070

Urologie:

Gemeinschaftspraxis

Dr. Postma, Dr. Reuters und Dr. Verdang

Maastrichter Straße 5, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/4011

www.uro-praxen.de

Zahnmedizin / Kieferorthopädie:

Kai Bittner

Marienstraße 15, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/46722

www.za-bittner.de

Dr. med. dent. Gerold Harst

Roermonder Straße 33, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9156585

www.zahnarztübach.de

Dr. med. dent. Julia Heck (Kieferorthopädin)

Friedrichs-Ebert-Straße 113,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9154012

www.praxis-heck.de

Dr. med. dent. Guido Kemper

Geilenkirchener Straße 51,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/64115

Dr. Maria-Theresa Königs

Kirchstraße 24, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/46677

www.zahnarztpraxis-koenigs.de

Gemeinschaftspraxis

Dr. Theodoor Nelis und Yvonne Mertens

Carolus-Magnus-Straße 26,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/45335

www.nelis-mertens.de

Dr. med. dent. Theodoros Nicolaou

Werkstraße 2, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9162160

www.zahnarzt-dr-nicolaou.de

Dr. med. dent. Schulwitz

Em Koddess 1, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/42570

www.zahnarzt-dr-schulwitz.de

Dr. med. dent. Paul Ubachs

Bahnhofstraße 11, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/909197

www.zahnarztpraxis-ubachs.de

Psychosomatische Medizin / Psychotherapie:

Dr. med. H.-P. Schmitz

Rembrandtstraße 31, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/7884

Neurologie/Psychiatrie/ Geriatrie

Dr. med. Sebastian Mingers (ebenfalls Geriatrie)

Carolus-Magnus-Straße 5,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/616330

www.neurologie-mingers.de

Dr. Sigrid Weres-Nebe und Dr. Heinz-Dieter Zieger

Vogteistraße 16, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/8077

Psychologie/ Psychotherapie:

ViaNobis - Die Fachklinik

Gerontopsychiatrisches Zentrum (GPZ)

Bruchstr. 6, 52538 Gangelt

Tel.: 02454/59517

E-Mail: kontakt@vianobis-fachklinik.de

Mit steigender Lebenserwartung nehmen psychische Alterserkrankungen wie Alzheimer oder andere Demenzformen, Angst- und Schlafstörungen, Depressionen und Psychosen zu. Hier setzen die Angebote unseres Gerontopsychiatrischen Zentrums an: Hilfesuchende können sich in der gerontopsychiatrischen Ambulanzsprechstunde untersuchen und gemeinsam mit ihren Bezugspersonen beraten lassen.

Via Nobis- Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)

Ambulante Hilfe

Katharina-Kasper-Straße 10,
52538 Gangelt

Tel.: 02454/59517

Die Psychiatrische Institutsambulanz (PIA) ist das ambulante Therapieangebot der psychiatrischen Fachklinik Via Nobis und richtet sich an Erwachsene ab dem 18. Lebensjahr im Kreis Heinsberg. Ein multiprofessionelles Team aus erfahrenen

Fachkrankenschwestern, Fachärzten, klinischen Psychologen und Sozialarbeitern betreut Patienten mit einem differenzierten Leistungsangebot.

Die Angebote der PIA umfassen psychiatrischen und psychotherapeutischen Einzel- und Gruppentherapien, Ergotherapie, psychiatrischer Fachpflege, Psychoedukation, Beratungen und sozialtherapeutischen Angeboten.

Bringen Sie zur geplanten Aufnahme den Überweisungsschein des Haus- oder Facharztes, der zu Quartalsbeginn vorgelegt werden muss, mit dem Hinweis „PIA-Behandlung“ und die Krankenkassenskarte mit.

Dr.med. Bernd Dörge

Eburonenstraße 16,
Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9132318

E-Mail: elbedoerge@t-online.de

Dipl. Psych. Wolfgang Frings

Alte Poststraße 8, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/4099334

E-Mail: frings.wo@freenet.de

Dipl. Psych. Petra Gieden

Zweibrüggen 40, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/4900620

E-Mail: petra-gieden@web.de

Dipl. Psych. Michael Hecht

Em Koddess 9, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9112095

Dipl. Psych. Mirkop Steickardt

Maastrichter Straße 15, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9152669

E-Mail: steickardt@gmx.de

4.10 Tageskliniken (teilstationäre Behandlung)

Die allgemeinpsychiatrischen Tageskliniken der Via Nobis Fachklinik in Gangelt, Heinsberg und Erkelenz richten sich an psychisch kranke Erwachsene ab 18 Jahren. In allen Tageskliniken stehen jeweils 15 Behandlungsplätze von Montag bis

Freitag in der Zeit zwischen 8 und 16 Uhr zur Verfügung. Der Vorteil einer Tagesklinik besteht für ausreichend stabile Patienten darin, dass sie nach der intensiven psychiatrischen und psychotherapeutischen Behandlung die restliche Zeit des Tages, die Nacht und auch die Wochenenden in vertrauter Umgebung verbringen können.

Bei Bedarf stehen den Patienten auch die Angebote der Fachklinik in Gangelt sowie des Kooperationspartners Hermann-Josef-Krankenhaus in Erkelenz zur Verfügung. Patienten aus dem Kreis Heinsberg können den täglichen kostenlosen Fahrservice zu den Tageskliniken nutzen.

Unser Service

- Barrierefreie Apotheke
- Lieferservice
- Hauskosmetik
- Heimversorgung
- Hilfsmittelbeschaffung
- Individualrezepturen
- Mischen von Kräutertees
- Tierarzneimittel
- Selbstmedikation
- Phytopharmaka
- Verleih von medizinischen Geräten



Öffnungszeiten

Montag	08:00 - 19:00 Uhr
Dienstag	08:00 - 19:00 Uhr
Mittwoch	08:00 - 19:00 Uhr
Donnerstag	08:00 - 20:00 Uhr
Freitag	08:00 - 19:00 Uhr
Samstag	08:00 - 14:00 Uhr
Sonntag	nicht geöffnet
Feiertags	nicht geöffnet

Herz-Apotheke • Carlsplatz 1 • 52531 Übach-Palenberg
 Tel.: 02451/909490 • Fax: 02451/909492 • info@herzapotheke-online.de

Tagesklinik Erkelenz:

Tel.: 02431/977370

Tagesklinik Gangelt:

Tel.: 02454/984980

Tagesklinik Heinsberg:

Tel.: 02452/8609100

4.11 Apotheken Übach-Palenberg

Herz Apotheke

Carlsplatz 1

Tel.: 02451/909490

www.herzapotheke-online.de

Barbara-Apotheke

Geilenkirchener Straße 13

Tel.: 02451/2158

www.barbara-apotheke-frelenberg.de

Christophorus Apotheke

Carolus-Magnus-Straße 9

Tel.: 02451/41206

www.christophorus-apotheke-uebach.de

Carolus-Magnus-Apotheke

Carolus-Magnus-Straße 15

Tel.: 02451/41345

www.carolus-magnus-apotheke.de

Fidelis-Apotheke

Brünestraße 1

Tel.: 02404/20443

Kiefern Apotheke

Marienstraße 15

Tel.: 02451/6169755

www.kiefern-apotheke.de

Marien Apotheke

Bahnhofstraße 13

Tel.: 02451/41118

www.marien-apotheke-palenberg.de

MAXMO Apotheke

Am Wasserturm 11a

Tel.: 02451/910840

www.maxmo.de

4.12 Physiotherapie und Reha

Ambulante Reha am Krankenhaus Geilenkirchen GmbH

Martin-Heyden-Straße 32,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/942020

www.reha-geilenkirchen.de

Reha- Sport ATV Geilenkirchen

z.B. Herzsportgruppe

Ansprechpartner: Hans-Josef Thelen

Tel.: 02451/9323885

E-Mail:

abt.Rehasport@atvgeilenkirchen.de

Breuer Praxis für Krankengymnastik und Physiotherapie

Carolus-Magnus-Straße 39
Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 46 25 8
www.physiotherapie-breuer.de

physio balance

Im Mühlenhof 17, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 45 64 8

Physiotherapie Postma GbR

Maastrichter Straße 3-7, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 90 19 36 0
www.physio-postma.de

Physiozeit

Daimler Straße 46, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 90 91 58
www.physiozeit.de

Reaktiv Physiopraxis

Em Koddess 10, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 91 48 25 0
www.reaktiv-physiopraxis.com

4.13 Logopädie und Ergotherapie

Praxis für Logopädie Nafzger-Maassen

Rathausplatz 7a, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 47 38 3
www.logopaedie-uebach-palenberg.de

Praxis für Logopädie Völker

Lessingstr. 1, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 62 87 86 2
E-Mail: voelker@logopaedie-uebach.de

Praxis für Ergotherapie und Physiotherapie Gielen

Rimburger Straße 69, Übach-Palenberg
Tel.: 02451 / 49 01 82 8
www.therapiepraxis-geilenkirchen.de

4.14 Krankenhäuser

St. Elisabeth-Krankenhaus Geilenkirchen

Martin-Heyden-Straße 32,
52511 Geilenkirchen
Tel.: 02451 / 622 0

Städtisches Krankenhaus Heinsberg GmbH

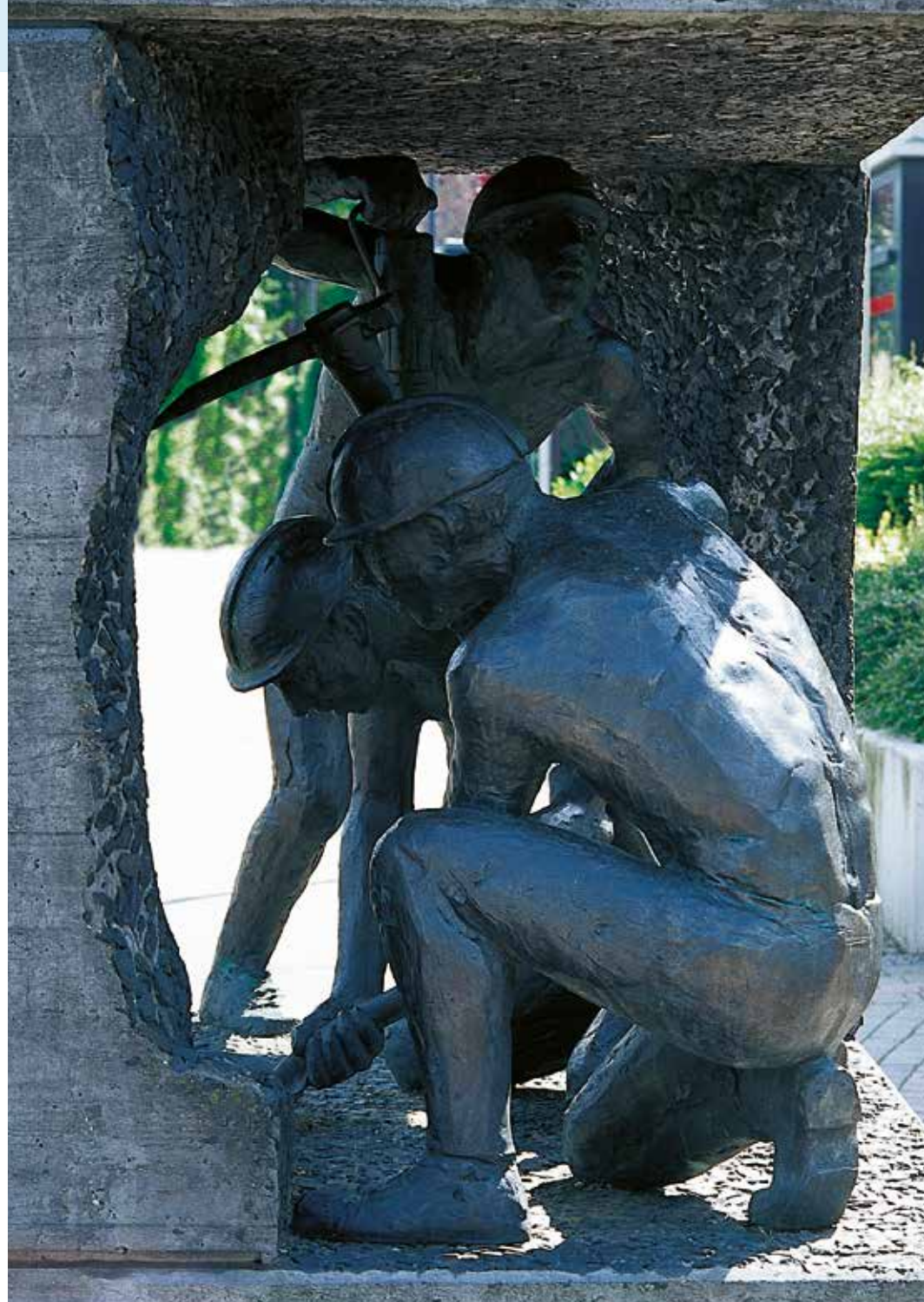
Auf dem Brand 1, 52525 Heinsberg
Tel: 02452 / 188 0

Hermann-Josef-Krankenhaus

Tenholter Straße 43, 41812 Erkelenz
Tel.: 02431 / 89 0

ViaNobis - Die Fachklinik

Psychiatrie, Psychotherapie,
Psychosomatik, Gerontopsychiatrie
Katharina-Kasper-Straße 6,
52538 Gangelt
Tel.: 02454 / 59 0



5 Rund um die Pflege

5.1 Pflegeversicherung / Pflegestützpunkt

Trägerunabhängige Pflege- und
Beratungsstelle des Kreises

Ansprechpartnerin: Gisela Hermes

Tel.: 02452/135504

Ansprechpartner: Jürgen Köllmann

Tel.: 02452/135503

Sie erhalten hier Beratung und Hilfe rund um das Thema Pflege, z.B. Pflegedienste für die Betreuung zu Hause, Tages- und Kurzzeitpflege, vollstationäre Angebote, ehrenamtliche Hilfen, Entlastungsangebote und Pflegekurse für pflegende Angehörige, Hilfe im Vorfeld von Pflege- sowie der Leistungskriterien nach dem Sozialgesetzbuch XII.

5.2 Ambulante Hilfsangebote für ältere Menschen

Alten- und Krankenpflege

Soweit eine häusliche Betreuung und Pflege nötig ist, werden durch die Pflegekassen oder das Sozialamt die Kosten in angemessener Höhe für die erforderliche Pflege übernommen, sofern die gesetzlichen Voraussetzungen vorliegen. Ambulante Alten- und Krankenpflege und Hilfsangebote für alte Menschen werden von folgenden Einrichtungen durchgeführt:

Caritas-Pflegestation Geilenkirchen u. Informationen zur Demenzbetreuung/Pflegeberatung

Konrad-Adenauer-Straße 196,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/2426

E-Mail: cps-gk@caritas-heinsberg.de

www.caritas-heinsberg.de

**FuD – Familienunterstützender
Dienst gGmbH**

ViaCurantis Ambulanter Pflegedienst

Im Mühlenhof 3-7, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9102230

E-Mail: info@fud-euregio.de

**Pflege- und Gesundheitszentrum
Übach GmbH**

Carolus-Magnus-Straße 17,

Übach-Palenberg

Tel.: 02451/4861155

E-Mail: pgz@hotmail.de

www.pgz-uebach.de

proCare – Pflege und Betreuung

Aachener Straße 70, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9116260

E-Mail: info@procare-online.com

www.procare-online.com

**Noura Ghajati Mobiler
Pflegedienst pro retis**

Carlstraße 38-48, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/9116260

E-Mail: info@pro-retis.de

Leben im Alter gestalten



Wir sind Ihr verlässlicher Partner im Bereich:

- Stationäre Alten- und Krankenpflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Fahrbarer Mittagstisch
- Quartiersarbeit in und für Übach-Palenberg

02451 911070 info-st.josef@caritas-hs.de

Alten- und Pflegeheim
St. Josef Übach gGmbH
Adolfstraße 16
52531 Übach-Palenberg



St. Josef
Übach-Palenberg
Leben in Geborgenheit



Alten- und Krankenpflege Seemann

Am Rimburger Acker 1, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/66867

E-Mail: ssc-seemann@arcor.de

www.pflegeteam-seemann.de

SZB Häusliche Krankenpflege GmbH

Rathausplatz 7, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/6169704

E-Mail: haeusliche@heinrichs-gruppe.de

ViaNobis – Die ambulante häusliche Pflege

Aachener Straße 88, Übach-Palenberg

Tel.: 0800/2605200



5.3 Alten- und Pflegeeinrichtungen

Alten- und Pflegeheim St. Josef gGmbH

Adolfstraße 16, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Maria Prepols

Tel.: 02451/911070

E-Mail: info@st-josef-in-uebach.de

www.st-josef-in-uebach.de

AWO – „Carolus Seniorenzentrum“

Carlstraße 2-6, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Astrid Frese

Tel.: 02451/91166505

E-Mail: info@csz.awo-hs.de

www.awo-hs.de

Pro8 Pflegeheim Frelenberg GmbH – Pflegeheim für Menschen mit Demenz

Geilenkirchener Straße 33a,
Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Roswitha Hoffmann

Tel.: 02451/9110614

E-Mail: frelenberg@heinrichs-gruppe.de

www.heinrichs-gruppe.de

Über das Pflegeplatzportal im Internet, Kreisverwaltung Heinsberg, kann immer tagesaktuell abgefragt werden, in welchen Alten- und Pflegeeinrichtungen stationäre Pflegeplätze frei sind.

5.4 Kurzzeitpflege

Als Kurzzeitpflege ist die zeitlich auf 4-6 Wochen befristete stationäre Ganztagsbetreuung und -versorgung, für hilfe- und pflegebedürftige Menschen zu verstehen, die ansonsten zu Hause von Angehörigen oder über ambulante Pflegedienste versorgt werden. Ziel dieses Angebotes ist es, Angehörige zu entlasten und die Versorgung der Pflegebedürftigen z.B. bei Urlaub, Ausfall etc. zu gewährleisten. Auch als Nachsorge nach einem Krankenhausaufenthalt ist Kurzzeitpflege möglich.

Alten- und Pflegeheim St. Josef gGmbH

Adolfstraße 16, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Maria Prepols

Tel.: 02451/911070

E-Mail: info@st-josef-in-uebach.de

www.st-josef-in-uebach.de

AWO – „Carolus Seniorenzentrum“

Carlstraße 2-6, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Astrid Frese

Tel.: 02451/91166505

E-Mail: info@csz.awo-hs.de

www.awo-hs.de

5.5 Tagespflege

In der Tagespflege werden ältere Personen tagsüber betreut, die im Alter alleine leben oder durch plötzliche Erkrankung auf fremde Hilfe angewiesen sind. Durch die Tagespflege wird aber auch die Möglichkeit geschaffen, dass pflegende Angehörige

einmal entspannen können, Zeit für sich haben. Die Tagespflege möchte Hilfe und Betreuung vermitteln, damit das eigene Zuhause der älteren Generation so lange wie möglich erhalten bleibt. Die Kosten werden vorrangig von der Pflegekasse getragen und bei bestimmten Voraussetzungen vom Sozialamt übernommen.

Tagespflegehaus St. Josef

Adolfstraße 16, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin: Angelika Bäsener

Tel.: 02451/9119851

E-Mail: a.baesener@st-josef-in-uebach.de

www.st-josef-in-uebach.de

SZB Tagespflege Übach-Palenberg

Rathausplatz 7, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/6169990

Seemann – Tagespflege

Am Rimburger Acker 1, Übach-Palenberg

Tel.: 02451/66867

5.6 Betreutes Wohnen, al- tengerechte Wohnformen, Serviceangebote

Betreutes Wohnen ist eine Lebens- und Wohnform, bei der neben der alten- bzw. behindertengerechten Ausstattung der Wohnung eine Grundversorgung angeboten wird und im Bedarfsfall weitere Dienstleistungen vermittelt werden können, z.B. betreuende oder pflegende Hilfeleistungen. Altenwohnungen sind in sich abgeschlossene Wohneinheiten, die bezüglich Größe und Ausstattung den



Malteser

...weil Nähe zählt.

**Zuhause kann immer
etwas passieren –**
Malteser Hausnotruf



0800 9966007 (kostenlos)



www.malteser-hausnotruf.de

besonderen Bedürfnissen von älter werdenden Menschen entsprechen und sie in die Lage versetzen sollen, möglichst lange ein selbstständiges Leben zu führen.

SZB Servicewohnen

Heinrichs Gruppe

Rathausplatz 2-6, Übach-Palenberg

Tel.: 0 24 54 / 94 00 54

[www.heinrichs-gruppe.de/
ambulante-pflege/servicewohnen-am-
rathausplatz-uebach-palenberg/](http://www.heinrichs-gruppe.de/ambulante-pflege/servicewohnen-am-rathausplatz-uebach-palenberg/)

FuD – Familienunterstützender Dienst gGmbH

Ambulant unterstütztes Wohnen und
Verhinderungspflege

Im Mühlenhof 3-7, Übach-Palenberg

Tel.: 0 24 51 / 9 10 22 30

E-Mail: info@fud-euregio.de

5.7 Hausnotrufe

Zu Hause leben bis ins hohe Alter ist der größte Wunsch vieler älterer Menschen. Ziel der Hausnotrufe ist, den älteren, kranken und behinderten Menschen bei der Erfüllung ihrer Wünsche zu helfen. Mit dem Hausnotruf ist es möglich, erforderliche Hilfe anzufordern.

Auskünfte hierzu erteilen die:

Caritas-Pflegestation Geilenkirchen

Konrad-Adenauer-Straße 196,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 0 24 51 / 24 26

Alten- und Krankenpflege Seemann

Am Rimburger Acker 1, Übach-Palenberg

Tel.: 0 24 51 / 66 86 7

Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Heinsberg

Ansprechpartner: Nicole Drießen

Zur Feuerwache 8, 41812 Erkelenz

Tel.: 0 24 31 / 802 129

E-Mail: n.driessen@drk-heinsberg.de

5.8 Ambulante Hospizdienste und Hospize

Die ambulanten Hospizdienste stehen jedem Bürger zur Verfügung. Sie haben es sich zur Aufgabe gemacht, unheilbar Kranke und Sterbende in der letzten Phase des Lebens dort zu begleiten, wo sie zu Hause sind, aber auch deren Angehörigen Hilfestellung und Entlastung zu bieten - auch über den Tod hinaus. Die Dienste sind für jeden ansprechbar, der dies aufgrund seiner besonderen Lebenssituation möchte, unentgeltlich und unabhängig von Konfession und einer Mitgliedschaft.

Hospiz ist eine Bürgerbewegung mit dem Ziel sterbenden Menschen Beistand und einen Ort zum Leben bis zum Tod zu geben. Palliativ ist ein medizinisches Fachgebiet, welches für die Bekämpfung von Symptomen unheilbar Kranker zuständig ist. Der Unterschied zwischen einem Hospiz und einer Palliativstation ist die Krankenhausbehandlungsbedürftigkeit. Wenn jemand einen guten Ort zum Sterben braucht, dann ist er im Hospiz richtig. Wenn man das medizinische Bedürfnis

einer Krankenhausbehandlung hat, ist man auf der Palliativstation gut aufgehoben. Auch ambulante palliativ Angebote, wenn ein unheilbar Kranker zuhause lebt und dort versorgt wird, sind möglich.

Ambulante Hospizbewegung Camino e.V.

Im Gang 38, 52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451 / 62 09 59 00

Mobil: 0177 / 31 18 424

E-Mail: kontakt@camino-hospiz.de

www.camino-hospiz.de

Horizont – ambulanter Hospiz und Beratungsdienst

Hermann-Josef-Stiftung Erkelenz

Aachener Straße 7, 41812 Erkelenz

Tel.: 02431 / 9748368

Ansprechpartnerinnen:

Ulrike Clahsen, Simone Kroppen

Mobil: 01 51 / 70 14 47 93
0151 / 42 84 95 98

Hospiz der Hermann-Josef-Stiftung

Tenholter Straße 43a, 41812 Erkelenz

Tel.: 02431 / 892425

E-Mail: info@hospiz-erkelenz.de

www.hospiz-erkelenz.de

Auskünfte über das „Netzwerk für Hospiz-, Palliativ- und Trauerarbeit im Kreis Heinsberg“ erhalten Sie von

Frau Dr. Groschopp

Tel.: 02452 / 13 53 22

02452 / 13 53 09

www.kreis-heinsberg.de

Schlagwort: „Netzwerk Hospiz“

www.palliativversorgung-wie-und-wo.de

5.9 Palliativ Care-Team HS

Palliativmedizin richtet sich nicht auf die Verlängerung der Lebenszeit um jeden Preis, sondern um die Lebensqualität, also die Wünsche, Ziele und das Befinden der Patienten stehen im Vordergrund.

Das Palliativ-Netz im Kreis Heinsberg besteht aus mehreren Ärzten mit der Zusatzqualifikation „Palliativmedizin“, aus Pflegekräften des Palliativpflegedienstes des Caritasverbandes Heinsberg, einer Physiotherapeutin sowie den ambulanten Hospizdiensten „Camino“ und „Regenbogen“.

Palliativ Care Team Heinsberg

Antonius Weg 6, 41844 Wegberg

Tel.: 02434 / 99 36 53 4

02452 / 91 90 30

E-Mail: buero@pct-hs.de

www.palliativnetzhs.de

Ambulante Palliative Pflege

Caritasverband für die Region Heinsberg e.V.

Apfelstraße 57, 52525 Heinsberg

Tel.: 02452 / 91 90 30

E-Mail: palliativpflege@caritas-hs.de



PHYSIO THERAPIE
POSTMA

Maastrichter Str. 3-7
52531 Übach-Palenberg
☎ +49 24 51 - 90 19 360

**JETZT AUCH
MIT KRANKEN-
GYMNASTIK
AM GERÄT!**

physio-postma.de



6 Sonstige Hilfen

6.1 Übach-Palenberger Tafel e.V.

Die Tafel bemüht sich, mit freiwilligen Helfern eine Unterstützung für Bedürftige in unserer Stadt zu sichern. Dazu holt die Tafel überschüssige Lebensmittel in Geschäften, Supermärkten und Discountern ab, um diese an Bedürftige zu verteilen. Nachweislich bedürftige Einzelpersonen erhalten Lebensmittel gegen einen symbolischen Betrag von 1 Euro.

Zur Anmeldung benötigen Sie in der Regel einen Bescheid über den Sozialleistungsbezug (Rentenbescheid, SGB II, SGBXII, usw.) sowie einen Ausweis oder Meldedokument.

Ansprechpartnerin: Renate Frings

Tel.: 0173 / 29 83 531

Übach-Palenberger Tafel e. V.

Fidelisstraße 17

E-Mail:

r.bischhaus@uebach-palenberger-tafel.de

Tel.: 0 163 / 5 69 24 71

Boscheln

(Filiale der Tafel Übach-Palenberg)

Ausgabestelle:

Vereinsheim des VfL Boscheln

Martin-Luther-Straße, Sportplatz

Palenberg

(Filiale der Tafel Übach-Palenberg)

Ausgabestelle: Tafelladen

Im Mühlenhof 12

6.2 fairKauf-Haus Übach-Palenberg

Carolus-Magnus-Straße 47

Tel.: 0 24 51 / 49 06 474

Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Fr.: 10:00 Uhr – 12:30 Uhr

14:00 Uhr – 18:00 Uhr

6.3 Spendenlager Übach-Palenberg Hand in Hand – Flüchtlingshilfe e.V.

Aachener Straße 71

Öffnungszeiten:

Freitag: 16:00 Uhr – 18:00 Uhr

6.4 Senioren helfen

„Senioren helfen...“ ist ein ehrenamtlicher Reparatur- und Hilfsdienst.

Bedürftige Menschen, die im näheren Umfeld niemanden zur Unterstützung haben, können sich an die Gruppe wenden. Geholfen wird beispielsweise bei Behördengängen, Schriftverkehr, Kleinreparaturen usw. Es wird lediglich eine kleine Anfahrtspauschale sowie ggf. Materialkosten fällig.

Die Gruppe sucht darüber hinaus immer neue Mitstreiter.

Tel.: 0 24 51 / 92 97 34 (Anrufbeantworter)

0 24 51 / 4 09 21 79 (persönlich,
donnerstags 10.00 Uhr – 12.00 Uhr)

E-Mail:

seniorenhelfen@uebach-palenberg.de

www.seniorenhelfen.de

6.5 Haushaltshilfen

Zur Aufrechterhaltung der eigenen Haushaltsführung werden Haushaltshilfen für ältere Menschen, die pflegebedürftig sind oder auch aus anderen Gründen der Hilfe bedürfen, angeboten.

Caritas-Pflegestation Geilenkirchen

Konrad-Adenauer-Straße 196,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 0 24 51 / 24 26

FuD – Familienunterstützender Dienst gGmbH

ViaCurantis Ambulanter Pflegedienst
Im Mühlenhof 3-7, Übach-Palenberg

Tel.: 0 24 51 / 91 02 230

Pflege- und Gesundheitszentrum Übach-Palenberg GmbH

Carolus-Magnus-Straße 17

Tel.: 0 24 51 / 48 68 155

Alten- und Krankenpflege Seemann Übach-Palenberg

Am Rimburger Acker 1

Tel.: 0 24 51 / 66 867

Geschäft Tel. 02451 - 909394	ELEKTRO Dremmen TV - SAT - HANDY - SICHERHEIT HAUSHALTSTECHNIK - SERVICE
Service Tel. 02451 - 909395	
Elektro Dremmen · Rathausplatz 10 · 52531 Übach-Palenberg info@elektro-dremmen.de · www.elektro-dremmen.de	

6.6 Essen auf Rädern

Essen auf Rädern bietet eine abwechslungsreiche und vollwertige Ernährung für kranke und ältere Menschen, die sich selbst nicht mehr eine Mahlzeit zubereiten wollen oder können.

Alten- und Pflegeheim St. Josef gGmbH

Fahrbarer Mittagstisch

Adolfstraße 16, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerin:

Frau Elisabeth Wagels-Jansen

Tel.: 0 24 51 / 91 10 70

E-Mail: info@st-josef-in-uebach.de

www.st-josef-in-uebach.de

6.7 Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe und Freiwilligenzentrum im Kreis Heinsberg-SFZ

Hochstr. 24, 52525 Heinsberg

Tel.: 0 24 52 / 15 67 9 22

E-Mail: selbsthilfe@sfz-heinsberg.de

www.sfz-heinsberg.de

Mo. – Fr.: 09:00 Uhr – 12:00 Uhr

Di., Do.: 15:00 Uhr – 17:00 Uhr

Demenz im Frühstadium

Gesprächsgruppe für Betroffene

Praxis für Ergotherapie M. Gielen in
Geilenkirchen

Informationen erhalten Sie beim Freiwilligen-
und Selbsthilfe-Zentrum

Hochstr. 24, 52525 Heinsberg

Tel.: 0 24 52 / 15 67 922

E-Mail: selbsthilfe@sfz-heinsberg.de
www.sfz-heinsberg.de

Selbsthilfegruppe für Aphasiker

Praxis für Logopädie Nafzger-Maassen
Rathausplatz 7a, Übach-Palenberg

Ansprechpartnerinnen:

Frau Kuhlmei, Frau Nafzger-Maassen

Tel.: 0177/7748889
02451/47383

1. Donnerstag im Monat: 15:00 Uhr

Anonyme Alkoholiker

Altentagesstätte Palenberg, Barbarastraße

Tel.: 02451/49252
02452/3566

Dienstag: 19:30 Uhr – 21:30 Uhr

Kreuzbundgruppe

Mehrgenerationenhaus
Konrad-Adenauer-Platz 1,
Übach-Palenberg

Gruppenleitung: Jürgen Pecks

Mobil: 0176 41 82 03 67

E-Mail:

uebach-palenberg@kreuzbund-aachen.de

Donnerstag: 19:00 Uhr

6.8 Kommunales Integrationszentrum

Der Kreis Heinsberg mit seinen Zehn Städten und Gemeinden ist seit jeher ein Zuhause von Menschen aus den unterschiedlichsten Nationen, die sich durch ihre kulturelle Vielfalt und Aufgeschlossenheit auszeichnen. Ca. jeder fünfte Mitbürger hat einen Migrationshintergrund.

Seit vielen Jahrzehnten findet grenzübergreifend mit unseren Nachbarländern ein reger und konstruktiver Austausch statt. Deshalb gehört die Integration von allen Menschen, insbesondere Menschen mit einer Zuwanderungsgeschichte, zu einer der wichtigsten und größten Herausforderungen unserer Gesellschaft.

Das Integrationsportal bietet eine umfangreiche Information zu verschiedensten Angeboten in mehreren Sprachen:
www.integrationsportal-kreis-heinsberg.de

6.9 Runder Tisch Senioren Übach-Palenberg

Der Runde Tisch Senioren hat sich im November 2021 gegründet. Der Arbeitskreis ist ein Netzwerk aller in der Seniorenarbeit Tätiger, sowohl ehrenamtlich, als auch hauptberuflich.

Nach dem Berufsleben ist meist die Zeit einer Neuorientierung gekommen. Auch diese Lebensphase soll spannend und abwechslungsreich bleiben. Jede einzelne Lebensphase wünscht, benötigt und fordert individuelle Angebote und angepasste Gestaltungen des Lebensraumes. Alle Menschen sollen sich in unserer Stadt wohl und aufgehoben fühlen und in den Angeboten finden, was sie sich wünschen und benötigen.

Daran arbeitet der Runde Tisch Senioren.

Koordinatorinnen:

Gemeindesozialarbeit Caritasverband
Nicole Abels

Konrad-Adenauer-Str. 196,
52511 Geilenkirchen

Tel.: 02451/4820889

Quartiersmanagerin

Alten- und Pflegeheim St. Josef Übach
gGmbH

Vera Heinrichs

Tel.: 01573/4994422

Mehrgenerationenhaus

Marion Dalmisch

Konrad-Adenauer-Platz 1

Tel.: 02451/49369

6.10 Senioren- und Behindertenbeirat der Stadt Übach-Palenberg

Der Senioren- und Behindertenbeirat der Stadt Übach-Palenberg versteht sich als legitimierte, politisch und konfessionell unabhängige Vertretung für die ältere Generation und alle Menschen mit Behinderung in der Stadt Übach-Palenberg. Der Beirat nimmt die Interessen und Belange der älteren und behinderten Menschen wahr und entwickelt hierüber Ideen zur Verbesserung der Lebensverhältnisse der Senioren und Behinderten in der Stadt Übach-Palenberg. Der Beirat unterbreitet über den Bürgermeister dem Rat und der Verwaltung der Stadt Übach-Palenberg Vorschläge und berät Verbände sowie sonstige Träger in allen Belangen, die insbesondere die Lebenswelt von Seniorinnen und Senioren oder Menschen mit Behinderungen in Übach-Palenberg betreffen. Kontakt zum Senioren- und Behindertenbeirat erhalten Sie über das Rathaus der Stadt Übach-Palenberg.



Jede volljährige Person kann aufgrund einer Krankheit oder Behinderung in eine Situation kommen, in der sie seine Angelegenheiten nicht mehr regeln kann. Sollte keine Vorsorge getroffen worden sein, kann ein rechtlicher Betreuer vom Amtsgericht bestellt werden. Amtsgerichte im Kreis Heinsberg sind: Erkelenz, Heinsberg und Geilenkirchen. Die Betreuungsstelle des Kreises wird vom Amtsgericht als Fachabteilung eingeschaltet und erstellt einen Bericht über die persönlichen Verhältnisse und das soziale Umfeld der betroffenen Person. Sie klärt ab, ob Vollmachten bestehen oder erstellt werden können und ob andere Hilfen eine Betreuung ersetzen können.

Betreuungsverfahren

Das Verfahren beginnt mit der Anregung einer Betreuung beim Betreuungsgericht.

Wichtig zu wissen ist, dass

- eine Vorsorgevollmacht Vorrang vor der Einrichtung einer Betreuung hat,
- Angehörige, die geeignet und bereit sind kommen vorrangig als Betreuer in Betracht,
- die Einrichtung einer Betreuung hat keinen Einfluss auf die Geschäfts- u. Handlungsfähigkeit,
- Sie evtl. psychiatrisch untersucht werden,
- u.U. Kosten entstehen können, wenn eine Betreuung angeordnet wird und diese vom Betreuten zu übernehmen sind, wenn die finanziellen Voraussetzungen dafür vorliegen.

Betreuungsverfügung

In einer Betreuungsverfügung können Sie bestimmen, wer im Betreuungsfall vom Betreuungsgericht als Ihr Betreuer eingesetzt werden soll.

Vorsorgevollmacht

Vorsorgevollmacht als private Alternative zur gesetzlichen Betreuung. Die Betreuungsstelle informiert individuell und hält Informationsmaterial bereit. Unterschriften auf Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen können öffentlich beglaubigt werden.

Weitere Informationen sowie Vordrucke zur Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung erhalten Sie unter:

www.kreis-heinsberg.de, Demografischer Wandel und Sozialplanung, Betreuungsstelle.

Für die Städte Geilenkirchen und Übach-Palenberg

Klaus Heinrichs

Tel.: 02452/135507

E-Mail:

klaus.heinrichs@kreis-heinsberg.de

Irene Emundts-Toepke

Tel.: 02452/135505

E-Mail:

irene.emundts-toepke@kreis-heinsberg.de

 STANG & NOBIS-STEFFENS Rechtsanwälte	Brigitte Nobis-Steffens Rechtsanwältin Maastrichter Straße 9 52531 Übach-Palenberg Tel.: (0 24 51) 4 80 76 - 77 nobis-steffens@t-online.de
<input checked="" type="checkbox"/> Familienrecht <input checked="" type="checkbox"/> Betreuungsrecht <input checked="" type="checkbox"/> Erbrecht	

7.1 Vorsorgevollmacht

In einer solchen Vollmacht werden eine oder mehrere Personen benannt, die im Bedarfsfall handeln sollen. Die Vollmacht gilt nur für die Angelegenheiten, die in ihr genannt sind. Sie ermöglicht ein hohes Maß an Selbstbestimmtheit. Neben rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten kann z.B. für den Fall einer Betreuungsbedürftigkeit, eine Person vorgeschlagen werden, welche die Betreuung übernehmen soll.

Da eine Vorsorgevollmacht eine absolute Vertrauenssache ist, sollte man bedenken, dass es im Notfall vielleicht keine Möglichkeit gibt, den Bevollmächtigten zu kontrollieren bzw. kontrollieren zu lassen.

Die Vorsorgevollmacht unterliegt keiner besonderen Formvorschrift, muss aber unbedingt persönlich und mit Datum versehen unterschrieben werden. Es ist ratsam, die Vollmacht öffentlich bei der zuständigen Betreuungsstelle des Kreises Heinsberg, bei der sie auch eine Vorsorgekarte bekommen können gegen eine Gebühr von 10 Euro, beglaubigen zu lassen. Ansonsten sollte die Beglaubigung notariell vorgenommen werden.

7.2 Patientenverfügung

Die Patientenverfügung gibt den Willen einer Person wieder, wie im Krankheitsfall von den Ärzten mit so genannten lebensverlängernden Maßnahmen umgegangen werden soll. Der Verzicht auf lebensverlängernde Maßnahmen ist eine schwerwiegende Entscheidung. Beim Für oder Wider einer Patientenverfügung ist eine vorherige Absprache mit dem behandelnden Arzt

unerlässlich. Auch sollte man mit seinen Angehörigen rechtzeitig, wenn man noch gesund ist, darüber sprechen.

Eine Vorsorgekarte mit Verfügungen und Vollmachten, eine Medizinische Notfallkarte und eine Pflegekarte erhalten interessierte Bürgerinnen und Bürger in der Stadt- und Gemeindeverwaltung. Die medizinische Notfallkarte ist beim Gesundheitsamt des Kreises Heinsberg kostenlos erhältlich.

Ansprechpartner*in:

Karin Gerads, Herr Heffels

Tel.: 02452/135313

Tel.: 02452/135510

E-Mail: karin.gerads@kreis-heinsberg.de

Eine Pflegekarte ist ebenfalls bei der Kreisverwaltung Heinsberg kostenlos erhältlich.

Ansprechpartner*in:

Gisela Hermes, Jürgen Köllmann

Tel.: 02452/135504

Tel.: 02452/135503

7.3 Testament

Es wird empfohlen, das Testament vor einem Notar zu vollziehen. Es bietet den Vorteil, dass ein Notar sachkundig berät und über Konsequenzen der geplanten Verfügungen aufklärt. Das notariell erklärte Testament wird beim Amtsgericht hinterlegt. Dadurch können Zweifel, ob überhaupt ein Testament vorliegt, ob es echt ist und wie es zu verstehen ist, eigentlich nicht aufkommen. Ohne Kosten kann natürlich jeder selbst ein Testament

7 Rechtliche Betreuung

erklären. Hierbei muss dieses eigenständig niedergeschrieben werden, mit Vor- und Zunamen unterschrieben sein und ein Datum tragen. Ein solches Testament kann zu Hause verwahrt werden, zur Sicherheit ist es aber empfehlenswert ein Testament auch bei einem Notar zu hinterlegen.

Eine weitere Art des Testaments ist die gemeinschaftliche Erklärung von Ehegatten, dass für den Tod eines jeden Ehegatten gilt. Hierbei reicht es aus, wenn ein Ehegatte dies handschriftlich niederschreibt und beide Ehegatten mit Vor- und Zunamen unterschreiben.

Ein Testament kann jederzeit geändert werden. Ist kein Testament vorhanden, so tritt die gesetzliche Erbfolge ein.

Weitere Informationen und Formularvorlagen finden Sie beim Bundesministerium der Justiz und Verbraucherschutz unter www.justiz.nrw.de.



8 Sonstige Informationen

8.1 Notdienste

Ärztliche Notdienste

Bundesweit einheitliche
Rufnummer für den ärztlichen
Bereitschaftsdienst: 116 117
(Kostenfrei)

Notdienstpraxen der
niedergelassenen Ärzte im Bereich
Heinsberg:

**Notdienstpraxis am Städt.
Krankenhaus Heinsberg GmbH**
Auf dem Brand 1a, 52525 Heinsberg

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 18:00 Uhr – 23:00 Uhr
Mi., Fr.: 12:00 Uhr – 23:00 Uhr
Sa., So.: 08:00 Uhr – 23:00 Uhr
Feiertage: 08:00 Uhr – 23:00 Uhr

**Notdienstpraxis Erkelenz am
Hermann-Josef-Krankenhaus**
Tenholter Str. 43, 41812 Erkelenz

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 18:00 Uhr – 23:00 Uhr
Mi., Fr.: 12:00 Uhr – 23:00 Uhr
Sa., So.: 08:00 Uhr – 23:00 Uhr
Feiertage: 08:00 Uhr – 23:00 Uhr

**Augenärztliche Notdienstpraxis im
Universitätsklinikum Aachen**
Pauwelsstraße 30, 52074 Aachen

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 19:00 Uhr – 21:00 Uhr
Mi., Fr.: 16:00 Uhr – 21:00 Uhr
Sa., So.: 09:00 Uhr – 13:00 Uhr
16:00 Uhr – 21:00 Uhr
Feiertage: 09:00 Uhr – 13:00 Uhr
16:00 Uhr – 21:00 Uhr

nach 21 Uhr Augenklinik

**Hals-Nasen-Ohrenarzt Kreis Heins-
berg Arztrufzentrale**
Tel.: 116 117 (Kostenfrei)

Zahnärztlicher Notdienst
Tel.: 116 117 (Kostenfrei)

8.2 Wichtige Telefonnummern

Polizei, Notruf: 110
Feuerwehr/Notfall: 112
(auch für Unfall, Rettungs- und Krankenwagen)

Polizeiwache Übach-Palenberg
Rathausplatz 4
Tel.: 0 24 52 / 92 00

Kreispolizeibehörde Heinsberg
Tel.: 0 24 52 / 92 00

Polizeiwache Geilenkirchen:
Tel.: 0 24 51 / 92 00

Feuerwehrzentrale Übach:
Tel.: 0 24 51 / 91 16 20

Frauenhaus Kreis Heinsberg
Tel.: 0 24 31 / 97 48 58 2

Pflegetelefon Kreis Heinsberg:
Tel.: 08 00 / 8 08 18 00 (Kostenfrei)

Apothekennotdienst:
Tel.: 08 00 / 0 02 28 33 (Kostenfrei)

Krankentransporte:
Tel.: 19222

Giftinformationszentrale Bonn:
Tel.: 02 28 / 19 24 0

Telefonseelsorge:
Tel.: 800 / 111 0 111
Tel.: 0800 / 111 0 222

Weitere, wichtige Telefonnummern:

Name	Nummer

8.3 In eigener Sache

Wir hoffen, dass die hier enthaltenen Informationen, Empfehlungen und Angebote für Sie im Alltagsleben nützlich sind. Bei der Fortschreibung dieser Broschüre haben wir uns davon leiten lassen, dass im Mittelpunkt all unseres Tun und Handelns der Mensch mit all seinen Bedürfnissen und Anforderungen im Leben steht. Dafür sind wir da und wollen im Rahmen unserer Möglichkeiten weiterhelfen und Ihnen Unterstützung leisten.

Mit dieser Broschüre ist kein Anspruch auf Vollständigkeit verbunden. Sollten Sie etwas vermissen, so sprechen Sie uns gerne an.

Über Anregungen Ihrerseits sind wir dankbar.

Das Redaktionsteam

- **Nicole Abels,**
Gemeindesozialarbeiterin
Caritasverband für die Region
Heinsberg e.V.
- **Vera Heinrichs,**
Quartiersmanagerin
Alten-Pflegeheim
St. Josef Altenheim Übach-Palenberg
- **Marion Dalmisch,**
Mehrgenerationenhaus
Übach-Palenberg

8.4 Impressum

Herausgegeben vom Runden Tisch
Senioren Übach-Palenberg

Änderungswünsche, Anregungen, Kritik
und Ergänzungen für die Fortschreibung
dieser Broschüre nimmt entgegen:

Nicole Abels,
Caritasverband
für die Region Heinsberg e.V
Tel.: 02451/4820889
E-Mail: gsa-gk@caritas-hs.de

8.5 Bildmaterial

Titel:

- www.shutterstock.de
- Schloss Zweibrücken
(auch auf Seite 18-19)
- Frelenberger Esel
(auch auf Seite 2-3 und 64)
- Mühlrad Marktplatz
(auch auf Seite 68 - 69)

Seite 2-3

- www.shutterstock.de

Seite 5

- Drei junge Menschen

Seite 17

- Karlskapelle

Seite 24 und Seite 31

- Wasserturm

Seite 27

- Der Platschhock

Seite 32-33

- Der „Willy-Dohmen-Park“

Seite 36-37

- Lohnhalle, Carolus Magnus Centrum

Seite 49

- Bergarbeiterdenkmal

Seite 52

- www.shutterstock.de

Seite 58-59

- Carolus Magnus Centrum

Seite 62

- www.pixabay.de

Seite 75

- Mäusebrunnen

Fotografie:

- Stadt Übach-Palenberg
- Franz Schotten jun.





***„Hier fühle
ich mich gut
aufgehoben!“***

- Von Geilenkirchen bis Erkelenz sind wir mit sechs ambulanten Pflegestationen Ihr verlässlicher Partner im Bereich Alten- und Krankenpflege, Behandlungspflege und Alltagsbetreuung.
- Kostenlose Beratungen.
- 365 Tage im Jahr liefern wir in der gesamten Region tolle Menüangebote!
- Mit der Verhinderungspflege und den Kurberatungen sowie den Schulungen für pflegende Angehörige sind wir immer an Ihrer Seite.
- Der HausNotRuf bietet Ihnen rund um die Uhr ein sicheres Gefühl.
- Unsere Ambulante Palliativpflege ermöglicht unheilbar erkrankten Menschen größtmögliche Lebensqualität.

***Wir sind Ihr
sicherer
Partner rund
um Pflege &
Gesundheit!***