

Im Alter zuhause wohnen bleiben - wie kann das gelingen?

Diesen Inhalt finden sie unter dem LINK <https://www.wi-helpt-di.de/hilfe/adressen/>



oder sie laden sich den QR-Code auf Ihr Handy

 Begleitung/Betreuung/Freizeitangebote für Seniorinnen und Senioren	
Begleitender Ausflug mit dem Auto, für Männer oder Frauen	https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/op-n-swutsch/ (04432) 950 – 141
Begleitung im Alltag, ehrenamtlich	https://www.wi-helpt-di.de/der-verein/informationen-für-hilfesuchende/ Ina Schäfer (04432) 950 - 141
Betreuung (Tagespflege= ganzen Tag)	Tagespflege Ev. Altenpflege Alexanderstift: (04431) 99730 Geesthöfe: http://www.geesthöfe.info/WOHNGRUPPEN-TAGESPFLEGE/ (04431) 73550
E-Dreiradtandem ausleihen	https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/e-dreirad-tandem/
Einkaufshilfe	Hofladen, Elke Krebs: (04433) 918384
Essen auf Rädern	https://www.wi-helpt-di.de/hilfe/adressen/
Familientlastender Dienst	http://www.norle.de (04433) 968 - 0
Feierabendcafe im Lopshof	http://www.lophof-verein.de (04433) 968 – 250 Am 1. Mittwoch im Monat
Finanzielle Unterstützung Wohngeld, Grundsicherung, Schwerbehindertenausweis u.a. Beratung/Unterstützung Rente u.a.	Ute Vogt https://www.doetlingen.de/leben/soziales/senioren/ (04432) 950 - 120
Gemeinschafts- veranstaltungen (Ausflüge, Vorträge...)	„Gemeinsame Sache“ https://www.doetlingen.de/leben/soziales/senioren/ (04432) 950 - 120 https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/doetlinger-senioren/ (04432) 91 26 72 div. Dorfgemeinschaften der großen Orte
Handy, Tablet, Internet (Fragen u. Fortbildungen)	LEB: https://oldenburg.leb-niedersachsen.de/leb-großenkneten.html

Leben und Wohnen im Alter in der Gemeinde Dötlingen

Stand: (20.05.2021)



	(04487) 750799 - 0 VHS: https://www.vhs-wildeshausen.de wi helpt di e.V.: https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/tablet/
Hörgeräteakustiker	Hartung (04431)92529 Panneke (04431) 7098 223 Rademacher (04431) 92529 Riedel (04431) 4200
Kreativität	https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/kreativgruppe/ (04432) 91 26 72
Kunst und Kultur <i>Ateliers und Galerien</i> <i>Gartenkultour</i> <i>Lesezirkel</i> <i>Theater</i> <i>Veranstaltungen</i>	u.a. div. Vereine und Institutionen der Gemeinde Dötlingen https://www.bhv-doetlingen.de/ https://www.doetlinger-gartenkultour.de https://www.doetlingen.de/portal/seiten/ateliers-und-galerien-90000083-25250.html?vs=1 https://www.ev-kirche-doetlingen.de https://www.doetlingen-stiftung.de https://www.landfrauen-wildeshausen-doetlingen.de
Mobilität <i>„Nimm mich mit...“</i> <i>Taxiunternehmen</i>	https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/nimm-mich-mit-bank/ https://www.taxi332.de/willkommen.html (04432) 332
Musik - Posaune	https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/posaunenchor/ (04432) 91 26 72
Musik – Singen - <i>Chörchen -Ev.luth. Kirchengeme. Dötlingen</i> - <i>Gemischter Chor Dötlingen</i> - <i>Gemischter Chor TonArt Brettorf</i> - <i>Männergesangverein Dötlingen</i>	https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/choerchen/ (04432) 91 26 72 Christiane Behrens: behrens.ch@ewetel.net https://www.gch-tonart-brettorf.de/chor/ 0176 23774354 http://mgv-doetlingen.de/ (04431) 92737
Musikschule <i>des Landkreises Oldenburg</i>	https://musikschule-lk-oldenburg.de/
Optiker	Fielmann (04431) 738120 Hartung (04431) 1839 Michaelis (04431) 6661 Rademacher (04431) 92529 Riedel (04431) 3400
Rechtliche Infos <i>Betreuungsverein OL e.V.</i>	www.btv-ol-land.de (04431) 72767
Schießen <i>(Schützenvereine)</i>	www.schuetzenverein-neerstedt.de (04432) 912899 https://schuetzenverein-brettorf.de/ (04432) 16 98 https://www.eversports.de/s/schutzenverein-dotlingen (04433) 12 45

Leben und Wohnen im Alter in der Gemeinde Dötlingen

Stand: (20.05.2021)



Seelsorge/Besuchsdienst	https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/besuchsdienstkreis/ (04432) 91 26 72
Selbsthilfekontaktstelle Selbsthilfegruppen <i>Demenz Diabetes Seheinschränkungen u.a.</i>	https://www.mischmit.org/beratung-selbsthilfe (04431)7097585 https://www.mgh-wildeshausen.de (04431) 71778
Seniorentreff im Lopshof	http://www.lopshof-verein.de (04433) 968 – 250 Am 2. Donnerstag im Monat
Sonntagstreff <i>im Haus der Generationen</i>	https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/nachbarschaft-am-sonntag/ (04432) 950 – 141
Sport - div. Gruppen <i>Swingolf Golf Boule Mehrgenerationenplatz Gymnastik 60+</i>	https://www.swingolf-iserloy.de/ (04433) 94024 https://www.1golf.eu/club/golf-club-wildeshauser-geist-ev/ (04431) 1232 https://www.golfclub-hatten.de/ (04481) 8855 https://www.bhv-doetlingen.de/ https://www.wi-helpt-di.de/die-projekte-1/mehrgenerationenspielplatz/ https://www.ev-kirche-doetlingen.de/gemeinde/gymnastikgruppe/ (Frau Lux): 04432 91 26 72
Sport Gut Altona <i>Tennis</i>	https://www.tca-wildeshausen.de/
Sport Neerstedt (Bsp.): <i>Tischtennis, Gymnastik Fitnessgruppe 60+, Tennis Zumba</i>	https://www.turnverein-neerstedt.com/ info@turnverein-neerstedt.com/
Sport TUS Ostrittrum	http://www.ostrittrum.de
Sport TV Brettorf (Bsp): <i>Radfahrgruppe Fitnessraum Prellballgruppe, Gymnastik</i>	https://tvbrettorf.de/ (04432) 1417
Sport TV Dötlingen (Bsp): <i>Gymnastikgruppen, 60+ Volleyball, Badminton</i>	https://tv-doetlingen.de/ (04433) 1349 oder (04433) 471
Telefonseelsorge Gespräche in Coronazeiten	Rund um die Uhr: 0800 – 1110111 oder 1110222 wi helpt di : (04432) 950141 Maria Heumann: (04433) 1619
Vorträge/Fortbildungen	u.a. div. Vereine und Institutionen der Gemeinde Dötlingen Seniorenunion Dötlingen: https://www.landfrauen-wildeshausen-doetlingen.de/ https://www.vhs-wildeshausen.de/



Zuhause wohnen bleiben – wie?

Ärztliche Bereitschaftsdienstpraxis	Ärztliche Versorgung rund um die Uhr 116 117
Anerkannte Pflegedienste im Kreisgebiet	https://www.oldenburg-kreis.de/portal/seiten/heimaufsicht-900000232-21700.html
Apotheke	https://www.apotheke-neerstedt.de (04432) 94223
Arzt	https://landarztpraxis-doetlingen.de/ (04432) 9884875
Ergotherapie Physiotherapie	Riep: https://www.ergo-physio-riep.de/ (04432) 1555
Gesundheitszentrum mit Bad	https://sanitas-wildeshausen.de/ (04431) 92640 https://www.praxis-westerkamp.de/ (04431) 5531
Hilfen im Garten und Haus	https://www.wi-helpt-di.de/hilfe/
Hausnotruf	0800 9966008 oder Malteser, DRK, Johanniter, Pflegedienste
Hospiz Ganderkesee Oldenburg	https://www.hospizfalkenburg.de/das-haus/ (04222) 94 702 10 https://www.hospiz-oldenburg.de/ (0441) 9992090
Krankenhaus Notdienst	https://krankenhausjohanneum.de/ (04431) 982-0 Medizinisches Versorgungszentrum Johanneum: (04431) 982-0 Ärztliche Bereitschaftsdienstpraxis: ohne Vorwahl: 116 117
Logopädie	https://www.sprechstunde-logo.de/ (04432) 9128181
Stationäre Pflege Alten- und Pflegeheime und Tagespflegereinrichtungen im Landkreis Oldenburg	https://www.oldenburg-kreis.de/portal/seiten/heimaufsicht-900000232-21700.html
Sterbebegleitung Palliativ Ambulant Stationär	https://www.palliativ-stuetzpunkt.de/palliativstuetzpunkte/palliativstuetzpunkt-lk-oldenburg-delmenhorst/ (04222) 9414580 http://www.hospizhilfe-wildeshausen.de/ (04431) 71717
Versorgung mit Hilfsmitteln Sanitätshaus	https://www.med-harms.de/ (04431) 95560 https://www.meiser-bohmhoff.de/ (04431) 20 33
Wohnanpassung	https://www.seniorenvertretung-kreisoldenburg.de/
Wohngemeinschaften	https://www.oldenburg-kreis.de/gesundheit-und-soziales/aufgaben-der-sozialen-sicherung/heimaufsicht/
Zahnarzt	https://zahnarzt-doetlingen.de/

(04433) 969315

**Zu allen drei Säulen geben folgende
Einrichtungen/Vereine/Institutionen Auskünfte:**

Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN) für den Landkreis Oldenburg: -

Bereich Senioren: (04431) 85442

Bereich Pflege: (04431) 85603 u. 85604

<https://www.oldenburg-kreis.de/gesundheits-und-soziales/senioren-und-pflegestuetzpunkt-niedersachsen/seniorenstuetzpunkt/>

Tipps zur sozialen Sicherung bei Pflege:

<https://www.oldenburg-kreis.de/gesundheits-und-soziales/aufgaben-der-sozialen-sicherung/hilfe-zur-pflege/>

Tipps rund ums Alter – Bereich Demenz:

<https://www.oldenburg-kreis.de/gesundheits-und-soziales/beauftragte-fuer-fragen-des-alters/>

Pflegedienste:

<https://www.oldenburg-kreis.de/portal/seiten/heimaufsicht-900000232-21700.html>

VDK:

(0441) 210290 www.vdk.de/kv-oldenburg-land

Krankenkassen:

Seien sie mutig, rufen sie ihre Kasse einfach an!

wi helpt di e.V.:

Kontaktperson für Fragen und Anregungen an wi helpt di e.V.:

Gemeinde Dötlingen, Ina Schäfer, Tel. 04432/950141 oder ina.schaefer@doetlingen.de

www.wi-helpt-di.de