



Alternativen

fürs Alter

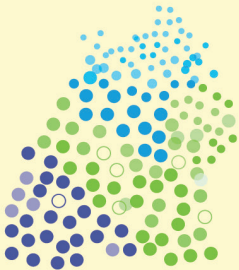
Seniorenwegweiser
Gemeinde Grünkraut



SENIOREN- UND EHRENAMTSBEAUFTRAGTE

Sabine Jehle
Scherzachstr. 2
88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 7602 - 45
E-Mail: sabine.jehle@gruenkraut.de

GEFÖRDERT IM PROGRAMM
»**BETEILIGUNGSTALER**«



Allianz für
Beteiligung



Baden-Württemberg

STAATSMINISTERIUM

MIT FINANZIELLER UNTERSTÜTZUNG DES
STAATSMINISTERIUMS BADEN-WÜRTTEMBERG

IMPRESSUM

Herausgeber:

Bürgergemeinschaft Grünkraut e.V.
in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Grünkraut

Erarbeitet von:

Sabine Jehle
Georg Rupp
Walter Spieler

Gestaltung:

kreativer sign - Büro für Gestaltung
www.kreativersign.de

1. Auflage - Stand Juli 2020

Der Seniorenwegweiser ist bei der Bürgergemeinschaft Grünkraut und der Gemeindeverwaltung Grünkraut auf Anfrage erhältlich. Er ist auch im Internet unter www.gruenkraut.de einsehbar und wird dort laufend aktualisiert.

INHALTSVERZEICHNIS

1. Begegnung und Geselligkeit Vereine	06
2. Aktives Alter	14
3. Gesundheit	24
4. Unterstützung im Alltag	32
5. Seelsorge	40
6. Wohnen im Alter	42
7. Pflege und Betreuung zu Hause	44
8. Tagespflege, Kurzzeitpflege	48
9. Senioren- und Pflegeeinrichtungen	50
10. Beratung im Alter und bei Behinderung	54
11. Wichtige Behörden Ansprechpartner	56
12. Im Notfall	58



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Sie halten den neuen Seniorenwegweiser der Gemeinde Grünkraut in ihren Händen.

Wir können hier in der Gemeinde glücklicherweise auf ein gut funktionierendes soziales Netzwerk zurückgreifen. Viele Menschen engagieren sich ehrenamtlich für andere, für Freunde, Nachbarn und in der Familie. Dafür bin ich sehr dankbar.

Dieser Ratgeber soll ein Wegweiser sein, der die örtlichen Angebote in den Vordergrund rückt und Sie auf diese Angebote aufmerksam macht. Hier finden Sie Angebote wie Sie weiterhin fit und aktiv bleiben können. Die unterschiedlichsten Gruppen, Institutionen und Vereine werden vorgestellt, und sie präsentieren ihre vielfältigen Angebote. Für diese Vielfalt danke ich allen sehr herzlich.

Gleichzeitig soll der Ratgeber aber auch aufzeigen, wo in bestimmten Lebenslagen Informationen und Hilfen zu erhalten sind. Nehmen Sie diese Angebote wahr.

Alle diejenigen, die sich sozial engagieren, ihre Hilfe anbieten oder ehrenamtlich tätig werden wollen, dürfen sich gerne bei den angegebenen Ansprechpartnern melden. Wir freuen uns auf Sie.

Ich wünsche Ihnen mit dieser Broschüre eine interessante Lektüre und hoffe, dass sie eine wertvolle Hilfe für Sie ist.

Herzliche Grüße
Ihr

Holger Lehr
Bürgermeister

1. BEGEGNUNG UND GESELLIGKEIT | VEREINE

„Am Fluß des Lebens:

Die Brücke der Begegnung heißt Miteinander.“ - Ernst Ferstl -

CAFÉ KUNTERBUNT

Alle 14 Tage ist das Café Kunterbunt im Haus der Mitte geöffnet. An diesem Nachmittag können sich Jung und Alt in gemütlicher Runde treffen und austauschen. Für verschiedene Kaffeespezialitäten und leckeren Kuchen sorgt das ehrenamtliche Cafe-Kunterbunt-Team. Neben einer Spielecke für Kinder gibt es ab und zu ein buntes Rahmenprogramm.

Freitags, 14-tägig, 15.00 - 17.00 Uhr

Haus der Mitte
Weidenstraße 2



>>> Ansprechpartnerin: Barbara Iwansky, Ginsterweg 4, 88287 Grünkraut
Tel: 0176 / 62194462, E-Mail: barbarakieslich@web.de

FEIERABENDKREIS

Veranstaltung für junggebliebene Seniorinnen und Senioren

Unterhaltsamer Nachmittag für Seniorinnen und Senioren mit Kaffee und Kuchen und zünftigem Vesper. Veranstaltungen sind teilweise kostenlos, max. 7,50 €, ein Fahrdienst kann organisiert werden.

Mittwochs, einmal monatlich, um 14.00 Uhr

Informationen und den Veranstaltungsort entnehmen Sie bitte dem Mitteilungsblatt

>>> Ansprechpartnerin: Christa Gnann, Kirchweg 10, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 66901, E-Mail: christagnann@gmx.de



SENIORENNACHMITTAG

Seniorennachmittag der evangelischen Kirchengemeinde

Ein Angebot für alle Seniorinnen, Senioren und Alleinstehende unterschiedlicher Konfession. Ein gemütlicher Nachmittag bei Kaffee, Gebäck, abwechslungsreichen Themen und Gesprächen.

i.d.R. am 2. Dienstag im Monat von 14.30 - 16.30 Uhr (offenes Ankommen ab 14.15 Uhr)

Gemeindehaus
Atzenweiler 2

>>> Ansprechpartner: Evang. Pfarramt, Atzenweiler – Vogt II
Pfarrer Manfred Bürkle, Atzenweiler 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /62701, E-Mail: pfarramt.atzenweiler-vogt@elkw.de
E-Mail persönlich: manfred.buerkle@elkw.de

KATH. FRAUENBUND GRÜNKRAUT

Veranstaltungen mit religiösen, kulturellen und geselligen Themen

Für eine eigenverantwortliche und zeitgemäße Mitgestaltung in allen Bereichen der Gesellschaft, in Kirche und Staat, in Familie und Beruf - Gemeinsam sind wir stark.

Monatliche Termine werden im Mitteilungsblatt der Gemeinde veröffentlicht.

Kath. Gemeindehaus
Pfarrweg 15

>>> Ansprechpartnerin: Maida Zorell-Fonfara, Scherzachstr.16, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /62765, E-Mail: Frauenbund-gruenkraut@mail.de

1. BEGEGNUNG UND GESELLIGKEIT | VEREINE

*„Es sind die Begegnungen mit Menschen,
die das Leben lebenswert machen.“*

- Guy de Maupassant -

GEMEINSAMES SINGEN MIT AKKORDEONBEGLEITUNG

Dies ist ein Angebot für alle, die Freude am Singen alter Volkslieder und Schlager haben und die Geselligkeit lieben.

Termine im Mitteilungsblatt

Haus der Mitte
Weidenstraße 2



>>> Ansprechpartner: Reinhold Hartl, Weidenstraße 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 62748

ÖFFENTLICHE BÜCHEREI ST. GALLUS

Wir sind eine Familienbibliothek für alle Generationen. Sie können bei uns Bücher und Nonbook-Medien wie CD's, DVD's, Brett- und Familienspiele ausleihen. Über die Homepage der Gemeinde gelangen Sie zu unserem Onlineservice.

Montag/Mittwoch/Donnerstag von 8.00 - 12.00 Uhr ist der Vorraum der Bücherei zur kontaktlosen Online-Ausleihe und Rückgabe geöffnet.

Öffnungszeiten: Mo: 16.00 - 18.00 Uhr, Do: 18.00 - 20.00 Uhr
Fr: 16.00 - 18.00 Uhr

Scherzachstraße 2



DIE BÜCHEREI

>>> Ansprechpartnerin: Sonja Bäuerle, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 7602 - 30, Fax: 0751 / 7602 - 20
E-Mail: buecherei-gruenkraut@kabelbw.de



KULTURFORUM GRÜNKRAUT

Zuhören und staunen - ein buntes, ansprechendes, kulturelles Programm begleitet Grünkraut und Gäste von auswärts durchs Jahr.

- › Theater
- › Literatur
- › Kleinkunst
- › Musik
- › Aufführungen für Kinder

Veranstaltungen können dem Mitteilungsblatt oder Veranstaltungskalender entnommen werden

Pfarrstadel und Bücherei

- ››› **Ansprechpartnerin:** 1. Vorstand: Simone Haefele, Brühlstr. 11, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /67165, E-Mail: haefelesimone@web.de
- ››› **Kartenvorverkauf:** Bürgerbüro, Rathaus, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /7602 - 11

1. BEGEGNUNG UND GESELLIGKEIT | VEREINE

„In einer echten Gesellschaft

wird aus vielen ich ein wir.“

- Erwin Ringel -

VEREINE/GRUPPIERUNGEN DER GEMEINDE GRÜNKRAUT

Grünkraut ist eine ländlich geprägte Gemeinde. Eine unserer Stärken ist ein Miteinander und ein aktives Vereinsleben. Viele Bürgerinnen und Bürger sind aktiv und bringen ihre Hobbys, ihre Talente und ihre Fähigkeiten in einem Verein oder einem ehrenamtlichen Engagement ein.

Alle Vereine und Gruppierungen sind offen für interessierte neue Mitglieder.

Zu jeder Zeit können Sie zum Schnuppern vorbeikommen. Jeder Verein/jede Gruppierung hat Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner, die Sie gerne informieren.

Blutreitergruppe Grünkraut

Vorstand: Rainer Kling, Gropbach 4, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /3541764

Eltern-Kind-Gruppen Grünkraut

Wechselnde Ansprechpartner: Infos im Bürgerbüro, Carmen Gropper, Tel: 0751 /7602 - 45

Evangelischer Altenkreis Grünkraut

Ansprechpartner: Manfred Bürkle, Atzenweiler 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /62701

Feierabendkreis Grünkraut

Leiterin: Christa Gnann, Kirchweg 10/1, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /66901

Freiwillige Feuerwehr Grünkraut

Kommandant: Stefan Sprenger, Wacholderweg 14, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /7691158

Helfer vor Ort-Gruppe Grünkraut, DRK-Ortsverein Ravensburg e. V.

Ansprechpartner: Frank Sauter, Ulmer Str. 97, 88212 Ravensburg, Tel: 0174 /2100673

Jugendchor Grünkraut

Leiterin: Martina Obert, Am Ottersberg 54, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /95893984



VEREINE/GRUPPIERUNGEN DER GEMEINDE GRÜNKRAUT

Katholischer Frauenbund Grünkraut

Vorstand: Maidi Zorell-Fonfara, Scherzachstr. 16, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /62765

Kinderchor Grünkraut

Leiterin: Birgit Arnegger, Liebenhofen 8, 88287 Grünkraut, Tel: 0151 /19301173

Kulturforum Grünkraut e.V.

Vorstand: Simone Häfele, Brühlstr. 11, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /67165

Kyffhäuserkameradschaft

Vorstand: Björn Blech, Hornstraße 18, 6974 Gaißau, Österreich

Landjugend Grünkraut

Vorstand: Nick Hespeler, Hinzistobel 62, 88212 Ravensburg, Tel: 0151 /64774633

Landwirtschaftlicher Ortsverein Grünkraut

Vorstand: Ottmar Deuringer, Liebenhofenstr. 8, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /63770

Malkreis Grünkraut

Leiterin: Angelika Kalb, Liebenhofen 10, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /6528124

MGV Chorgemeinschaft Grünkraut

Vorstand: Helmut Huchler, Richlisreute 17, 88281 Schlier, Tel: 07529 /2264

Ministrantengruppe Grünkraut

Leiterin: Judith Lüdtker, 88287 Grünkraut

Musikverein Grünkraut e.V.

Vorstand: Yvonne Veit, Laubern 3, 88285 Bodnegg, Tel: 07520 /9208686

1. BEGEGNUNG UND GESELLIGKEIT | VEREINE

*„Zusammenkunft ist ein Anfang. Zusammenhalt
ist ein Fortschritt. Zusammenarbeit ist der Erfolg.“*

- Henry Ford -

VEREINE/GRUPPIERUNGEN DER GEMEINDE GRÜNKRAUT

Modellbaugruppe Grünkraut-Eschach

Vorstand: Christian Moll, Adlerstr. 2, 88289 Waldburg, Tel: 07529 /913791

Narrenverein Grünkraut e. V.

Vorstand: Manfred Bottlinger, Liebenhofen 23, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /65273588

Ökumenischer Chor Grünkraut

Ansprechpartnerin: Lib Briscoe, Atzenweiler 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /62701

Schützenriege Grünkraut e.V.

Vorstand: Björn Blech, Hornstraße 18, 6974 Gaißau, Österreich

Treffpunkt Schöpferischer Ruhestand Grünkraut

Ansprechpartner: Holger Lehr, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /7602 - 0

Turn- und Sportverein Grünkraut 1957 e.V.

Vorstand: Wolfgang Klink, Ligusterweg 13, 88287 Grünkraut, Tel: 0170 / 9145880

Verband Katholisches Landvolk e.V. (VKL)

Vorstand: Josef Baumann, Friedach 5, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /61469



NOTIZEN...

2. AKTIVES ALTER

*„Das Leben ist wie Fahrradfahren, um die Balance zu halten
musst du in Bewegung bleiben.“*

- Albert Einstein -

SPIEL MIT

Kartenspiele, Binokel, Rommé und Gesellschaftsspiele

bieten Spaß und Unterhaltung.

„Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt!“ (Friedrich Schiller)

Dienstags, 14-tägig, ab 14.30 Uhr
Termine im Mitteilungsblatt

Haus der Mitte
Weidenstraße 2



>>> Ansprechpartnerin: Maidi Zorell-Fonfara, Scherzachstraße 16, 88287 Grünkraut
Tel: 0751/62765

HOCKSTUBE

Stricken, häkeln, sticken...

in zwangloser Runde

Montags, 14-tägig, 14.00 - 16.00 Uhr
Termine im Mitteilungsblatt

Kath. Gemeindehaus
Kirchweg 12



>>> Ansprechpartnerin: Heidi Eber, Bodnegger Straße 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751/66760



SCHREINERWERKSTATT

Sie haben eine gute Idee, Lust am Werken und wir bieten das handwerkliche Know-How. Wir unterstützen Sie bei der Fertigung Ihres Werkstückes und übernehmen auch kleine Reparaturen.

Dienstags, 9.00 - 11.30 Uhr

Die Materialkosten müssen Sie selbst übernehmen

Schreinerwerkstatt
Haus der Mitte



>>> Ansprechpartner: Otto Kümmerle, Tel: 07520 /2564
Willi Keckeisen, Tel: 0751 /64303

ERLEBNISFAHRTEN

Tagesausflüge mit dem Bus

„Wenn einer eine Reise tut, dann kann er viel erzählen...“

Informationen und Termine im Mitteilungsblatt

>>> Ansprechpartner: Rainer Wörle, Scherzachstr. 3, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /6525459

2. AKTIVES ALTER

„Es sind nicht die Jahre deines Lebens, die zählen.

Was zählt, ist das Leben innerhalb dieser Jahre.“ – Abraham Lincoln -

RADWANDERN

Radtouren, ganz- und halbtags

Teilweise Fahrtkosten

14-tägig, April bis Oktober

Termine im Mitteilungsblatt

Wertstoffhof



>>> Ansprechpartner: Willi Keckeisen, Tel: 0751 /64303
Reinhard Marten, Tel: 0751 /65273105

BERGWANDERN

- Auf in die Berge -

Anregung zur Bewegung ohne Hektik

Zumeist ganztägige Touren, einmal im Monat, April bis Oktober

Fahrtkosten und Kosten für Bergbahnen

Termine im Mitteilungsblatt

Parkplatz Festhalle



>>> Ansprechpartner: Siegfried Schmidt, Kirchweg 4, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /7648235



KURZWANDERGRUPPE

Wanderung mit Einkehr

Fahrgemeinschaften (Fahrkosten werden aufgeteilt)

Freitags, 14-tägig, 14.00 Uhr

Termine im Mitteilungsblatt

Parkplatz Festhalle



>>> Ansprechpartner: Rainer Wörle, Tel: 0751 /6525459
Kurt Baumeister, Tel: 0751 /61708
Harry Hoffmann, Tel: 0751 /99319390

WANDERTREFF

Wanderung mit Einkehr

Fahrgemeinschaften, Gemeindemobil

Dienstags, 14-tägig, 14.00 Uhr, ca. 2 Stunden

Termine im Mitteilungsblatt

Parkplatz Festhalle

>>> Ansprechpartner: Heinrich Haußmann, Tel: 0751 /63669
Otto Kümmerle, Tel: 07520 /2564
E-Mail: otto.kuemmerle@t-online.de

2. AKTIVES ALTER

*„Fang nie an aufzuhören,
hör nie auf anzufangen.“*

- Marcus Cicero -

KEGELN

„Gut Holz“ verbindet - **Geselliges Kegeln** in netter Runde.
Kegelbahngebühr

Freitags, 14-tägig, 14.30 Uhr
Termine im Mitteilungsblatt

Gasthof Nussbaumer
Bodnegg



>>> Ansprechpartner: Rolf Bulander, Sonnenblumenweg 7
Tel: 0751/61216

THERMALBADEN

Eintauchen und Wohlfühlen - ein wohltuendes Erlebnis

Wir bilden Fahrgemeinschaften oder nutzen das Gemeindemobil.

Montags, 14-tägig
Abfahrt: 8.55 Uhr – Parkplatz Festhalle
9.00 Uhr – Haus der Mitte



Waldsee Therme

>>> Ansprechpartnerin: Monika Tittel, Tel: 0751/67016
Karl Kohr, Tel: 07520/2555



SCHONENDE GYMNASTIK FÜR SIE UND IHN

Aktiv 60 plus

Für eine gemischte Gruppe wird ein abwechslungsreiches Programm angeboten. Ziel ist es, im Sitzen die Muskulatur mit gezielten Übungen bis ins hohe Alter zu kräftigen, zu dehnen und zu lockern. Eine positive Atmosphäre ist dabei besonders wichtig. Ein Angebot des TSV Grünkraut

Mittwochs, 14.30 - 15.30 Uhr

Festhalle Grünkraut

>>> Ansprechpartnerin: Monika Amling, Tel: 0751 /64885

SENIORENGYMNASTIK IM HAUS DER MITTE

Beweglichkeit im Alter – in netter Runde

Krafttraining im Sitzen, Stehen und Gehen - Sturzprophylaxe mit konzentriertem Gehen - Gymnastik von Kopf bis Fuß

Mittwochs, 9.45 - 11.00 Uhr

Haus der Mitte
Gymnastikraum

>>> Ansprechpartnerin: Waltraud Merk, Rosenstr. 29, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /63158

2. AKTIVES ALTER

*„Es muss von Herzen kommen,
was auf Herzen wirken soll.“*

- Johann Wolfgang von Goethe -

FRAUENPOWER AB 50 JAHRE

Angepasstes Ganzkörpertraining zum Erhalt der Gesundheit und Fitness.
Trainiert wird mit dem eigenen Körpergewicht und verschiedenen Kleingeräten.
Ein Angebot des TSV Grünkraut

Mittwochs, 17.30 – 18.30 Uhr

Festhalle Grünkraut



>>> Ansprechpartnerinnen:

Caroline Costabel, Tel: 0751 /31800

Susanne Tschöke, Tel: 0751 /32766

RÜCKEN FIT – GESUNDHEITSSPORT

Aktiv älter werden

Mit unserem bunt zusammengestellten Programm fühlen Sie sich fit
und werden Ihren Alltag gut meistern. Wir trainieren Kraft, Gleichgewicht
und Beweglichkeit. Die Entspannung kommt dabei nicht zu kurz.
Ein Angebot des TSV Grünkraut

Freitags, 10.10 – 11.10 Uhr

Sporthalle Grünkraut



>>> Ansprechpartnerin: Elke Guderian, Tel: 0751 /95889717



MÄNNERSPORTGRUPPE

Abwechslungsreiches und vielseitiges Training für den Mann.
Ein Angebot des TSV Grünkraut

Montags, 20.15 - 21.15 Uhr

Sporthalle Grünkraut

>>> Ansprechpartnerin: Astrid Bocksch, Tel: 0751 /3552880

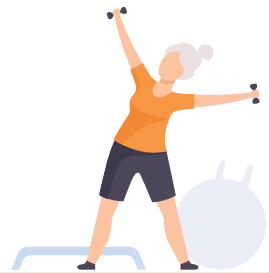
SCHONENDE GYMNASTIK FÜR FRAUEN

Aktiv 65 plus

Fit von Kopf bis Fuß
Ein Angebot des TSV Grünkraut

Montags, 19.00 - 20.00 Uhr

Festhalle Grünkraut



>>> Ansprechpartnerin: Waltraud Merk, Tel: 0751 /63158

Bei Fragen zu den **einzelnen Freizeitsportgruppen** wenden Sie sich bitte an die jeweiligen Kursleiterinnen und Kursleiter oder die Abteilungsleiterin Freizeitsport:
Silke Igel, Tel: 0751 /2053030.

2. AKTIVES ALTER

*„Auch eine Reise aus 1.000 Meilen
beginnt mit dem ersten Schritt.“*

- Lao Tze -

GEHIRNJOGGING / GEDÄCHTNISTRAINING

Mit Rätseln, Wortspielen, Mathematik-, Denk- und Rateaufgaben werden das Gedächtnis und die Merkfähigkeit trainiert, wobei der Spaß im Vordergrund steht.

Dienstags, 14-tägig im Wechsel mit der Spielegruppe, 14.00 Uhr

Haus der Mitte
Gemeinschaftsraum

>>> Ansprechpartnerin: Sabine Jehle, Haus der Mitte, Tel: 0751 / 7602 - 45

MEHRGENERATIONEN-SPIELPLATZ

Im Wohngebiet „Weiherhalde“ ist ein Mehrgenerationen-Spielplatz, der nicht nur Spielgeräte für Kinder anbietet, sondern auch **Geräte für seniorengerechte Übungen**.

INTERNET-PLATTFORM „NEBENAN.DE“

Die Internet-Plattform „nebanan.de“ ist Deutschlands größtes Nachbarschaftsnetzwerk. Es dient dazu, in der Umgebung des eigenen Wohnsitzes Nachbarn kennenzulernen, Kontakte aufzubauen und zu vertiefen und sich gegenseitig zu helfen. Sie können Dinge tauschen, Sportpartner finden, Nachbarschaftsfeste organisieren, über Interessantes informieren etc. Sie können sich im Internet unter [www:nebanan.de/einladung/gruenkraut](http://www.nebanan.de/einladung/gruenkraut) anmelden oder mit dem Zugangscode der Gemeinde Grünkraut den sie beim Ansprechpartner bekommen. Wir helfen Ihnen auch gerne bei der Anmeldung.

>>> Ansprechpartnerin: Bürgerbüro, Sabine Jehle, Tel: 0751 / 7602 - 45

3. GESUNDHEIT

*„Vorsorge bedeutet Gesundheit fördern
und Krankheit verhindern, bevor Sie entsteht.“*

- Unbekannt -

ÄRZTE

Hausarztpraxis Klaus Brehm

Facharzt für Innere Medizin, Palliativmedizin, Notfallmedizin, Naturheilverfahren
Bodnegger Straße 7, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /63383

>>> Sprechstunden: Mo - Fr: 08.30 - 12.00 Uhr, Mo /Di /Do: 15.30 - 17.30 Uhr

Praxis für ästhetische und implantologische Zahnheilkunde Quang van Hong

Bodnegger Straße 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /66777
praxis@zahnarzt-hong.de, Internet: www.zahnarzt-hong.de

>>> Sprechstunden: Mo /Mi /Fr: 09.00 - 13.00 Uhr, Di: 15.00 - 20.00 Uhr,
Do: 14.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung

DIE ZAHNARZTPRAXIS Dr. ROTHACHER & KOLLEGEN

Nelkenstraße 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /97706600, Fax: 0751 /97706601
E-Mail: info@praxis-rothacher.de, Internet: www.praxis-rothacher.de

>>> Sprechstunden: Mo /Do: 08.15 - 13.00 Uhr, 15.00 - 19.00 Uhr
Di: 08.15 - 12.00 Uhr, 14.00 - 19.00 Uhr
Mi: 09.00 - 13.00 Uhr, 14.00 - 18.00 Uhr
Fr: 08.15 - 14.00 Uhr

Dr. med. Monika Jans

Fachärztin für psychosomatische Medizin und ambulante Psychotherapie | Kassenzulassung
Bodneggerstraße 7, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 /65273011, E-Mail: Dr.M.Jans@doknet.eu

>>> Termine nach Vereinbarung



APOTHEKE

St. Gallus-Apotheke, Mirjam Engelhardt

Bodnegger Straße 4, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 791220,

E-Mail: info@st-gallus.de, Internet: www.st-gallus.de

>>> **Öfnungszeiten:** Mo/Do: 08.15 - 19.00 Uhr, Di/Mi/Fr: 08.15 - 18.15 Uhr
Sa: 08.15 - 13.00 Uhr
Rezepte per App vorbestellen / QR-Code „deine Apotheke“

PHYSIOTHERAPIE, MASSAGE

agila - Praxis für Kinesiologie und Physiotherapie Angelika Gilg

Bodnegger Straße 13/1, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 5681522

E-Mail: info@praxis-agila.de, Internet: www.praxis-agila.de

Wir unterstützen Sie mit langjähriger Erfahrung, Behandlungs-, Präventions- und Wohlfühlangeboten.

>>> **Termine nach Vereinbarung**

Gesundheitstherapie Viktoria Tappert

Lagerstraße 26, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 29659435, Mobil: 0174 / 2405926

Internet: www.gesundheitstherapie-viktoria.de

Manuelle Lymphdrainage, Manuelle Therapie, Triggerpoint-Myofaszientechnik, Anatomie in vivo der Wirbelsäule, Knorpelrehabilitation, die „Dorn-Methode“, Kinesiotape nach Dr. Kenzo Kase, Krankengymnastik nach Bobath (Schlaganfall), Physiotherapie bei Morbus Parkinson

>>> **Termine nach Vereinbarung**

3. GESUNDHEIT

*„Tu deinem Leib des öfteren etwas Gutes,
damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.“*

- Teresa von Avila -

PHYSIOTHERAPIE, MASSAGE

Ayurveda Massagen | Nicole Fleig

Entspannung, Berührung, Wohlfühlen und einfach „Sein“

Bodnegger Straße 13/1, 88287 Grünkraut, Tel: 0176/65687045

E-Mail: n-fleig@posteo.de, Internet: www.ayurveda-massagezeit.de

Die Massagen werden in der Praxis agila durchgeführt.

>>> Termine nach Vereinbarung

Tip's Massage und Wellness | Porntipa Gwinn

Bodnegger Straße 19/1, 88287 Grünkraut, Tel: 0751/95868039

E-Mail: tipmassage37@gmail.com

Wohlfühlen und Entspannung auf thailändische Weise (keine Erotik).

Keine Annahme von Kassenrezepten.

>>> Termine nach Vereinbarung

Cama Wellness/ Massagen | Catharina Nüberlin

Liebenhofen 76, 88287 Grünkraut, Tel: 0170/5838070

E-Mail: catharina@koerper-seele-massage.de, Internet: www.koerper-seele-massage.de

Die achtsamen Massagen wirken auf Körper und Seele. Sie unterstützen das Grundbedürfnis nach Berührung.

>>> Öffnungszeiten: Do - Fr: 11.00 - 20.00 Uhr, Sa: 11.00 - 14.00 Uhr



PHYSIOTHERAPIE, MASSAGE

Massage und Energiearbeit | Tanja Forstehäusler

Friedach 15, 88287 Grünkraut, Tel: 0172 / 8293898, E-Mail: tanja@forstehauesler.com

Den Körper wieder ins Gleichgewicht bringen - durchatmen, entspannen, erholen mit Dornbehandlung, Thai-Fußmassage und Aromaölmassage, Familienaufstellung nach „Lisa Bader“

>>> Termine nach Vereinbarung

NATURHEILKUNDE

Praxis für Naturheilkunde, Akupunktur und Physiotherapie

Monika Dörflinger

Heilpraktikerin, Physiotherapeutin

Bodnegger Straße 7, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 76949330

E-Mail: praxis@monika-doefflinger.de, Internet: www.monika-doefflinger.de

>>> Termine nach Vereinbarung

Praxis für Naturheilkunde und Osteopathie | Maria Kling

Bodnegger Straße 13, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 95866206

E-Mail: maria.kling@naturheilpraxis-maria.com, Internet: www.naturheilpraxis-maria.com

Ganzheitliche Therapie mit Schwerpunkt Phytotherapie

>>> Termine nach Vereinbarung

3. GESUNDHEIT

*„Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft,
die im Inneren eines jeden von uns liegt.“* - Hippokrates von Kos -

NATURHEILKUNDE

Naturheilpraxis | Christiane Lanz | Heilpraktikerin

Lichthof, Friedach 15, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 9449924

E-Mail: naturheilpraxis-lanz@posteo.de, Internet: www.naturheilpraxis-lanz.de

Behandlungsmethoden: Osteobalance (bei Rückenschmerzen), Kiefer R.E.S.E.T (bei Verspannungen im Kiefer-Kopfbereich), Darmsanierung, Massagen (Fußreflex, Klangschalen)

>>> Termine nach Vereinbarung

Praxis für ganzheitliche Heilkunde Christian Müller

Veilchenweg 5, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 3525768

E-Mail: info@gesundheitsfaehigkeit.de, Internet: www.gesundheitsfaehigkeit.de

Ganzheitliche Schmerztherapie, Lösen von Blockaden und Ängsten

>>> Termine nach Vereinbarung

HOMÖOPATHIE

Praxis für klassische Homöopathie | Komplementär Medizin Andrea Strasser

Groppacher Straße 6, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 76960676

E-Mail: andrea@praxis-strasser.de, Internet: www.praxis-strasser.de

>>> Termine nach Vereinbarung



OSTEOPATHIE

Regina Bucher | Rundum

Groppacher Straße 6, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 61065

E-Mail: info@praxisbucher.de, Internet: www.rundum-gruenkraut.de/osteopathie.htm

Bei der Osteopathie handelt es sich um ein ganzheitliches, manual-therapeutisches Behandlungskonzept.

>>> Termine nach Vereinbarung

Praxis für Naturheilkunde und Osteopathie | Maria Kling

Bodnegger Straße 13, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 95866206

E-Mail: maria.kling@naturheilpraxis-maria.com, Internet: naturheilpraxis-maria.com

>>> Termine nach Vereinbarung

LOGOPÄDIE „KLARTEXT“

Sabrina Förg | Rundum

Groppacher Straße 6, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 76965990

E-Mail: info@logopaedie-klartext.de, Internet: www.logopaedie-klartext.de

Behandlung von Stimm-, Sprech-, Sprach- und Schluckstörungen

>>> Termine nach Vereinbarung

3. GESUNDHEIT

*„Jeder Schritt hinterlässt Spuren,
auch an unseren Füßen.“*

- Unbekannt -

HEILPRAKTIKER FÜR PSYCHOTHERAPIE UND PHYSIOTHERAPEUT

Alexander Hartweger

Rosenstraße 29, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 3552995

E-Mail: hp@hartweger.de, Internet: www.hartweger.de

Im Zentrum meiner therapeutischen Arbeit stehen Sie - steht der Mensch!
Meine therapeutische Überzeugung ist, die Autonomie und Würde des Menschen zu wahren
und ihn darin anzuleiten, sich selbst zu helfen.

>>> Termine nach Vereinbarung

PODOLOGIE, FUSSPFLEGE

Praxis für Podologie | Florian Wimmer

Florian Wimmer, Bodnegger Straße 1, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 76906767

E-Mail: praxis@podologie-wimmer.de, Internet: www.podologie-wimmer.de

>>> Termine nach Vereinbarung Mo bis Do: 8.00 bis 17.30 Uhr
Freitag: Hausbesuche
und Termine nach Absprache

Med. Fußpflege | Bruni Weishaupt

Ottershofen 25, 88287 Grünkraut, Tel: 07520 / 914007

Hornhaut- und Hühneraugenentfernung, Schneiden und Tamponieren von eingewachsenen
Nägeln, professionelles Kürzen der Nägel, Hausbesuche bei Bedarf

>>> Termine nach Vereinbarung

4. UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

*„Es gibt viele kleine Aufgaben,
die plötzlich ganz groß werden.“*

- Unbekannt -

HILFE IN HAUSHALT UND GARTEN

Hilfen im Alltag Bürgergemeinschaft Grünkraut e.V.

z.B.: Mülleimer rausbringen | Kehrwoche durchführen | Straße kehren | Rasen mähen |
Einfache Arbeiten im Garten | Getränkeboxen in den Keller bringen | Schnee schippen
Wertstoffhof

>>> Ansprechpartner: Bürgergemeinschaft Grünkraut e.V.
Bürgerbüro: Sabine Jehle, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 7602 - 45 oder
Sabine Jasniger, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel. 0751 / 7602 - 18

Hilfen im Alltag Nachbarschaftshilfe Grünkraut

z.B.: Begleitsdienste zum Arzt oder zum Einkaufen | Einfache entlastende hauswirtschaftliche
Aufgaben (kein Großputz) | Mithilfe bei der Wäschepflege | Besuchsdienst | Begleitung bei
Spaziergängen, Gottesdienstbesuchen, Veranstaltungen | Übernahme von Besorgungen

Bei einem Pflegegrad können die Leistungen über die Pflegekasse abgerechnet werden

>>> Ansprechpartner: Kath. Kirchengemeinde Grünkraut
Nicole Hoffmann, Holunderweg 17, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 6529510 oder
Leonie Baier, Ritteln 23, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 6525577
Beratung gerne auch zu Hause



BÜRGER-HILFE DER STIFTUNG BRUDERHAUS RAVENSBURG

Die Bürger-Hilfe ermöglicht ein betreutes Wohnen zu Hause.

Sie steht mit Rat und Tat an Ihrer Seite.

- › Beratungs- und Ansprechpartner
- › Sorgt für die Begleitung und Sicherheit der Seniorinnen und Senioren
- › Grundleistungen und Wahlleistungen ermöglichen eine Zusammenstellung der Unterstützungsangebote nach Ihrem Bedarf
- › Ansprechpartner für eine Vielzahl von Leistungen

>>> Ansprechpartner: Stiftung Bruderhaus Ravensburg
Leitstelle Bürger-Hilfe, Mauerstraße 19, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 / 764706 - 63
E-Mail: buergerhilfe@stiftung-bruderhaus.de
Internet: www.stiftung-bruderhaus.de

SOZIALER FAHRDIENST DER BÜRGERGEMEINSCHAFT GRÜNKRAUT E.V.

>> Grünkraut nimmt „mich“ mit <<

Der ehrenamtliche soziale Fahrdienst steht allen Menschen zur Verfügung, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Der soziale Fahrdienst der Bürgergemeinschaft Grünkraut e.V. ist eine Ergänzung zu den Fahrdiensten, die die weiteren Anbieter und Veranstalter vor Ort zu ihren jeweiligen Angeboten bereitstellen.

Buchung der Fahrt von Dienstag bis Freitag jeweils zwischen 8.30 und 11.00 Uhr; mind. 2 Tage vor Fahrtantritt. Der gefahrene Kilometer kostet 0,30 € und wird direkt mit dem Fahrgast abgerechnet.

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro
Sabine Jasniger, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 7602 - 18

4. UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

„Wir leben alle von dem, was uns Menschen in bedeutungsvollen Stunden unseres Lebens gegeben haben.“

- Novalis -

MITTAGSTISCH FÜR SENIORINNEN, SENIOREN UND GÄSTE

Offener Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Gäste

„Essa, schwätza, zsamma lacha - Grünkraut isst miteinander“- Wir laden Sie zum Mittagstisch für Seniorinnen, Senioren und Gäste ins Haus der Mitte ein. Den aktuellen Speiseplan entnehmen Sie bitte dem Mitteilungsblatt.

Dienstags und donnerstags um 12.00 Uhr

Das Essen muss bis 10.00 Uhr am jeweiligen Tag bestellt werden.

Haus der Mitte

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro:
Sabine Jehle, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751/7602 - 45

MOBILER EINKAUFSWAGEN

Der Malteser Hilfsdienst bietet eine kostenlose wöchentliche Einkaufsfahrt nach Ravensburg an.

- > Ein größeres Einkaufszentrum, das Ihnen viele Möglichkeiten bietet, wird angefahren
- > Die Fahrten sind begleitet und auf Wunsch werden Sie beim Einkaufen unterstützt
- > Ihre Einkäufe werden bei Bedarf bis an ihre Wohnungstüre gebracht
- > Die Teilnahme an der Einkaufsfahrt ist kostenlos

Anmeldung bitte 3 Tage vor dem jeweiligen Termin.

Den Termin erfahren Sie über die Dienststelle oder das Mitteilungsblatt.

>>> Ansprechpartner: Träger: Malteser Hilfsdienst e. V.
Kreisgeschäftsstelle Ravensburg
Ettishofer Straße 3, 88250 Weingarten, Tel: 0751/36613 - 0
E-Mail: info@malteser-ravensburg.de
Anmeldung: Frau Wolf, Tel. 0751/3661318



MAHLZEITENSERVICE – ESSEN AUF RÄDERN

Menüservice Deutsches Rotes Kreuz Ravensburg

Ulmer Str. 95, 88212 Ravensburg
Tel: 0751/56061 - 66
(Kaltlieferung für 1 Woche)

Essen auf Rädern

Die Johanniter Oberschwaben – Bodensee

Pfannenstiel 31, 88214 Ravensburg
Tel: 0751/3614911
(Nur Kaltanlieferung einmal wöchentlich möglich)

Mahlzeitendienst

Malteser Hilfsdienst gGmbH

Ettishofer Str. 3, 88250 Weingarten
Tel: 0751/3661345
E-Mail: Menueservice.bodensee@malteser.org

Sozialstation St. Martin

in Kooperation mit Metzgerei Fiegler (Vogt)

Rathausstr. 16, 88281 Schlier

Weitere Serviceangebote in der Gemeinde und Umgebung können Sie im Bürgerbüro,
Tel: 0751/7602 - 45, erfragen.

4. UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

*„Vetraue auf dein Glück und
du ziehst es herbei.“*

- Seneca -

LAPTOP UND SMARTPHONE

Hilfe und Beratung zu Smartphone und Laptop

Bitte immer die eigenen Geräte mitbringen!

Termine im Mitteilungsblatt

Haus der Mitte
Weidenstraße 2

>>> Ansprechpartner: Walter Spieler, Birkenweg 6, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /63270

SOZIALLOTSE

Der Soziallotse

- > hilft bei Anträgen auf soziale Leistungen
- > beim Ausfüllen von Anträgen
- > begleitet bei Bedarf auf die Ämter
- > vermittelt die jeweils zuständigen Personen/Ansprechpartner

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro
Sabine Jehle, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /7602 - 45



VORSORGE MAPPE & NOTFALL MAPPE

Die **Vorsorgemappe** enthält zahlreiche Vordrucke mit Informationen zu wichtigen persönlichen Daten und Ansprechpartnern. Sie enthält klare Hinweise und Handlungsanweisungen für den Notfall.

Vordrucke zu

- › Patientenverfügung
- › Vorsorgevollmacht
- › Vorsorgeregelungen
- › Nachlassregelungen

sind in der Mappe enthalten und erleichtern das Handeln.

Schutzgebühr: 5,00 Euro

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro, Ingrid Klink, Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 7602 - 26

FRISEUR

Friseur + Zweithaar Mahle | Inh. Nelly Nitschke

Lagerstraße 9, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 63230

E-Mail: n.nitschke@zweithaar-mahle.de, Internet: www.zweithaar-mahle.de

Studio mit angenehmer Atmosphäre, barrierefreiem Zugang und Parkmöglichkeiten direkt am Haus.

>>> Öffnungszeiten: Di, Mi, Do: 8.30 - 12.30 Uhr
Fr: 8.00 - 12.00 Uhr und 15.30 - 20.00 Uhr
Sa: 8.30 - 13.00 Uhr
Termine auch nach Vereinbarung

4. UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

*„Nichts ist entspannender,
als das anzunehmen, was kommt.“*

- Dalai Lama -

FRISEUR

„Ihr Frisör“

Petra Schmitt, Bodneggerstr. 6, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 64700

E-Mail: petraschmitt152@gmail.com

>>> NUR MIT TERMIN MÖGLICH!

DIMA – HAUSHALTSNAHE DIENSTLEISTUNGEN

Serviceleistungen für Seniorinnen und Senioren und Unterstützungsbedürftige zu Hause

- › Haushaltsreinigung / Unterhaltsreinigung
- › Grundreinigung / Intensivreinigung

Kann bei einem Pflegegrad mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

>>> Ansprechpartner: DiMA, Dankestweiler 200, 88263 Horgenzell
E-Mail: martin.maile@dima-maile.de
Region Ravensburg / Wangen:
Jürgen Dechant, Wangenerstr. 163, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 / 95875439, E-Mail: jd@dima-maile.de

MITFAHRBÄNKLE IN DER GEMEINDE

Bürgerinnen / Bürger nehmen „mich“ mit. In Grünkraut gibt es 2 Mitfahrmöglichkeiten die aktiv von Bürgerinnen / Bürgern genutzt werden können. Jeder der auf dem Mitfahrbänkle sitzt, kann von A nach B mitgenommen werden. Das Mitnehmen ist eine nette Geste.

>>> Standort: EDEKA-Supermarkt, Ravensburgerstr. 22 und
Praxiszentrum „Altes Rathaus“, Bodneggerstr. 7

5. SEELSORGE

*„Der Glaube ist der Anfang,
aller guten Werke.“*

- Martin Luther -

KATHOLISCHE KIRCHE

Sie sind uns wichtig und herzlich willkommen

Zu unseren Gottesdiensten und Andachten sind Sie herzlich eingeladen und im Krankheitsfall bringen wir Ihnen die Kommunion nach Hause.

Bei Bedarf sind wir für eine seelsorgerische Unterstützung durch unseren Pfarrer und die pastoralen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Sie da.

Der Feierabendkreis trifft sich einmal monatlich zum gemütlichen Beisammensein.

Die Mitglieder unseres Krankenpflegevereins erhalten bei der Versorgung durch die Sozialstation St. Martin Schlier und die Nachbarschaftshilfe eine Unterstützung.

In unserer Kirchengemeinde gibt es einen aktiven Besuchsdienst.

Wir laden Sie herzlich zu unseren Veranstaltungen und Kursen in der Kirchengemeinde ein. Die Leitung und Durchführung übernehmen der Frauenbund, die kath. Erwachsenenbildung oder das Alpha-Team.

Gerne sind wir für Sie da!

>>> Ansprechpartner: Katholisches Pfarramt
Sekretariat: Silvia Blankenhorn
Pfarweg 15, 88285 Bodnegg
Tel: 07520/2145
E-Mail: stgallusundnikolaus.gruenkaut@drs.de
Internet: www.seelsorgeeinheit-vorallgaeu.de



EVANG. KIRCHENGEMEINDE

Atzenweiler-Vogt

- › Wir sind für Sie da. Nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf, wenn Sie ein Anliegen haben
- › Ab dem 75. Lebensjahr bekommen Sie einen Geburtstagsbesuch durch unseren Besuchsdienst oder durch den Pfarrer (runde oder halbrunde Geburtstage)
- › Bei persönlichen Anliegen und bei Bedarf kommen wir nach Voranmeldung zum Gespräch oder für die Hausabendmahlsfeier zu Ihnen nach Hause
- › Sie können auch Angebote wie z.B. TrauerZeitRaum-Seminare nutzen oder das gemeinsame Mittagessen im Gemeindehaus in Vogt

>>> Ansprechpartner: Evang.Pfarramt
Atzenweiler-Vogt II
Pfarrer Manfred Bürkle
Atzenweiler 2, 88278 Grünkraut, Tel: 0751 /62701
E-Mail: manfred.buerkle@elkw.de
oder pfarramt.atzenweiler-vogt@elkw.de

TELEFONSEELSORGE

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bieten rund um die Uhr kostenfreie Beratungsgespräche und Seelsorge am Telefon.

>>> Ansprechpartner: Tel: 0800 /1110111
und
Tel: 0800 /1110222

6. WOHNEN IM ALTER

*„In einem Haus, in dem die Freude lebt,
zieht auch das Glück ein.“*

- Cicero -

BARRIEREFREIES WOHNEN IN GRÜNKRAUT

„Haus der Mitte“

Die Seniorenwohnanlage bietet barrierefreies Wohnen, einen Gemeinschaftsraum und gemeinschaftliche Aktivitäten auf freiwilliger Basis an.

Begleitung und Beratung über das Bürgerbüro

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro
Sabine Jehle
Senioren- und Ehrenamtsbeauftragte
Tel: 0751 / 7602 - 45, E-Mail: sabine.jehle@gruenkraut.de

BETREUTES WOHNEN

Verschiedene Träger bieten in den Nachbargemeinden sog. „Betreutes Wohnen“ mit unterschiedlichen Unterstützungsformen an.

Entsprechende Angebote entnehmen Sie bitte der Pflegedatenbank des Landkreises Ravensburg | Internet: www.pflegedatenbank.landkreis-ravensburg.de

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro
Sabine Jehle
Senioren- und Ehrenamtsbeauftragte
Tel: 0751 / 7602 - 45, E-Mail: sabine.jehle@gruenkraut.de

7. PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

*„Die meisten Menschen wünschen sich,
zu Hause gepflegt und versorgt zu werden.“*

- Unbekannt -

AMBULANTE PFLEGEDIENSTE

Sozialstation St. Martin

- › Häusliche Pflege/Grundpflege
- › Verhinderungspflege
- › Medizinische Behandlungspflege
- › Hauswirtschaftliche Versorgung
- › Betreuungsnachmittage für demenzkranke Menschen
- › Pflegeschulungen
- › Beratung
- › Stundenweise Betreuung
- › Essen auf Rädern

>>> Ansprechpartner: Träger: Kath. Kirchengemeinde Schlier
Sozialstation St. Martin, Rathausstr. 16, 88281 Schlier
Tel: 07529/855
Fax: 07529/3794
E-Mail: info@sozialstation-schlier.de

Stiftung Bruderhaus Ravensburg

- › Häusliche Krankenpflege/Grundpflege
- › Verhinderungspflege/Urlaubspflege
- › Medizinische Behandlungspflege
- › Hauswirtschaftliche Versorgung

>>> Ansprechpartner: Träger: Stiftung Bruderhaus Ravensburg
Pflegedienst Bruderhaus GmbH, Ralf Weißenrieder
Mauerstr. 19, 88212 Ravensburg, Tel: 0751/793400
E-Mail: ralf.weissenrieder@stiftung-bruderhaus.de
Internet: www.stiftung-bruderhaus.de



NACHBARSCHAFTSHILFE

Leistungen

- › Entlastung pflegender Angehöriger
- › Betreuung von Pflegebedürftigen
- › Betreuung von demenzkranken Menschen
- › Beratung und Organisation individueller Lösungen im Alltag für Hilfebedürftige
- › Weitere Angebote der Nachbarschaftshilfe siehe Kapitel 4 „Unterstützung im Alltag“

Beratung gerne auch zu Hause

Bei einem Pflegegrad können die Leistungen über die Pflegekasse abgerechnet werden

>>> Ansprechpartner: Träger: Kath. Kirchengemeinde Grünkraut
Nicole Hoffmann, Tel: 0751 / 6529510
Leonie Baier, Tel: 0751 / 6525577

OSTEUROPÄISCHE BETREUUNGSKRÄFTE

Begleitung im Alltag

Rund um die Uhr versorgt durch osteuropäische Betreuungskräfte.

Beratung gerne auch zu Hause

>>> Ansprechpartner: Träger: Promedica Plus Ravensburg-Wangen
Katharina Pflughaar, Liebenhofen 18, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 / 76962604
E-Mail: ravensburg-wangen@promedicaplus.de
Internet: www.promedicaplus.de/ravensburg-wangen

7. PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

*„Menschen zu finden, die mit uns fühlen und empfinden,
ist wohl das schönste Glück auf Erden.“*

- Carl Spitteler -

UNTERSTÜTZUNG PFLEGENDER ANGEHÖRIGER

Im Landkreis Ravensburg gibt es ein Selbsthilfenetzwerk. Nähere Informationen zu den Selbsthilfegruppen erhalten Sie im Landratsamt Ravensburg bei der Kontaktstelle für Selbsthilfe und Bürgerschaftliches Engagement. Dort können Sie auch den Selbsthilfewegweiser bestellen.

>>> Ansprechpartner: Landratsamt Ravensburg
Tel: 0751 /85 - 3119
E-Mail: kontaktstelle-selbsthilfe@rv.de
Internet: www.selbsthilfe-rv.de

HOSPIZDIENST

Hospizdienst Vorallgäu

Begleitung von schwerkranken Menschen, Sterbenden und deren Angehörigen.

>>> Ansprechpartner: Miteinander Kirche in Atzenweiler, Waldburg und Vogt
Kath. Kirchengemeinde Vogt
Klara Öngel, Hoher-Ifen-Weg 1, 88289 Waldburg
Tel: 07529 /3642, E-Mail: klara.oengel@gmx.de

8. TAGESPFLEGE, KURZZEITPFLEGE

*„Die Dinge haben nur den Wert,
den man ihnen verleiht.“*

- Jean Baptiste Moliere -

TAGESPFLEGE GRÜNKRAUT/BODNEGG

Tagespflege Grünkraut/Bodnegg

- › Gemeinsam mit den Gästen wird der Tag mit unterschiedlichen Aktivitäten gestaltet
- › Pflege und Betreuungskräfte sind für die Gäste da und unterstützen sie
- › Sie haben auch die Möglichkeit sich zwischendurch auszuruhen
- › Gemeinsame Mahlzeiten bieten die Möglichkeit des Austausches und der Pflege von Erinnerungen
- › Es gibt einen Fahrdienst

Die Tagespflege ist derzeit in Planung und soll voraussichtlich im November 2020 realisiert werden.

>>> Ansprechpartner: Träger: Stiftung Bruderhaus Ravensburg
Pflegedienst Bruderhaus GmbH
Ralf Weißenrieder, Mauerstraße 19, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 / 793400
E-Mail: ralf.weissenrieder@stiftung-bruderhaus.de
Internet: www.stiftung-bruderhaus.de

Beratung und Informationen zur Tagespflege bekommen Sie auch bei der Senioren- und Ehrenamtsbeauftragten, Sabine Jehle, Tel: 0751 / 7602 - 45



BETREUUNGSGRUPPE GRÜNKRAUT

Betreuungsgruppe „Mittendrin“

Betreuungsnachmittage für Menschen mit Demenz im „Haus der Mitte“, Weidenstr. 2, 88287 Grünkraut.

Es gibt einen Fahrdienst
Donnerstags von 14.30 - 17.30 Uhr

>>> Ansprechpartner: Träger: Kath. Kirchengemeinde Schlier
Sozialstation St. Martin
Frau Astrid Meger, Rathausstr.16, 88281 Schlier
Tel: 07529 /855, Fax: 07529 /3794
E-Mail: info@sozialstation-schlier.de

KURZZEITPFLEGE IN PFLEGEHEIMEN

Viele Pflegeheime in der Region bieten neben Dauerpflegeplätzen auch einzelne sog. „eingestreute“ Kurzzeitpflegeplätze an. Einige Einrichtungen der Nachbargemeinden Ravensburg und Amtzell sind in Kapitel 9 aufgeführt. Weitere Heime finden Sie in der Pflegedatenbank des Landkreises im Internet unter: www.pflegedatenbank.landkreis-ravensburg.de

9. SENIoren- UND PFLEGEeinRICHtungen

„Die Summe unseres Lebens

sind die Stunden, wo wir lieben.“

- Wilhelm Busch -

In unserer Region gibt es zahlreiche Senioren- und Pflegeeinrichtungen. Im Folgenden sind die Einrichtungen der direkt an Grünkraut angrenzenden Gemeinden Ravensburg und Amtzell aufgeführt. Weitere Einrichtungen und ihre Kontakte entnehmen Sie bitte der Pflegedatenbank des Landkreises Ravensburg im Internet unter: www.pflegedatenbank.landkreis-ravensburg.de

HAUS DER PFLEGE ST. GEBHARD, AMTZELL

- › Dauerpflege
- › Heimgebundene Wohnungen
- › Kurzzeitpflegeplatz

>>> Ansprechpartner: Träger: Liebenau-Leben im Alter gGmbH
Haus der Pflege St. Gebhard, Eisenbachweg 2, 88279 Amtzell
Frau Ursula Rauch, Tel: 07520 / 9590
E-Mail: gebhard.amtzell@stiftung-liebenau.de
Internet: www.stiftung-liebenau.de/pflege

ALPENLAND SENIORENZENTRUM WESTSTADT RAVENSBURG

Ein Ort, den Sie gerne Ihr Zuhause nennen - Das Seniorenzentrum liegt direkt am Rande des Höllwalds inmitten einer weitläufigen Parkanlage. Zentral und in unmittelbarer Nähe vielseitiger Einkaufsmöglichkeiten gelegen, haben wir einen Ort geschaffen, der Sie dazu einlädt, weiterhin aktiv am Leben teilzunehmen.

- › Dauerpflege
- › Tagespflege

>>> Ansprechpartner: Träger: Alpenland Pflege- und Altenheim
Betriebsgesellschaft mbH
Albert-Schweitzer-Str. 14 - 18, 88213 Ravensburg
Herr Thomas Schön, Tel: 0751 / 7906 - 0
Internet: www.betreuung-und-pflege.de



STIFTUNG BRUDERHAUS RAVENSBURG/ HAUS OBERHOFEN

Die **Stiftung Bruderhaus** Ravensburg steht für verlässliche Pflege und Betreuung mit Herz und Verantwortung - und dies aus Tradition, denn das Bruderhaus ist als Stiftung für 12 notleidende Bürger im 15. Jahrhundert entstanden. Auch heute noch sind wir für Sie da: „herzlich – individuell - verlässlich“

- › Dauerpflege
- › Tagespflege
- › Betreutes Wohnen
- › Kurzzeitpflege (eingestret)
- › Offener Mittagstisch

››› **Ansprechpartner:** Träger: Stiftung Bruderhaus Ravensburg
Haus Oberhofen, Waidenhofener Str. 9, 88213 Ravensburg
Frau Sibylle Arana, Tel: 0751 /363580
E-Mail: info@stiftung-bruderhaus.de
Internet: www.stiftung-bruderhaus.de

STIFTUNG BRUDERHAUS RAVENSBURG/ BRUDERHAUS RAVENSBURG

Die **Stiftung Bruderhaus** Ravensburg steht für verlässliche Pflege und Betreuung mit Herz und Verantwortung - und dies aus Tradition, denn das Bruderhaus ist als Stiftung für 12 notleidende Bürger im 15. Jahrhundert entstanden. Auch heute noch sind wir für Sie da: „herzlich – individuell - verlässlich“

- › Dauerpflege
- › Tagespflege
- › Offener Mittagstisch
- › Kurzzeitpflege (eingestret)
- › Tagesbetreuung
- › Betreutes Wohnen

››› **Ansprechpartner:** Träger: Stiftung Bruderhaus Ravensburg
Haus der Altenhilfe, Grüner Turm Straße 38, 88214 Ravensburg
Frau Sibylle Arana, Tel: 0751 /363580
E-Mail: info@stiftung-bruderhaus.de
Internet: www.stiftung-bruderhaus.de

9. SENIOREN- UND PFLEGEINRICHTUNGEN

*„Erfahrungen vererben sich nicht –
jeder muss sie allein machen.“*

- Kurt Tucholsky -

HAUS DER BETREUUNG UND PFLEGE „AM MEHLSACK“

Das Haus am Mehlsack ist ein Ort den Sie gerne Ihr Zuhause nennen. So viel Selbstbestimmung wie möglich, so viel Pflege wie nötig.

- › Vollstationäre Pflege
- › Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- › Pflege bei Demenz in familiären Wohneinheiten
- › Die Wohngruppe Villa bietet bei Eingliederungshilfe die Möglichkeit eines selbstbestimmten Lebens

>>> Ansprechpartner: Träger: Alpenland Pflege- und Altenheim
Betriebsgesellschaft mbH
Seestraße 26-28, 88214 Ravensburg
Frau Claudia Weber, Tel: 0751 / 8807 - 0
Internet: www.betreuung-und-pflege.de

HAUS DER PFLEGE ST. MEINRAD

Unser Haus ist Teil des lebendigen Quartiersprojekts Galgenhalde in der Ravensburger Weststadt und bietet ein Zuhause im städtischen Lebensumfeld. Es liegt auf einer Anhöhe mit Blick auf das Schussental, die Alpen und die Ravensburger Weststadt.

Wir unterstützen und pflegen Sie: **„persönlich, herzlich und zugewandt“**

- › Dauerpflege
- › Kurzzeitpflege
- › Heimgebundenes Wohnen

>>> Ansprechpartner: Träger: Liebenau-Leben im Alter gGmbH
Galgenhalde 23, 88213 Ravensburg
Paulina Fratzcak, Tel: 0751 / 7901 - 100
E-Mail: meinrad.sozialdienst@stiftung-liebenau.de
Internet: www.stiftung-liebenau.de/pflege



SENIORENZENTRUM GUSTAV-WERNER-STIFT

- › Dauerpflege
- › Kurzzeitpflege (eingestreut)
- › Tagespflege
- › Wohnen mit Service

>>> Ansprechpartner: Träger: BruderhausDiakonie, Reutlingen
Adolf-Kolping-Str. 5, 88212 Ravensburg
Stefanie Angilé, Tel: 0751 / 36184 - 0
E-Mail: stefanie.angile@bruderhausdiakonie.de
Internet: www.bruderhausdiakonie.de

FACHPFLEGEHEIM WEISSENAU

Psychiatrisches Fachpflegeheim für psychiatrisch erkrankte Menschen mit Pflegebedarf

>>> Ansprechpartner: Träger: Zentrum für Psychiatrie Weissenau
Fachpflegeheim Weissenau
Weingartshofer Str. 2, 88213 Ravensburg
Johannes Leger, Tel: 0751 / 7601 - 2901
E-Mail: johannes.leger@zfp-zentrum.de
Internet: www.zfp-web.de

10. BERATUNG IM ALTER UND BEI BEHINDERUNG

*„Die Seele hat die Farben
deiner Gedanken.“*

- Marc Aurel -

PFLEGESTÜTZPUNKT

Der **Pflegestützpunkt** ist eine zentrale Beratungsstelle, in der sich Bürgerinnen und Bürger über die Möglichkeit von Pflege und deren Finanzierung sowie medizinische Versorgung und Sozialleistungen informieren können. Unsere Fachkräfte können Wegweiser für Lösungen sein. Die Beratung ist kostenfrei und erfolgt neutral und unabhängig.

Wir sind häufig in Beratungsgesprächen. Sie können aber eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Wir melden uns bei Ihnen. Beratung nach Terminvereinbarung.

>>> Ansprechpartner: Landratsamt Ravensburg
Gartenstraße 107, Zimmer U 11, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 /85 - 3319, Tel: 07522 /996 - 3667

SENIOREN- UND EHRENAMTSBEAUFTRAGTE

- › Beratung und Hilfe zu allen Themen des Alters und der Pflege
- › Vermittlung an Fachberatungsstellen
- › Unterstützung und Koordination des Ehrenamts in der Gemeinde
- › Vernetzung der Generationen unter Berücksichtigung der jeweiligen Bedürfnisse

>>> Ansprechpartner: Bürgerbüro
Sabine Jehle, Scherzachstraße 2, 88287 Grünkraut
Tel: 0751 /7602 - 45, E-Mail: sabine.jehle@gruenkraut.de

PFLEGEDIENSTE UND PFLEGEKASSEN

Beratung und Informationen zu allen Themen der Pflege und Versorgung bekommen Sie bei allen **Pflegediensten** und **Pflegekassen**.



SOZIALVERBAND VDK

- › Beratung, Hilfe und rechtliche Vertretung im Sozialrecht
- › Mitgliederversammlungen im Ortsverband

››› Ansprechpartner: Träger: Sozialverband VDK, Kreisvorsitzende Hannelore Sieling
Parkstr. 25, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 / 76962 - 0, E-Mail: kv-ravensburg@vdk.de

EUTB – ERGÄNZENDE UNABHÄNGIGE TEILHABE-BERATUNG

Beratung und Begleitung von Menschen mit Behinderung oder Beeinträchtigung durch chronische Erkrankung und deren Umfeld in allen Fragen zu Rehabilitation und Teilhabe.

››› Ansprechpartner: Träger: Arkade e.V., EUTB Ravensburg-Sigmaringen
Schubertstr. 1, 88214 Ravensburg, Tel: 0751 / 9992397 - 0
E-Mail: info@eutb-rv-sig.de, Internet: www.eutb-rv-sig.de

DRK-WOHNBERATUNG

Beratung über bauliche und räumliche Anpassung in Wohnung und Haus, Barrierefreiheit, Sicherheit im häuslichen Umfeld, Einsatz von Hilfsmitteln, technische Unterstützung und Finanzierung von Wohnungsanpassung.

››› Ansprechpartner: Träger: DRK-Kreisverband Ravensburg e.V.
Theresa Adam, Ulmer Strasse 95, 88212 Ravensburg
Tel: 0751 / 56061- 55 oder Tel: 0751 / 56061 - 0
E-Mail: theresa.adam@rotkreuz-ravensburg.de
Internet: www.drk-rv.de

11. WICHTIGE BEHÖRDEN | ANSPRECHPARTNER

*„Leben lässt sich nur rückwärts verstehen,
muss aber vorwärts gelebt werden.“*

- Sören A. Kirkegaard -

RATHAUS/BÜRGERBÜRO

Beratung und Unterstützung bei allen Angelegenheiten in der Gemeinde

>>> Ansprechpartner: Gemeindeverwaltung Grünkraut
Scherzachstr. 2, 88287 Grünkraut, Tel: 0751 / 7602 - 0
E-Mail: info@gruenkraut.de, Internet: www.gruenkraut.de

DEUTSCHE RENTENVERSICHERUNG BADEN-WÜRTTEMBERG

Beratung und Unterstützung bei

- › Rentenleistungen
- › Rehabilitation
- › Prävention

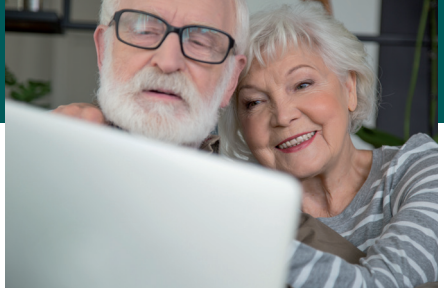
>>> Ansprechpartner: Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg
Regionalzentrum Ravensburg
Eisenbahnstr. 37, 88212 Ravensburg, Tel: 0751 / 88080

SOZIAL- UND INKLUSIONSAMT

Beratung und Unterstützung bei

- › Grundsicherung im Alter
- › Wohnungssicherung
- › Schuldnerberatung
- › Hilfe zum Lebensunterhalt
- › Hilfe zur Pflege
- › Feststellung einer Schwerbehinderung
- › Eingliederungshilfe

>>> Ansprechpartner: Landratsamt Ravensburg, Sozial- und Inklusionsamt
Gartenstr. 107, 88212 Ravensburg, Tel: 0751 / 85 - 3110



BETREUUNGSBEHÖRDE

Von der Betreuungsbehörde des Landkreises erhalten Bürgerinnen und Bürger Beratung zum Betreuungsrecht, zu Versorgungsvollmachten und Patientenverfügungen sowie Beglaubigungen der Vorsorgevollmacht.

>>> Ansprechpartner: Sozial- und Inklusionsamt - Betreuungsbehörde -
Gartenstraße 107, 88212 Ravensburg
Herr Rehm, Tel: 0751 /85 - 3344
Fr. Gössling, Tel: 0751 /85 - 3330

BETREUUNGSVEREIN ST. MARTIN

- › **Informiert** Interessierte zu vorsorgenden Verfügungen (Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung)
- › Unterstützt und berät ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer sowie Bevollmächtigte

>>> Ansprechpartner: Betreuungsverein St. Martin
Kuppelnastr. 8, 88212 Ravensburg, Tel: 0751 /17870
E-Mail: betreuungsverein.st.martin@t-online.de
Internet: www.betreuungsverein-st-martin.de

WEISSER RING AUSSENSTELLE RAVENSBURG

Wir sind ihr lokaler Ansprechpartner in Sachen Kriminalprävention und Opferhilfe.
Wir sind zuständig für Hilfesuchende im Landkreis Ravensburg.

>>> Ansprechpartner: Josef Hiller, Hopfenweg 8, 88287 Grünkraut
Tel. 0751 /85 - 1054 oder 0151 /54503907
E-Mail: weisser.ring.rv@t-online.de
Internet: www.ravensburg-baden-wuerttemberg.weisser-ring.de

NOTFALLMELDUNG:

5W-FRAGEN

- WO** ist etwas passiert
WAS ist genau passiert
WIE viele Personen sind betroffen
WELCHE Art der Verletzung / Not liegt vor
WARTEN auf Rückfragen



WANN WÄHLT MAN DEN NOTRUF 112?

Die 112 ist in ganz Europa die Notrufnummer, die rund um die Uhr von Menschen in Not angerufen werden kann. Sie ist kostenlos, sowohl vom Festnetzanschluss als auch vom Handy zu erreichen und kann sogar angerufen werden, wenn kein Mobilfunknetz verfügbar ist. Bei Unfällen, Bränden oder in akuten, eventuell lebensbedrohlichen Notfallsituationen muss die 112 gewählt werden. Auch wenn die Situation unklar oder der Verletzungsstand nicht ersichtlich ist, darf und sollte dieser Notruf gewählt werden.

WANN WÄHLT MAN DIE 110?

Der Notruf der Polizei sollte immer dann gerufen werden, wenn man sich bedroht fühlt, man sich in einer gefährlichen Situation befindet oder sich eine Notsituation anbahnt. Auch als Zeuge einer Straftat oder Gefahrenlage, die die Hilfe der Polizei erfordert, ist die 110 zu wählen.

WANN WÄHLT MAN DIE 116117?

Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigungen

Es gibt zahlreiche Situationen, die nicht lebensbedrohlich sind, in denen aber ärztliche Hilfe dringend erforderlich ist. Falls diese Hilfe außerhalb der Sprechzeiten des Hausarztes benötigt wird, kann man bundesweit die 116117 wählen. Unter dieser Notrufnummer erreicht man den ärztlichen Bereitschaftsdienst und erfährt dort den Standort der nächsten Bereitschaftsdienstpraxis, die man selbst aufsuchen kann. Bei Bedarf kommt auch ein Arzt nach Hause.



WICHTIGE NOTFALLNUMMERN

Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst/Krankenwagen	112
Allgemeiner Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116117
Apotheken-Notdienst	0800/0022833
Krankentransport	0751/19222
Oberschwabenklinik St. Elisabeth	0751/87-0

Hausarzt

Angehörige, Vertrauensperson
