



Informationen und Angebote für ältere Bürger –
in Stralsund und Umgebung.

Ihre Sanitätshäuser in Stralsund

REHAFORM
IHR SANITÄTSHAUS



Rehabilitationstechnik · Orthopädienschuhtechnik · Orthopädietechnik · Sanitätshaus · Homecare



**Sanitätshaus
Bernstein**

Hans-Fallada-Straße 1
18435 Stralsund



**Sanitätshaus
Tribseer Center**

Rostocker Chaussee 16
18437 Stralsund



**Hauptniederlassung
Stralsund**

Am Kronhalsgraben 28
18437 Stralsund

Ihre Mobilität ist unser Ziel

**In den Rehaform Sanitätshäusern
stehen wir Ihnen mit dem gesamten
Spektrum der Hilfsmittelversorgung
zur Seite.**

**Gern beraten wir Sie
an unseren Standorten
oder in Ihrer Häuslichkeit!**

Rehaform GmbH & Co. KG · Service-Tel: 03831-28 26 0 · www.rehaform.de

Caritas. Ein sicheres Netz. Rund-um-die-Uhr.



- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Servicewohnen
- Sozialstation (Pflege zu Hause)

Seniorenzentrum St. Josef

Jungfernstieg 2-3A

18437 Stralsund

Tel.: 03831 242-0

www.caritas-altenhilfe.de

Caritas Altenhilfe
Gemeinnützige GmbH



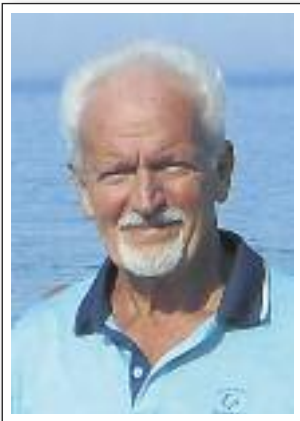


Liebe Seniorinnen und Senioren, sehr geehrte Stralsunderinnen und Stralsunder, der Seniorenratgeber der Hansestadt Stralsund gehört seit vielen Jahren zur wichtigen Lektüre, wenn es um Empfehlungen für den Alltag, um Anregungen für die Freizeit und um Angebote für Hilfe und Unterstützung in schwierigen Lebenslagen geht. Auch in diesem Jahr wird die Broschüre insbesondere Ihnen, den Seniorinnen und Senioren, ein wichtiger Ratgeber sein.

Das Heft nimmt dabei besonders Bezug auf die speziellen Anliegen unserer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger und verweist auch auf die vielen Vorschläge und Hilfen, die aufgrund der besonderen Umstände in den einzelnen Lebenslagen manchmal nötig werden.

Sie finden eine umfangreiche Palette an Angeboten, die fast alle Bereiche des Zusammenlebens ansprechen. Seien es die besonderen medizinischen Versorgungsangebote, seien es Ansprechpartner in schwierigen Situationen oder seien es die vielen kulturellen, sportlichen oder geselligen Tipps. Ich hoffe, dass Ihnen diese Angebote genügend Anregungen bieten. Nutzen Sie diese, sowohl die Mitarbeiter der städtischen Ämter als auch die vielen ehrenamtlichen Helfer stehen Ihnen gerne zur Verfügung. Mein Dank gilt dem Seniorenbeirat, ohne dessen partnerschaftliches Engagement es diesen Ratgeber nicht geben würde.

Peter Paul, Präsident der Bürgerschaft der Hansestadt Stralsund



Liebe Seniorinnen und Senioren, der Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund wurde 1993 gegründet und ist damit ist der älteste kommunale Seniorenbeirat in Mecklenburg-Vorpommern.

Mit den Kommunalwahlen 2019 erfolgte auch die Konstituierung des derzeitigen Seniorenbeirats. Mehrere Mitglieder schieden inzwischen aus – es gelang uns, mit neuen Mitgliedern den Seniorenbeirat arbeitsfähig zu erhalten. Alle Mitglieder des Seniorenbeirats der Hansestadt Stralsund arbeiten in Arbeitsgruppen mit. Schwerpunkte sind die Gesundheit, die Pflege und das altersgerechte Wohnen, die Prävention bei Sicherheit und Gesundheit, eine gute altersgerechte Versorgung und Betreuung der Senioren sowie die Teilnahme am kulturellen, sportlichen und gesellschaftlichen Leben für ein aktives und angenehmes Älterwerden in Stralsund.

Auf der Tagung 2021 des Landesseniorenbeirats wurden Peter Sobottka und Dr. Georg Weckbach weiter als Mitglieder bestätigt. Im Kreis seniorenbeirat wirken Jürgen Kaiser, Peter Sobottka und Dr. Georg Weckbach mit. Mit dem Stralsunder Zoo wurde 2019 das Projekt des Fördervereins des Seniorenbeirats „Gartenglück“ in neu gestaltetem Outfit präsentiert. Das Projekt wurde 2021 trotz der Corona-Einschränkungen erfolgreich weiter geführt.

Bestandteil unserer Tätigkeit war stets die Mitarbeit in den Ausschüssen der Bürgerschaft. Wir freuen uns mit den Stralsunder Seniorinnen und Senioren über jeden Erfolg, den wir mit unserer Arbeit erreichen. Wir sind sicher, mit diesem Seniorenratgeber wider eine praktische Unterstützung für all die vielen Möglichkeiten der angenehmen Gestaltung des Älterwerdens vorlegen zu können. Gerne nehmen wir auch Anregungen entgegen.

Mit den besten Wünschen für alle Seniorinnen und Senioren bei der gemeinsamen aktiven Teilnahme am Alltag unserer Stadt.

Dr. Georg Weckbach, Vorsitzender Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund

INHALTSVERZEICHNIS

Grußworte	3
Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund	4-5
Förderverein Seniorenbeirat	5
Ämter und soziale Dienste	6-7
Freizeit, Kultur und Sport	
Angebote von Vereinen und Verbände	8-11
Seniorenbegegnungsstätten	12
Senioren-sport	13
Strelapark	14
Arbeiter-Samariter-Bund	15
Mehrgenerationenhaus	16
Stadtteilkoordination Frankenvorstadt	17
Wohnen im Alter	18-19
Hilfs- und Pflegeangebote	20
Lazarusdienste	21
Stadtarchiv	22
KISS	23
Musikschule Stralsund	23
Stralsund Museum	24
Stadtbibliothek Stralsund	24
Welterbeausstellung	25
Impressum	25
Zoo Stralsund	26
Seniorenakademie 55 plus	27
Kreuzworträtsel	28
Volkssolidarität Grimmen – Stralsund	29
Wohlfahrtseinrichtungen	30
Sparkasse	31
Zentralfriedhof Stralsund	32-33
Corona und Psyche	34



Foto: Olaf Wermke

SENIORENBEIRAT DER HANSESTADT STRALSUND

Der Seniorenbeirat ist für Sie da!



Zum 25jährigen Jubiläum wurden Mitglieder des Seniorenbeirats durch die Sozialministerin Stefanie Drese mit dem Ehrenamts-Diplom geehrt

Fotos: Seniorenbeirat

Der Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund wurde 1993 gegründet und ist damit der älteste kommunale Seniorenbeirat in Mecklenburg-Vorpommern.

Seine Mitglieder sind ehrenamtlich tätig. Zum 25jährigen Jubiläum wurden Mitglieder des Seniorenbeirats durch die Sozialministerin Stefanie Drese mit dem Ehrenamts-Diplom geehrt. Auf der Bürgerschaftssitzung am 26. September 2019 wurden Seniorinnen und Senioren für eine Wahlperiode von 5 Jahren in den Seniorenbeirat berufen. Unter der Leitung des Präsidenten der Bürgerschaft Peter Paul wurde die konstituierende Sitzung des Seniorenbeirats durchgeführt. Zum Vorsitzenden wurde Dr. Georg Weckbach gewählt. Zum Vorstand gehören als Stellvertreterin Hildegard Koepe, als Schatzmeister Jürgen Kaiser sowie Monika Kleist, Jutta Lü-

decke, Peter Mühle und Peter Sobottka als AG-Verantwortliche. Entsprechend der Satzung sind die Mitglieder des Seniorenbeirats Ansprechpartner für die älteren Menschen in Stralsund. Darüber hinaus ist auch das generationsübergreifende Miteinander wesentlicher Bestandteil der Tätigkeit. Gemeinsam mit dem Förderverein des Seniorenbeirats wird die ehrenamtliche Tätigkeit auch 2022, trotz Corona, fortgesetzt. Grundsätzliche Ziele sind für uns, dass sich viele Seniorinnen und Senioren aktiv engagieren, Probleme angehen und seniorenrelevante Lösungen finden. Dazu gehören auch generationsübergreifende Angebote und Lernen ein Leben lang.

Der Stralsunder Seniorenbeirat hat deshalb in seine ehrenamtliche Tätigkeit folgende Projekte und Vorhaben eingeordnet:

- Der **Seniorenratgeber** gehört

zu unseren besonderen Leistungen. Er liegt in allen öffentlichen Einrichtungen kostenlos aus und enthält umfassende Orientierungen und Informationen für die Seniorinnen und Senioren.

- **Die Lern-Projekte** „Senioren – ab an die Apps“, „Seniorinnen ans Lenkrad“ und weitere sollen wieder aktiviert werden.

- **Das Projekt** „Gartenglück – gemeinsam gärtnern macht stark“ im „Garten für alle“ im Stralsunder Zoo wird gemeinsam mit dem Montessori-Kinderhaus fortgeführt.

- **Anfang Juli** wird – wenn es möglich ist – das „Fest der Generationen“ zusammen mit dem Zoofest im Stralsunder Zoo durchgeführt.

- **Kulturelle Veranstaltungen** im Pflegeheim unter Einbeziehung von Schülerinnen und Schülern der IGS Grünthal und Vorlesestunden im Montessori-

Kinderhaus sind vorgesehen.

- **Im Rahmen der Aktion** „Sicherheit für Senioren“ finden gemeinsam mit den Präventionsberatern der Polizei, der Verkehrswacht und dem Verein für Kriminalitätsprävention Veranstaltungen statt. Einbezogen wird die Theater-Gruppe „Die Wachsamten“.

- **Der Seniorenbeirat** bemüht sich um eine seniorenrechtliche Gestaltung des Fahrplans des ÖPNV durch Mitwirkung bei der Fahrplangestaltung.

- **Die Barrierefreiheit** in der Hansestadt sowie beim Neubau, Umbau und der Renovierung von Wohnungen sind Anliegen des Seniorenbeirats.

- **Themen der Gesundheitsfürsorge, Pflege und Geriatrie** werden behandelt, wie Auffrischung der Ersten Hilfe, Sturzprävention und gesunde Ernährung.

- **Öffentliche Informationsver-**

DER VORSTAND – DIE ARBEITSGRUPPEN

anstaltungen und Foren zu seniorenrelevanten Themen sind geplant.

• **Aktuelle Informationen** sind auf der Website des Seniorenbeirats www.seniorenbeirat-stralsund.de enthalten. Die Pressearbeit ist uns wichtig. Die lokale Presse, die „Zeitung am Strelasund“ und die Redaktion vom „Seniorenkurier“ des Landesseniorenbeirates sind unsere Partner.

• **Die öffentlichen Präsentationen** und die Teilnahme an Veranstaltungen in Stralsund werden genutzt, um den Seniorenbeirat und den Förderverein Seniorenbeirat Stralsund e.V. darzustellen, sowie Anregungen und Ideen aus der Bevölkerung entgegenzunehmen.

Es wäre noch vieles zu nennen, wie die Zusammenarbeit mit der Bürgerschaft der Hansestadt Stralsund durch die aktive Mitwirkung in deren Ausschüssen, der Stadtverwaltung, der Kreisverwaltung und mit dem

Kreis- und Landeseniorenbeirat sowie mit zahlreichen Partnern und die Unterstützung durch Sponsoren. Nur gemeinsam ist es möglich, am gesellschaftlichen Leben in Stralsund mitzuwirken und dieses auch seniorengerecht zu gestalten.

Im Kreissenorenbeirat Vorpommern-Rügen ist der Seniorenbeirat Stralsund durch folgende Mitglieder vertreten:

Dr. Georg Weckbach
Jürgen Kaiser

Im Landesseniorenbeirat Mecklenburg-Vorpommern vertritt Dr. Georg Weckbach die Interessen des Seniorenbeirats Stralsund.

Der Seniorenbeirat der Hansestadt arbeitet in folgenden Institutionen mit:

Kreissenorenbeirat
Landesseniorenbeirat
Altenparlament

Durch folgende Mitglieder werden nachfolgende Vereine, Verbände, Organisationen, Gewerkschaften repräsentiert:

Dr. Eckhard Buchholz	Einzelkandidat
Dietmar Drews	Einzelkandidat
Rainer Giese	Einzelkandidat
Knut Hammann	Einzelkandidat
Helmut Hertwig	Behindertenverband Stralsund e. V.
Bärbel Junge	Einzelkandidat
Jürgen Kaiser	Marine-Offizier-Messe Stralsund
Monika Kleist	Einzelkandidat
Sigrid Klook	Wählergemeinschaft Adomeit (Senioren)
Hildegard Koepe	Volkssolidarität e. V.
Angelika Kuhn	Einzelkandidat
Harry Zagel	Einzelkandidat
Rainer Lange	Deutsch-Polnische Gesellschaft
Uwe Lewicki	Sozialverband VdK-Ortsverband Stralsund
Jutta Lüdecke	Ver.di
Karin Meusel	Einzelkandidat
Peter Mühle	ISOR Sozialverein e. V.
Karla Prill	Sozialverband BRH
Herbert Sett	Weißer Ring e. V.
Ursula Umnick	Sozialverband Deutschland e. V.
Dr. Georg Weckbach	SV Medizin Stralsund e. V.
Anton Werner	SPD (Senioren)

UNSER FÖRDERVEREIN – WERDET MITGLIED!

Förderverein Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund e.V.

Gute vier Jahre ist es nun her, dass unser Förderverein gegründet wurde. Wie wichtig das war, zeigt sich eigentlich jeden Tag, an dem wir im Verein für die Senioren Stralsunds tätig sind. Damals durfte der Seniorenbeirat als ein Gremium der Bürgerschaft nicht als Veranstalter aktiv werden, sondern vor allem nur seine Aufgaben wahrnehmen als Interessenvertreter der Stralsunder Senioren in den Ausschüssen des Parlaments.

So aber als eingetragener Verein agieren wir als Veranstalter, Initiator und Begleiter von Prozessen, die sich nachhaltig auf das Leben älterer Menschen auswirken. Wie vielen Senioren haben wir schon den Einblick in die Welt des Internets und in die Geheimnisse der Smartphones gegeben und ihnen damit das Leben erleich-

tert. Wir haben Freude beschert bei Tanz und Unterhaltung auf der Party „Generation Beatles – Auf zur Party!“ sowie Kommunikation und aktive Teilhabe beim gemeinsamen Gärtnern im Projekt „Gartenglück“. Es gibt so einige Initiativen mehr, die alle das Ziel verfolgen, Senioren in das gesellschaftliche Leben einzubeziehen. Das ist nicht nur ein Mittel gegen Vereinsamung im Alter, sondern eine bewusst angelegte Strategie, um ältere Bürger Stralsunds körperlich und geistig fit zu halten und ihnen außerhalb der Familie ein erfülltes soziales Leben bieten zu können. Jedes neue Mitglied im Förderverein stellt eine Bereicherung dar. Deshalb laden wir Sie ein, mit Ihren Ideen und Vorschlägen dabei zu sein und sich bei deren Umsetzung einzubringen.

Der Vorstand des Vereins setzt sich wie folgt zusammen:

Dr. Eckhard Buchholz: Vorsitzender; **Heinz Krause:** Stellvertretender Vorsitzender; **Angelika Kuhn:** Schatzmeisterin; **Karla Prill:** Schriftführerin; **Jürgen Kaiser:** Beisitzer

Der Förderverein ist zunächst über die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates, Knieperdamm 28, Tel. 03831 302018 und unter E-Mail: info@seniorenbeirat-stralsund.de zu erreichen.



Die Vorstandsmitglieder des Fördervereins Seniorenbeirat der Hansestadt Stralsund e.V. Foto: privat

ÄMTER UND SOZIALE DIENSTE

Hier finden Sie Hilfe in der Hansestadt Stralsund

Fachbereiche und Fachdienste der Kreisverwaltung

Fachdienst 21 – Soziales

Leiter: Stefan Brunke
Störtebekerstraße 30
18528 Bergen auf Rügen
Telefon: (03831) 35 71 710
E-Mail: FD21@lk-vr.de

Aufgaben:

- Hilfen zum Lebensunterhalt,
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Hilfen zur Gesundheit
- Eingliederungshilfe für behinderte Menschen
- Hilfe zur Pflege
- Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten
- Hilfe in anderen Lebenslagen, z. B. Blindenhilfe, Bestattungskosten
- Übernahme Miet- und Energieschulden
- Betreuungsbehörde
- Heimaufsicht

Weitere Verwaltungsstandorte des Fachdienstes Soziales:

- 18507 Grimmen, Bahnhofstraße 12-13, Haus 4
- 18311 Ribnitz-Damgarten, Damgartener Chaussee 40,
- 18439 Stralsund, Marienstraße 1
- 18435 Stralsund, Knieperdamm 3

Fachdienst 33 – Gesundheit

Leiter: Jörg Heusler
Carl-Heydemann-Ring 67
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 3572301
E-Mail: FD33@lk-vr.de

Aufgaben:

- Amtsärztlicher Dienst
- Hygiene/ Hafenzärztlicher Dienst
- Sozialpsychiatrischer Dienst
- Kinder- und Jugendärztlicher Dienst, einschließlich frühe Hilfen für Eltern, Kinder und Jugendliche
- Zahnärztlicher Dienst
- Gesundheitsförderung

Weitere Verwaltungsstandorte des Fachdienstes Gesundheit:

- 18507 Grimmen, Bahnhofstraße 12-13
- 18311 Ribnitz-Damgarten,
- 18528 Bergen auf Rügen, Störtebekerstraße 30

Behindertenbeauftragte des Landkreises

Vorpommern-Rügen

Die ehrenamtlichen Integrationsbeauftragten für Menschen mit Behinderungen tragen zur Verwirklichung der Gleichstellung der Menschen mit Behinderungen im Landkreis bei. Beratungen finden an Sprechtagen im Landratsamt Stralsund statt.

Carl-Heydemann-Ring 67
Landratsamt Stralsund

Gundela Knäbe

Telefon: 0172 3217625

Peter Brelle

Telefon: 0173 3756 691

Die genauen Termine und Zeiten sind der Presse zu entnehmen.

Zu den Aufgaben gehören:

- Prüfung von Verwaltungsdokumenten auf ihre Auswirkung für behinderte Menschen
- Förderung der Zusammenarbeit der gemeinnützigen Vereine mit den gesellschaftlichen Gruppen, Institutionen, Behörden und Betrieben
- Angebote von Sprechstunden und Beratungen für hilfesuchende behinderte Menschen
- Beratende Mitwirkung bei Bauplanungen und Bauausführungen zur Barrierefreiheit
- Beratende Mitwirkung im Tourismusbereich, die zur Barrierefreiheit und Inklusion behinderter Menschen beiträgt.

Kommunaler Präventionsrat der Hansestadt Stralsund (KPR)

Ordnungsamt
Schillstraße 5-7
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 253 745
praeventionrat@stralsund.de



Der Kommunale Präventionsrat ist ein Zusammenschluss von Personen, die auf dem Gebiet der Kriminalitätsprävention in der Hansestadt Stralsund tätig sind. Aufgabe des KPR ist es, kriminalpräventive Maßnahmen anzuregen, zu fördern und zu begleiten sowie den Oberbürgermeister der Hansestadt Stralsund in diesen Fragen sachverständig zu beraten. Den Vorsitz des KPR nimmt der Senator und 1. Stellvertreter des Oberbürgermeisters, Heino Tanschus, im Auftrag des Oberbürgermeisters wahr.

Der KPR ist zuständig für:

- Koordination und Zusammenarbeit der Geschäftsstelle mit Behörden und Institutionen
- Erschließung von Fördermitteln und Projekten
- Konzeptionelle Arbeit zu kriminalpräventiven Themen
- Zusammenarbeit mit dem Verein für Kriminalitätsprävention in Stralsund e.V.



Foto: Archiv

BEHÖRDEN-NUMMER 115 (OHNE VORWAHL)

Verein zur Förderung der Kriminalitätsprävention in Stralsund e.V.

Schillstraße 5, Zimmer 28,
18439 Stralsund
Tel./Fax: (03831) 25 27 16
Sprechzeit:
Dienstag: 10 bis 14 Uhr
Ansprechpartnerin:
Frau Brehmer
info@kriminalitaetspraevention.de

Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke. Er unterstützt den Kommunalen Präventionsrat in seiner Arbeit durch ideale Zusammenarbeit. Der Verein kann weiterhin jegliche Aktivitäten fördern, die dem vordergründigen Vereinszweck, der Kriminalitätsvorbeugung, dienlich sind. Für Hinweise zur Verbesserung der Kriminalitätsvorbeugung – insbesondere Jugendkriminalität, rechtsextremistische Erscheinungen, häusliche Gewalt, Missbrauch von Kindern – ist der Verein dankbar. Vorsitzender des Vereins ist Peter Bischoff, Rechtsanwalt.

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)

Mönchstraße 17,
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 25 26 60
Telefax: (03831) 25 252 661
kiss@stralsund.de
Sprechzeiten:
Montag 9 bis 12 Uhr
Dienstag 9 bis 14 Uhr
Mittwoch 13 bis 17 Uhr
Donnerstag 9 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung

Auch für ältere Menschen gibt es die Möglichkeit, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen. Hier können sie in eigener Sache aktiv werden, sich wechselseitig austauschen oder Interessen miteinander pflegen. Inhaltlich beschäftigen sich die Selbsthilfe- und Kontaktgruppen mit den unterschiedlichen gesundheitlichen und sozialen Problemen. Auskünfte über diese sowie deren Adressen und die jeweiligen AnsprechpartnerInnen erhalten Sie über die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen.

Versorgungsamt in der Hansestadt Stralsund Landesamt für Gesundheit und Soziales

Frankendamm 17,
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 26 97 59 800
Sprechzeiten:
Montag 9 bis 12 Uhr
Dienstag 9 bis 12 Uhr
und 14 bis 17 Uhr
Donnerstag 9 bis 12 Uhr

Das Landesamt für Gesundheit und Soziales (LAGuS) Mecklenburg-Vorpommern, Abteilung Soziales/Versorgungsamt, Dezernat Stralsund ist zuständig für die Durchführung folgender Gesetze:

- Soziales Entschädigungsrecht nach dem Bundesversorgungsgesetz (BVG) und seinen Nebengesetzen
- Sozialgesetzbuch IX (hier ist das ehemalige Schwerbehindertengesetz integriert worden)
- Zuwendungsangelegenheiten des Sozialministeriums M-V
- Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz einschl. Betreuungsgeld

Pflegestützpunkt Stralsund

Im Pflegestützpunkt Stralsund bekommen Ratsuchende Informationen und kostenlose, trägerneutrale sowie kompetente Beratung aus einer Hand rund um das Thema Pflege und Soziales.

Die Berater des Pflegestützpunktes

- informieren über bundes- und landesrechtliche Sozialleistungen

- ermitteln systematisch Ihren individuellen Hilfebedarf

- begleiten Sie und Ihre Angehörigen vom ersten Kontakt bis zur Umsetzung der für Sie individuellen Lösung

- helfen bei der Antragstellung

- informieren zu den vorhandenen Versorgungsangeboten, wie z.B. Kurzzeitpflege, Tagespflege, Betreutes Wohnen, Pflegeeinrichtungen

- koordinieren alle für Ihre Versorgung und Betreuung wesentlichen pflegerischen und sozialen Unterstützungsangebote

- informieren über Rechtsansprüche von Pflegepersonen und vieles mehr.

Pflegestützpunkt Stralsund:
Marienstraße 1
18439 Stralsund

Öffnungszeiten:

Dienstag 09:00 bis 12:00 Uhr

und 13:30 bis 18:00 Uhr

Donnerstag 09:00 bis 12:00 Uhr

und 13:30 bis 16:00 Uhr

Pflegestützpunkte Sprechzeiten:
Grimmen den 2. Mittwoch im Monat von 09:00 bis 12:00 Uhr

Wir bieten auch individuelle Beratungstermine nach Vereinbarung an. Auf Wunsch beraten wir auch in der eigenen Häuslichkeit.

Sozialberater/-in 03831 357-1801
Pflegeberater/-in 03831 357-1802
pflegestuetzpunktStralsund@lk-vr.de
www.pflegestuetzpunkteMV.de
Carl-Heydemann-Ring 67,
18437 Stralsund

Neue Pflegestützpunkte in unserem Landkreis finden Sie in:

18528 Bergen
Gingster Chaussee 5a
Tel. 03831 357 1803/1804

18311 Ribnitz-Damgarten,
Gänsestraße 2
Tel. 03831 357 1807/1808



Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

Die ergänzende unabhängige Teilhabeberatung [EUTB] ist ein **kostenloses Beratungsangebot** ganz nach dem Motto „von Betroffenen für Betroffene“.

Die EUTB ist für alle Menschen mit drohender oder vorhandener Behinderung und deren Angehörige.

Unser Beratungsangebot:

- Unterstützung bei den Ämtern
- Rehabilitation und Teilhabe
- Pflege und Betreuung
- Eingliederungshilfen
- Elternberatung
- Familienentlastende und
- Familienunterstützender Dienst
- Soziale Angebote und vieles mehr












Unsere Beratungsstellen in Stralsund finden Sie in der Alten Richtenberger Straße 20 und im Heinrich-Heine-Ring 123. Unsere Ansprechpartner sind Frau Krügel-Ehlers (Tel.: 0177-7926291) und Frau Raddatz (Tel.: 0160-8140128). Weitere Beratungsstellen finden Sie im Internet unter: www.lh-osk.de oder www.teilhabeberatung.de!

Wir machen keine Rechtsberatung.



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

FREIZEIT, KULTUR UND SPORT













Name der Einrichtung	Anschrift	Angebote für Senioren
Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband NORD-OST e.V. 	Geschäftsstelle: Robert-Bosch-Straße 12, 18437 Stralsund Tel. (03831) 37 85 11 Fax: (03831) 37 85 40 Geschäftsführer: Jens Brauer post@asb-nordost.de	<ul style="list-style-type: none"> • Pflegedienste, Fahrdienst • Seniorenbegegnungsstätte • Tagespflege, Betreutes Wohnen • Familienentlastender Dienst • Hausnotruf • Senioren-WG „Alte Schule“
Arbeitslosenverband Deutschland Ortsverein, HST 	Geschäftsstelle: Carl-Heydemann-Ring 55 18437 Stralsund, Tel: (03831) 70 33 20 / 21 alv-mv.jindo.com	<ul style="list-style-type: none"> • Schuldnerberatung • Beratung zum ALG II
Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Nordvorpommern, Hansestadt Stralsund und Hansestadt Greifswald e.V.  	Geschäftsstelle: Am Kütertor 4, 18439 Stralsund Tel.: (03831) 30 97-0, Fax: (03831) 30 97 20 Geschäftsführerin: Dr. Catrin Dohse E-Mail: info@awo-vorpommern.de	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorenbetreuung • Pflegebegleitung • Tagespflege • Seniorentanz, Seniorentreff
Behindertenverband Stralsund e.V. Sprechzeiten: Dienstag: 13.00-16.00 Uhr Donnerstag: 09.00-12.00 Uhr 	Sitz: Wiesenstraße 9, 18437 Stralsund Tel./Fax (03831) 39 99 74 Vorsitzender: Helmut Hertwig info@bv-hst.de	<ul style="list-style-type: none"> • Sozialbetreuung, Beratung • Kontakte durch Gruppennachmittage • Freizeitangebote • Informationsblatt „Lichtquelle“
Blinden- und Sehbehindertenverein Mecklenburg-Vorpommern e.V. Gebietsgruppe Stralsund 	Sitz: Wiesenstraße 9, 18437 Stralsund Tel. (03831) 38 41 15 Ansprechpartnerin: Ursula Bamberg gg-stralsund.de	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung, Hilfe und Unterstützung Sehbehinderter und Blinder • Beschaffung geeigneter Blindenhilfsmittel und Mobilitätstraining • gesellige Gruppennachmittage für Jung und Alt
Bund der Ruheständler, Rentner und Hinterbliebenen (BRH) Stralsund im deutschen Beamtenbund (DBB) 	Vorsitzende: Carla Thoß Thomas-Kanzow-Str. 13b, 18435 Stralsund Tel.: (03831) 94 26 21	Hilfe und Unterstützung der Mitglieder und Ratsuchenden: <ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung bei Antragstellungen u.a.m. • Einbeziehung in ein interessantes Verbandsleben
Caritas Altenhilfe GGmbH Seniorenzentrum „Sankt Josef“ 	Sitz: Jungfernstieg 2-3a, 18437 Stralsund Tel. (03831) 24 20, Fax (03831) 24 21 06 Zentrumsleiter: Marcus Beyer, Pflegedienstleiterin: Jana Zabel-Schmidt www.caritas-altenhilfe.de, josef.stralsund@caritas-altenhilfe.de	<ul style="list-style-type: none"> • Betreutes Wohnen • Tagespflege • Kurzzeitpflege • Stationäre Pflege • Ambulante Pflege
Caritas Regionalzentrum Stralsund 	Sitz: Frankenwall 7, 18439 Stralsund Tel.: (03831) 28 58 9-0, Fax: 28 58 9-19 m.steinfurth@caritas-vorpommern.de Ansprechpartner: Martina Steinfurth	<ul style="list-style-type: none"> • ambulanter Caritas-Hospizdienst • Trauercafé • Betreuungsverein „Für den Anderen“ • Kur- und Erholungsvermittlung
Deutscher Bundeswehrverband Standortkameradschaft „Stralsund“ 	Geschäftsstelle: Strelasundkaserne Pappelallee 24, 18445 Parow Tel. (03831) 68 20 39 Vorsitzender: Oberl. zur See Maik Sagemann	Die Standortkameradschaft umfasst <ul style="list-style-type: none"> • die Kameradschaft ehemaliger Soldaten, Reservisten und Hinterbliebene • vier weitere Truppenkameradschaften in der Marinetechnikschule
Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Rügen-Stralsund 	Geschäftsstelle: Billrothstraße 4, 18528 Bergen Tel.: (03838) 80 23-0, Fax: 80 23 33 E-Mail: info@drk-ruegen-stralsund.de Sekretariat: Hafenstr. 21, 18439 Stralsund Tel.: (03831) 39 04 06, Fax: 39 04 09 info-stralsund@drk-ruegen-stralsund.de Geschäftsführer: Gerhard Konermann	<ul style="list-style-type: none"> • ambulante und stationäre Pflege • Betreutes Wohnen • Rettungsdienst • Suchdienst, Bahnhofsdienst • Stralsunder Tafel, Kleiderkammer • Obdachlosenhilfe • Behindertenhilfe • Kindertagesstätten

HILFE UND BERATUNG
















 HILFE
BERATUNG

 KULTUR
LERNEN

 SPORT
FREIZEIT


Name der Einrichtung	Anschrift	Angebote für Senioren
Lebenshilfe "Ostseekreis" e. V. Sprechzeiten nach Vereinbarung 038231-81388, www.lh-osk.de 	Sitz: Heinrich-Heine-Ring 123, 18435 Stralsund Alte Richtenberger Straße 20, 18437 Stralsund Stephanie Krügel-Ehlers: 0177 7926291 Steffi Raddatz: Tel. 0160 8140128	Unabhängige kostenlose Teilhabeberatung <ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung bei Anträgen und Ämtern • Rehabilitation und Teilhabe • Pflege und Betreuung • Familienentlastender / -unterstützender Dienst
EUTB Lebenshilfe „Ostseeküste“ e.V. 	Ansprechpartnerin: Susanne Tessendorf Koordinatorin Mehrgenerationenhaus Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V. 18439 Stralsund; Katharinenberg 35 Tel.: (03831) 383439 E-Mail: mgh@kdw-hst.de www.kdw-hst-de	<ul style="list-style-type: none"> • Spinnen im Ackerbürgerhaus • Seniorenakademie • Schülerprojekte • Altweibermarkt • Begleitung älterer Menschen • Oase in Backstein • Töpfern
Förderverein Marinemuseum Stralsund 	Geschäftsstelle: Zur Sternenschanze 7, 18439 Stralsund Vorsitzender: Richard Schäfer Tel.: (03831) 29 73 27, Fax: 29 73 28 www.marinemuseum-daenholm.de	<ul style="list-style-type: none"> • Führungen durch das Museum • Gespräche
Gewerkschaft Deutscher Lokomotivführer Bezirk Nordost (Berlin) Ortsgruppe Stralsund 	Ansprechpartner: Peter Sobottka Friedrich-Wolf-Straße 47, 18435 Stralsund Tel.: (03831) 39 28 58 Vorsitzender: Michael Menzel Tel.: (03834) 51 25 06	Betreuung der Senioren der OG Stralsund: <ul style="list-style-type: none"> • Vielfältiges Verbandsleben • Beratung der Mitglieder in Rentenfragen • Rechts- und Freizeitunfallschutz für Mitglieder
ISOR e.V. Territoriale Initiativgemeinschaft Stralsund 	Vorsitzender: Bodo Weiland Genzkowstr. 19, 18435 Stralsund Tel.: (03831) 28 05 14	Initiativgemeinschaft zum Schutz sozialer Rechte ehemaliger Angehöriger bewaffneter Organe und der Zollverwaltung der DDR
Kontaktstelle Pflege in der Hansestadt Stralsund 	c/o Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gemeinnützige GmbH Grünhufer Bogen 1a, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 30 43 04	<ul style="list-style-type: none"> • Pflege und Beruf • Unterstützung und fachliche Beratung
Kreisdiakonisches Werk Nachbarschafts- zentrum in der Auferstehungskirche Grünhufe   	Lindenallee 35, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 45 82 60 Ansprechpartner: Thomas Nitz E-Mail: thomas.nitz@kdw-hst.de www.kdw-hst.de	<ul style="list-style-type: none"> • Nachbarschaftliche Hilfe und Selbsthilfe • Gesprächstreff „Aufwärts“ • Kinderschutzbund, Umsonstladen • Allgem. Hilfe durch Stadtteil Eltern • Seniorensport und Gesprächstreffs
Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V. Mehrgenerationenhaus   	Katharinenberg 35, 18439 Stralsund Ansprechpartnerin: Susanne Tessendorf Tel.: 03831 38 34 39 mgh@kdw-hst.de	<ul style="list-style-type: none"> • Bleicheneckcafé 13-20 Uhr • Computertraining, Spielenachmittag • Stadtteilfrühstück • Treff Angehöriger Demenzerkrankter • Körperbehindertenkreis
„Lebenszeit“ e.V. Förderverein für ambulante Palliativversorgung Stralsund 	Olof-Palme-Platz 5 18439 Stralsund Tel: (03831) 30 35 520	<ul style="list-style-type: none"> • Beratung und Vermittlung zu Fragen der palliativen Versorgung • Informationen über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung • Organisation von öffentl. Veranstaltungen, Gesprächskreise, Fort- u. Weiterbildungen
HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH 	Geschäftsstelle: Kastanienweg 13-17 18437 Stralsund Tel.: 03831 / 374910, Fax: 03831 / 374919 info@hestia-hst.de, www.hestia-hst.de Pflegedienstleitung: Manuela Trettin Tel.: 03831 / 308005	<ul style="list-style-type: none"> • Ambulanter Pflegedienst • Betreutes Wohnen im Speicher • Café Schwedenspeicher und Kontakt- und Beratungsstelle

FREIZEIT, KULTUR UND SPORT

Name der Einrichtung	Anschrift	Angebote für Senioren
Marine-Offizier-Messe Stralsund/Dänholm e.V. 	Vorsitzender: Freg. Kap. a.D. Uwe Maybauer Kuhdamm 5, 18445 Klausdorf Tel. (03823) 251949 www.mom-stralsund.de	Pflege und Förderung der maritimen Traditionen, des Zusammengehörigkeitsgefühls sowie der Kameradschaft der Offiziere deutscher Marinen
Marinekameradschaft Stralsund von 1892/1991 e.V. Mitglied im DMB (Deutscher Marine Bund) 	Vorsitzender: Oberstabsbootsmann a.D. Rainer Falley Tel.: (038323) 30 32 90 www.mom-stralsund.de E-Mail: mb-mk-stralsund@web.de	Treffen mit und Veranstaltungen für alle Interessierten der maritimen Geschichte und Kultur
Seniorenakademie 55plus Stralsund e.V. Sprechzeit: Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr 	Tel: (03831) 20 73 71 E-Mail: sa-55plus@gmx.de www.seniorenakademie55plus.de Vorstand: Heidrun Könenkamp Tel: (0 38 31) 39 39 82 AB Handy: 0171 47 75 699	Angebote für Senioren Umfassendes Weiterbildungsprogramm mit gesellschaftlichen, wissenschaftlichen und kulturellen Angeboten in Form von Vorträgen, Seminaren und Studienfahrten. Teilnehmerentgelt je Semester 20,- € Einzelveranstaltungen können zum jeweiligen Kalkulationspreis von 5,- € besucht werden
Sozial-Diakonisches Zentrum der evangelischen Kirchengemeinde St. Nikolai gGmbH  	Sitz: Begegnungsstätte „Kiek in“ Hans-Fallada-Straße 10, 18435 Stralsund Tel. (03831) 39 07 04, Fax: 37 49 748	<ul style="list-style-type: none"> • Nachmittagsveranstaltungen u.a.: (Spiele, Gestalten, Musik, Kaffee up Platt) • Seniorensport und -tanz • Ausflüge • Betreutes Wohnen
Sozialverband Deutschland e.V. (SoVD) Kreisverband Stralsund ehemals Reichsbund gegründet 1917 Sprechzeiten: 1x monatlich nach Vereinbarung 	Geschäftsstelle: Wiesenstraße 9, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 360 99 45 o. 0172 4101233 Ansprechpartnerin: Manuela Meiborg info@sovd-mv.de	<ul style="list-style-type: none"> • Interessenvertreter der Kriegs- und Zivilbeschädigten, Sozialrentner und Hinterbliebenen • Sozialrechtsberatung • Betreuung der Mitglieder und Teilhaben am Verbandsleben
Sozialverband VdK Landesverband MV e.V. Ortsverband Stralsund Anwalt der sozial schwachen Menschen aller Altersklassen 	Vorsitzende: Doris Holle Büro: Wiesenstraße 9 18437 Stralsund Tel.: (03831) 40 22 050 E-Mail: ov-stralsund@vdk.de	<ul style="list-style-type: none"> • Interessenvertreter der Opfer von Krieg und Gewalt, der Behinderten, der Rentner und sozial Schwachen • Kostenfreie Beratung zu Sozialrechtsfragen für jedermann und für Mitglieder Sozialrechtsschutz
Stadtteilkoordination Grünhufe   	Sitz: Wiesenstr. 9, 18437 Stralsund Tel: (03831) 44 35 93 Sitz: Peter-Blome-Str. 19, 18439 Stralsund Tel: (03831) 28 81 58 qmgruenhufe@gmx.de Ansprechpartnerin: Verena Schmidt	<ul style="list-style-type: none"> • Stadtteilfrühstücksrunden • Literaturkreis, Lesecafé • Bastelrunde • Holzarbeiten • Handarbeiten • Rommé und Skatrunden
Stadtteilzentrum Knieper West   	„Treff ZuverSICht“ Thomas-Kantzow-Str. 7, 18435 Stralsund Tel.: (03831) 39 14 11 E-Mail: kl@sic-hst.de	<ul style="list-style-type: none"> • Stadtteilfrühstück • Tauschbörse • Handarbeitsrunden / Kreativarbeiten • Kartenspiele • Nachbarschaftshilfe • Sportangebote, Tanzsportgymnastik • Interkultureller Gemeinschaftsgarten
SV Medizin Stralsund e.V. 	Geschäftsstelle: Rostocker Chaussee 110 18437 Stralsund, 03831 6713139 E-Mail: gs@sv-medizin-stralsund.de	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorensport • Behindertensport • Reha-Sport • Freizeitsport
Kulturbund Stralsund e.V. 	Vors. Hans-Günther Hamm Alter Markt 8, 18439 Stralsund Tel.: (03831) 703794 / 95 Fax: (03831) 29 82 83	Mitgliedschaft und Mitarbeit in verschiedenen Fach- und Interessengruppen, wie z.B.: <ul style="list-style-type: none"> • Wandern, Kakteen, Numismatik • Militärgeschichte/Waffenkunde • Künstlerische Veranstaltungen u.v.m.

HILFE UND BERATUNG

HILFE
BERATUNG















KULTUR
LERNEN



SPORT
FREIZEIT



Name der Einrichtung	Anschrift	Angebote für Senioren
Sportbund Hansestadt Stralsund e.V. 	Geschäftsstelle: Barther Straße 70, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 29 33 76, Fax 29 07 73 Ansprechpartner: Dietmar Hanke E-Mail: sportbund-stralsund@freenet.de	Der Bund umfasst in Stralsund 66 Sportvereine mit ca. 10.000 Mitgliedern. Viele dieser Vereine betreiben auch spezielle Seniorensportgruppen. Bei Interesse zur Beteiligung rufen Sie uns bitte an.
Stiftungsfamilie BSW & EWH OS Stralsund bsw-ortsstelle.stralsund@t-online.de Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft (EVG) OV Stralsund ov.stralsund@evg-mail.org	Geschäftsstelle: Alter Markt 4, 18439 Stralsund Tel: 0160 9015 7954 Vorsitzender Ingo Möller  	<ul style="list-style-type: none"> • Hilfe und Unterstützung ehemaliger Eisenbahner • Betreuung und Beratung in Sozialfragen • Freizeitangebote (Chor, Sport, Traditionspflege, Busreisen u.s.w.) • Kurangebote in BSW – Hotels und Ferieneinrichtungen
Stralsunder Hospizverein e.V. 	Geschäftsstelle: Knieperstraße 20, 18439 Stralsund Tel. (03831) 66 77 870 Handy: 0170 5595 580 Vorsitzende: Yvonne Genzen E-Mail: info@hospizverein-stralsund.de	<ul style="list-style-type: none"> • Ambulante Tätigkeiten • Hilfe und Unterstützung pflegebedürftiger Menschen und deren Angehörigen
Uhlenhaus Sportverein e.V. für Rehabilitation 	Rotdornweg 10, 18439 Stralsund, Tel.:(03831) 34 01 603, 0176 2052 3140 E-Mail: sportverein@uhlenhaus.de	<ul style="list-style-type: none"> • Seniorengruppen • Parkinson-/Demenzgruppen • Entspannungsgruppen (Yoga, Qigong)
ver. di Bezirk Rostock Geschäftsstelle Stralsund 	Sitz: Alter Markt 4, 18439 Stralsund Tel.: 0381 4977941	Betreuung der ver. di-Seniorengruppe in den Ortsvereinen des Bezirkes, z.B. der Seniorengruppe des Ortsvereins Stralsund
Kreisvolkshochschule Vorpommern-Rügen  	Sitz: Tribseer Damm 76, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 48 23-0 Fax: (03831) 48 23 23 Leiterin: Dr. Koppe E-Mail: volkshochschule@lk-vr.de	<ul style="list-style-type: none"> • Auf Senioren zugeschnittene Lehrgänge, Kurse, Seminare und Vorträge zu vielfältigen Themen, wie z.B. Erlernen einer Fremdsprache, Stadtgeschichte, Wirtschaft, Computerkurse usw. • Treffen der Seniorengruppe
Volkssolidarität Vorpommern e.V.  	Geschäftsstelle: Knieperdamm 28, 18435 Stralsund Tel.: (03831) 30 20 10 Geschäftsführerin: Ramona Helm E-Mail: stralsund@volkssolidaritaet.de	<ul style="list-style-type: none"> • Betreuung der Senioren in Mitgliedergruppen • ambulante Pflege, Tagespflege • Betreutes Wohnen, Begegnungsstätten • Wohngemeinschaften für Senioren • Reiseklub für Senioren
Verein zur Förderung der Kriminalitätsprävention in Stralsund e.V. Sprechzeit Dienstags 9.00-11.00 Uhr oder nach Vereinbarung 	Sitz: Schillstraße 5, Zi. 28, 18439 Stralsund PF 2145, 18409 Stralsund Tel./Fax: (03831) 25 27 16 Ansprechpartnerin: Sabine Brehmer info@kriminalitaetspraevention.de	Informationen, Beratung und Projekte zur Kriminalitätsvorbeugung
Weißer Ring Opferschutz 	Außenstellenleiter: Christian Strobel Tel.: 0151-55164628 E-Mail: weisser.ring.stralsund@gmx.de	<ul style="list-style-type: none"> • Menschlicher Beistand und persönliche Betreuung nach der Straftat • Hilfestellung im Umgang mit Behörden • Begleitung zu Gerichtsterminen • Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen • Unterstützung bei materiellen Notlagen in Zusammenhang mit der Straftat
Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gGmbH Seniorenpark für Sport und Spiel  	Geschäftsstelle: Grünhufer Bogen 1 a, 18437 Stralsund Tel.: (03831) 30 43 04, Fax: 30 43 14 Geschäftsführerin: Anett Mülling E-Mail: info@wfhst.de	<ul style="list-style-type: none"> • Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege Seniorenpark: • Öffentlicher Ort der Begegnung, Bewegung und Gesundheit • Veranstaltungen für jedes Alter

ÄLTER WERDEN – AKTIV BLEIBEN

Seniorenbegegnungsstätten bieten vielfältige Angebote

Der Volksmund sagt schlicht, aber zutreffend: „Wer rastet, der rostet“. Die Akteure in den Seniorenbegegnungsstätten begegnen diesem alten Sprichwort mit umfassenden Angeboten. Eine aktive Freizeitgestaltung in geselliger Runde mit

Kultur, Sport und Spiel, kreativem Gestalten, Fortbildung, Reisen u.v.m. ist zu erleben. Oder man trifft sich auch einfach nur zum Erzählen. Die Seniorinnen und Senioren können durch Anregungen und Ideen mitgestalten und Dinge

gemeinsam voran bringen. Es ergibt das gute Gefühl, zu einer Gemeinschaft zu gehören. Begegnungsstätten sind in Stralsund in jedem Stadtteil zu finden. Die Angebote und Adressen finden Sie in diesem Heft. Es gibt keinen Grund

einsam zu Hause zu sitzen, wenn man nebenan unverbindlich andere Menschen kennenlernen kann. Probieren Sie es aus! Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Seniorenbegegnungsstätten freuen sich auf Ihren Besuch.



Fotos: Wohlfahrtsinstitutionen

SENIOREN - BEGEGNUNGSSTÄTTEN

in der Hansestadt Stralsund

Arbeiter-Samariter-Bund

Seniorenbegegnungsstätten
Maxim-Gorki-Straße 26A und Carl-Loewe-Ring 4,
Telefon: (03831) 68 53 560

Begegnungszentrum Stadtteilkoordination Grünhufe

Telefon: (03831) 44 35 93

Begegnungszentrum Stadtteilkoordination Franken-Vorstadt

Großer Diebsteig 3
Telefon: (03831) 28 82999

Mehrgenerationenhaus,

Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V.

Katharinenberg 35, 18439 Stralsund,
Telefon: (03831) 38 34 39, E-Mail: mgh@kdw-hst.de

Sozialdiakonisches Zentrum

der evangelischen Kirchengemeinde Sankt Nikolai gGmbH

Begegnungsstätte „Kiek in“, Hans-Fallada-Straße 10,
Telefon: (03831) 39 07 04

Volkssolidarität Vorpommern e.V

Begegnungsstätte Knieperdamm 28,

Telefon: (03831) 30 20 10

Begegnungsstätte Knieperdamm 12

Telefon: (03831) 28399 56

Begegnungsstätte „Aktiv im Alter“, Carl-Heydemann-Ring 101,

Telefon: (03831) 29 87 72

Deutsches Rotes Kreuz

Begegnungsstätte Hafenstraße 21,

Telefon: (03831) 39 04 06

Begegnungsstätte „Caritasse“

Trauercafé

Frankenwall 7, 18439 Stralsund

Telefon: (03831) 28 58 90

Kreisdiakonisches Werk

Tagestreff „Die Halle“ – Speisung,

Carl-Heydemann-Ring 150

Telefon: (03831) 28 21 54

Nachbarschaftszentrum in der Auferstehungskirche

Lindenallee 35, 18437 Stralsund

Telefon: (03831) 45 82 60

Lutherkirche und Begegnungszentrum

Alte Richtenberger Straße 87, Telefon: (03831) 49 83 37,

www.luther-auferstehungskirche.de

SIC Stadtteilzentrum Knieper West

„Treff ZuversICht“

Thomas-Kantzow-Str. 7, 18435 Stralsund

Telefon (03831) 39 14 11, E-Mail: kl@sic-hst.de

GESUND ÄLTER WERDEN

ein Projekt des Landessportbundes

Gemeinsamer Sport fördert die Gesundheit, das allgemeine Wohlbefinden und soziale Kontakte. Spaß und Freude an der Bewegung ohne Leistungsdruck sichern mehr Leistungsfähigkeit und Lebensfreude. Wichtig ist vor allem die regelmäßige intensive Bewegung – minimal einmal besser wenigstens 2mal pro Woche – das ist für die Gesundheit besser, schützt vor Verletzungen und beugt Erkrankungen vor. Studien haben gezeigt, dass selbst Einsteiger im höheren Alter noch durch regelmäßige Bewegung profitieren und ihre Leistungsfähigkeit nicht nur erhalten sondern auch erhöhen können.

Der Landessportbund hat ein Projekt „Gesund älter werden“ gestartet. Ziel dieses Vorhabens ist die Erfassung der derzeitigen Angebote sportlicher Bewegung im Alter, die Ermittlung eines möglichen zusätzlichen Bedarfs und die Gestaltung neuer Möglichkeiten für den Seniorensport.

Auch wenn wir insgesamt in unserem Kreis und in Stralsund auf dem richtigen Weg im Seniorensport sind, gibt es ebne zahlreiche „weiße Flecken“ schon sehr nahe unserer Stadt. So soll das obige Projektes insbesondere im Raum Altenpleen und Grimmen umgesetzt werden – auch mit der Unterstützung von Stralsundern.

Die Sportvereine schenken dem Seniorensport die notwendige Aufmerksamkeit.



Foto: privat

Viele Angebote – Sportvereine, Fitness-Center und Physiotherapeuten – gibt es in der Hansestadt Stralsund. Wer als Seniorin oder Senior Sport im Verein treiben möchte, kann sich stets an den Sportbund (Telefon: 03831 293376) wenden. Dort kann jeder Auskunft über die sportlichen Möglichkeiten in Stralsund erhalten.

Für die Seniorinnen gibt es seit Jahrzehnten die Gymnastik. Für dem Rehabilitations-sport wurden besonders nach 1990 in mehreren Vereinen zahlreiche neue Sportgruppen geschaffen und es werden außerdem umfangreich Möglichkeiten sportlicher Aktivitäten nach der beendeten Rehabilitation angebo-

ten. In der Hansestadt Stralsund gibt es viele unterschiedliche Angebote u. a. im SV Medizin, bei sport live, beim SV Uhlenhaus und beim TSV 1860. Seit dem Präventionsgesetz ist für zahlreiche Kurse die Förderung der Teilnahme an Präventionskursen seitens der Krankenkassen – ersatzlos - gestrichen worden. Trotzdem werden von den Sportvereinen weiter kostengünstige und nachhaltige Angebote für den regelmäßigen präventiven Sport – als Freizeitsport überwiegend für Seniorinnen und Senioren - angeboten. Ein zusätzlicher Höhepunkt ist das jährliche Stralsunder Seniorensportfest des KSB Vorpommern-Rügen.

Bemerkenswert ist weiter die Tendenz, dass für Senioren zunehmend altersgerechte Wettkämpfe ab Stadt- und Kreisebene aufwärts angeboten werden. So gibt es für die Veterans, Masters, Seniorinnen und Senioren Nationale, Europa- und Weltmeisterschaften in spezifischen Altersklassen. Im Volleyball, Gewichtheben, in der Leichtathletik, im Tennis und im Tischtennis sowie in weiteren Sportarten sind Stralsunder Seniorinnen und Senioren national und international aktiv.

Für die Sportvereine ist deshalb die Einbeziehung des Seniorensports weiterhin wesentlicher Bestandteil einer erfolgreichen Arbeit.

ErgoTherapiePraxis Christina Schubbe

Carl-Heydemann-Ring 130 & 136
Tel. 03831-4446910
info@ergotherapie-schubbe.de
www.ergotherapie-schubbe.de



- alle Fachbereiche u.a. Neurologie und Handtherapie
- Hausbesuche nach ärztlicher Verordnung, auch in soz. Einrichtungen / Pflegeeinrichtungen
- barrierefreie Praxis mit kostenfreien Parkmöglichkeiten

Evangelisches Altenzentrum

Stiftung „Stralsunder Schwesternheimathaus“

- ◆ so viel Hilfe wie notwendig
- ◆ so viel Eigenständigkeit wie möglich
- ◆ 93 Plätze
- ◆ Voll- und Teilstationäre Pflege und Betreuung



Große Parower Straße 42 • 18435 Stralsund
Tel.: 0 38 31/37 58-0 • Fax: 0 38 31/37 58 19

e-mail: shh@schwesternheimathaus.de
Internet: www.schwesterheimathaus.de

Ihre Ansprechpartnerin: Schwester Christine Wawrsich

DER STRELAPARK AM GRÜNHUFER BOGEN

Das Seniorenfreundliche Einkaufszentrum

Es war im Jahr 1995, als am Grünhofer Bogen Stralsunds größter Einkaufsmarkt, der STRELAPARK seine Pforten öffnete. Die jüngeren Stralsunder kennen die Stadt ohne den STRELAPARK überhaupt nicht. Die reifere Generation kann sich sicherlich noch genau an die Versorgungssituation gerade nach der politischen Wende in der Hansestadt erinnern. Viele verfolgten sehr interessiert die Bauarbeiten ihres neuen Einkaufszentrums. Dann kam die Eröffnung und seither gehört der STRELAPARK zu Stralsund für Jung und Alt einfach dazu.

Der STRELAPARK und die darin beheimateten Geschäfte sorgen nicht nur für Nachschub im heimischen Kühlschrank - er ist gerade für Seniorinnen und Senioren viel mehr. Hier kann



Foto: Olaf Wermke

man modisches für festliche und alltägliche Stunden finden, sich den passenden Schuh aussuchen oder ein Buch zum Lesen am Abend einkaufen. Der Friseur ist für Sie da und beim Schlüsseldienst kann man nicht

nur Schlüssel nachmachen sondern auch Namensschilder anfertigen lassen. Im MediaMarkt gibt es u.a. Fernsehgeräte, Kühlschränke und vieles mehr für die ältere Generation mit bedienungsfreundlichen Ele-

menten. Natürlich sind auch die Mitarbeiter gern bereit Tipps und Hinweise zu geben und auch der Anschluß von Geräten Zuhause ist möglich.

Für die Seniorinnen und Senioren ist der ärztliche und pflegerische Bereich im STRELAPARK ein wichtiger Anlaufpunkt. Ärzte verschiedener Fachrichtungen haben im STRELAPARK ihre Praxen genauso wie die Physiotherapie. Apotheke, Optiker und Kind Hörgeräte runden diesen Bereich ab. Nicht unerwähnt sollte bleiben, dass man sich im STRELAPARK mit Freunden treffen und schön snacken kann. Dazu laden nicht nur die gastronomischen Einrichtungen des Centers, sondern auch so manche Sitzcken ein. Auch die beliebten Veranstaltungen sind immer einen Besuch wert.



STRELAPARK

Das gönn' ich mir!

50 Stores unter einem Dach

Den perfekten Shopping-Tag genießen

Alle angesagten Labels und die kulinarische Belohnung gleich dazu. Alles unter einem Dach, alles ganz entspannt. Sie haben es sich verdient.

UNSERE
KERNÖFFNUNGSZEIT:

MO. - SA.

9 BIS 19 UHR

(ALDI 7 bis 20 Uhr,
ROSSMANN und familia
8 bis 20 Uhr)

Grünhofer Bogen 13 - 17, 18437 Stralsund
www.strelapark.de, Telefon: 0 38 31 - 37 64 1200



/strelapark.stralsund

www.strelapark.de



Spenden auch Sie!

Förderverein Stationäres Hospiz
Hansestadt Stralsund e.V.
18574 Poseritz/Rg., Swantow 8a

Telefon: 03831-285250
foerderverein-hospiz-stralsund@t-online.de
Spendenkonto: Sparkasse Stralsund
IBAN: DE 36 1505 0500 0102 039160
BIC: NOLADE21GRW

Für Frauen und Männer, die selber alt werden wollen.

Menschen sind verschieden. Das ist unstrittig. Bis diese so verschiedenen Menschen alt sind. Dann werden keine großen Unterschiede mehr gemacht. Wo es eben um das ganze gute Leben ging, soll plötzlich nur noch eine Frage übrig sein: Geht's noch? Allein zu Hause? Mit Pflegedienst? Oder, wenn's nicht mehr ganz so gut geht: Betreutes Wohnen? Oder wenn's gar nicht mehr geht: Heim? Dann werden aus Menschen Pflegefälle. Der Mensch wird, was ihm fehlt, er verschwindet hinter seinem Hilfebedarf.

Muss das so sein? Ist das der Lauf der Dinge? Macht das Alter denn wirklich alle gleich? Nein!

Menschen sind verschieden, gerade auf ihre alten Tage! Und darum gibt es die „Alte Schule“ Senioren-WG.

Als Alternative zum Betreuten Wohnen, als Alternative zum Heim. Für Frauen und Männer, die selber alt werden wollen. Die nicht nur ein paar Möbel mitbringen wollen sondern auch ihren eigenen Kopf. Die „Alte Schule“ passt, wenn jemand trotz aller Probleme mit Alter und Gesundheit Ansprüche hat an sich und andere.

Sie wollen selber alt werden? Sie können mit uns einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren. Gerne gemeinsam mit Ihren Angehörigen oder Freunden.

Ihr Ansprechpartner bei uns:
Bernd Koenig, Tel.: 03831 - 685 35 60.



Alte Schule Senioren-WG, Wolfgang-Heinze-Str. 9, Stralsund

Wir helfen hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

Selber alt werden Alte Schule Senioren - WG



Alte Schule Senioren-WG, Wolfgang-Heinze-Str. 9, Stralsund

Wir helfen hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

DAS PROJEKT MEHRGENERATIONENHAUS

„Miteinander-Füreinander“ im Speicher am Katharinenberg



Helfende und Mitspieler:innen gesucht!

Unser Mehrgenerationenhaus ist ein Ort der Begegnung für Menschen jeden Alters und je-

der Herkunft. Menschen lernen sich kennen, tauschen sich aus und werden miteinander aktiv. Durch unseren integrativen Freizeittreff kommen behinderte und nicht behinderte Menschen selbstverständlich in Kontakt.

Die Angebote richten sich nach den Bedarfen der Menschen. Die Räume für Begegnung und die Angebote werden in vielen Fällen erst durch Ehrenamtliche möglich.

Im Wegweiser Kommune wird Stralsund als eine Stadt mit dem Trend zur Alterung beschrieben. So ist es nicht verwunderlich, dass wir für Senior:innen ein wichtiger Anlaufpunkt geworden sind.

Der Freizeittreff öffnet seinen Raum, lädt beispielsweise zu den **Montagsmalern** und dem **Spielenachmittag** ein.

Vor vielen Jahren gründete sich ein **Internetstammtisch**, der von ausgebildeten Silversurfern begleitet wird. Das Computertaining ist zu einer **Computerfragestunde** geworden, die von

jungen Freiwilligen angeboten wird.

Seit 2015 gibt es im Haus die **seniorTrainer-Agentur**. Menschen im Ruhestand absolvieren in Schwerin einen Grundkurs zur seniorTrainerin/zum seniorTrainer und werden anschließend in Projekten im ganzen Landkreis aktiv. Regelmäßige Treffen finden hier statt.

Wir freuen uns, dass die **Seniorenakademie 55+** seit Anfang des Jahres bei uns ihr Zuhause hat.

Vor 7 Jahren schulten wir in Zusammenarbeit mit der Alzheimergesellschaft erste Ehrenamtliche, die jetzt im **Helferkreis für Menschen mit Demenz** aktiv sind. Sie begleiten die Menschen stundenweise in der Häuslichkeit. So werden Angehörige entlastet und Betroffene bereichert. Die Helfenden stellen sich auf die Bedürfnisse der Menschen ein, sie erhalten aus dem Betreuungsbetrag der Pflegekassen ab Pflegegrad 1 eine Aufwandsentschädigung. Derzeit haben wir viele Nach-

Kontakt: Susanne Tessendorf
 Koordinatorin Mehrgenerationenhaus
 Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V.
 18439 Stralsund; Katharinenberg 35
 Tel. 03831/38343
 E-Mail: mgh@kdw-hst.de
www.kdw-hst.de



fragen und würden uns über mehr Helfende, idealerweise mit Vorbildung, freuen!!!

Zusammen mit der Angehörigengruppe für Menschen mit Demenz, die regelmäßig hier stattfindet, entstand die Idee, eine Karten- und Brettspielrunde für Menschen mit Demenz in unseren Treff zu integrieren. Wir suchen noch Mitspieler:innen!!!

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Susanne Tessendorf unter 03831/383439 oder per E-Mail unter mgh@kdw-hst.de. Weitere Angebote finden Sie unter www.kdw-hst.de



SENIORENBEIRAT DER HANSESTADT STRALSUND
KNIEPERDAMM 28, 18435 STRALSUND
TELEFON/FAX: 03831 - 30 20 18
MONTAG – FREITAG VON 8.00 BIS 12.00 UHR
E-MAIL: INFO@SENIORENBEIRAT-STRALSUND.DE
WWW.SENIORENBEIRAT-STRALSUND.DE



„Wohnen mit Service“

Wohnen sie da, wo andere Urlaub machen!

Tel. 03831 34 61 26
www.hansesamariterteam.de

HANSE SAMARITER TEAM

**HÄUSLICHE SENIORENPFLEGE
 UND KRANKENPFLEGE**

**Wir stellen Ihre
 Medikamente für
 Zuhause zusammen.
 Sprechen Sie uns
 an, wir beraten
 Sie gerne.**



Apotheker Alexander Eschrich

Öffnungszeiten

Mo.- Fr. 8.00 - 18.30.00 Uhr
 und Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

Lindenallee 25 • 18437 Stralsund

Tel. 03831/47290 • Fax 03831/472910

E-Mail: info@bodden-apotheke.de

Onlineshop unter: www.bodden-apotheke.de

Avent-Apotheken-Partner • Homöopathie • Beratung

STADTTEILKOORDINATION FRANKENVORSTADT

Auch in 2022 sind viele Aktivitäten und Projekte geplant

Die Stadtteilkoordinatorinnen in der Frankenvorstadt laden auch im Jahr 2022 alle großen und kleinen, jungen und junggebliebenen Anwohner und Anwohnerinnen herzlich ein, ihren Stadtteil, ihre Nachbarschaften und ihr Wohnumfeld gemeinsam aktiv mitzugestalten. Mithilfe des Verfügungsfonds Frankenvorstadt aus dem Städtebauförderprogramm „Sozialer Zusammenhalt“ (bis 2019 „Soziale Stadt“) stehen auch 2022 wieder Finanzmittel für eine Vielzahl von Projekten und Aktionen bereit, um gemeinsam nachhaltig eine Verbesserung der Lebensqualität im Stadtteil zu erwirken.

Sie können sich mit Ihren Fragen und Vorschlägen gerne telefonisch oder persönlich während unserer Sprechzeiten an uns wenden. Wir sind don-



Teilnehmerinnen beim Stadtteilfrühstück.

nerstags von 10:00 bis 12:00 Uhr oder sonst nach Vereinbarung für Sie vor Ort. Wir helfen Ihnen gewiss bei der Realisierung

Ihrer Projekte und nehmen auch Anregungen zur Verschönerung des Stadtteils entgegen. Nehmen Sie unbedingt Kontakt zu uns auf, wenn Sie zu einem der regelmäßigen Angebote kommen möchten und vorher noch nähere Informationen benötigen. Die Teilnehmer/innen freuen sich über „Zuwachs“ in der Gruppe.

Gerne sind wir auch behilflich beim Aufbau weiterer Gruppen, sei es zum Kartenspielen, Handarbeiten, Spaziergang am Frankenteich oder zum Klönschnack bei einer Tasse Kaffee. Rufen Sie uns einfach an!

Fühlen Sie sich herzlich eingeladen zu unseren regelmäßigen Veranstaltungen und Festen in der Frankenvorstadt!

Unsere Angebote finden auf-



grund der räumlichen Kapazitäten sowohl bei der Stadtteilkoordination Frankenvorstadt als auch im Jugendclub „2day“ statt.

Regelmäßige Angebote:
Stadtteilkoordination Frankenvorstadt, Großer Diebsteig 3:

Mittwoch 15:30 Uhr Lesecafé (1 x im Monat)

Mi./Do. 3 x im Jahr Kleidertausch

Jugendclub „2day“,

Großer Diebsteig 38:

Montag 10:00 Uhr: Basteln

Mittwoch 09:30 Uhr:

Stadtteilfrühstück (1.+3. Mittwoch im Monat), danach Tipps und Tricks für Handy und Tablet von einer SilverSurferin

Veranstaltungen im Stadtteil

16. September:

Stadtteilfest Frankenvorstadt im Stadion der Freundschaft

Stadtteilkoordination Frankenvorstadt

Verena Schmidt

Sylke Schreier-Hennessee

Großer Diebsteig 3, 18439 Stralsund

Tel./Fax: 03831 288 2999

E-Mail: qmgyruenhufe@gmx.de



Fotos: Stadtteilkoordination




Betreutes Wohnen
„Am Sonnenhügel“

- Betreuung mit Herz und Engagement • *Umfassende Hilfe bei Demenz*
- qualifizierter Pflegedienst • breites Veranstaltungsspektrum
- *kleine Reihenhäuschen im Grünen* • wohnen in 2- und 3-Raumwohnungen

Objektleitung: Kirsten Jüdes
Weißdornweg 1 • 18439 Stralsund
Tel.: 03831-3050 85 • Funk: 0162-100 2 999

NEU - NEU - NEU - NEU

Der ASB-Alltagslotse

Tel.: 0800-3785000*

(kostenfreie Rufnummer*)

Für Ihr selbstbestimmtes Leben im Alter.

Alle Leistungen im Überblick auch unter:

www.asb-nordost.de/alltagslotse/

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

1. Für Ihren Haushalt
2. Für Ihre Freizeit
3. Für Ihre Gesundheit
4. Für Ihr Wohlbefinden
5. Für Ihre Sicherheit
6. Für Ihre Beratung
7. Für Ihre Betreuung/ Begleitung



WOHNEN IM ALTER

Angebote in der Hansestadt Stralsund

Betreutes Wohnen

Jeder, der im Alter nicht allein leben möchte und die Gemeinschaft sucht oder Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags benötigt, kann in ein betreutes Wohnen ziehen. Bewohnt wird eine eigene Wohnung in wählbarer Größe mit einer Küchenzeile und einem Duschbad. Hierfür ist kein Pflegegrad Voraussetzung. Bei dieser Wohnform besteht nachts eine Rufbereitschaft. Eine 24-Stunden-Betreuung ist in Einrichtungen des intensiv betreuten Wohnens gegeben.

BWV-Verwaltungs-GmbH

Andershofer Weide 39
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 28 88 50

Caritas-Seniorenzentrum St. Josef

Jungfernstieg 2 – 3 A
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 24 26 00
• 78 Wohnungen

Haus Bernstein

Langenstraße 61
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 29 85 04
• 12 Wohnungen

DRK Kreisverband

Hafenstraße 21
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 39 04 06
• 66 Wohnungen

Sozialdiakonisches Zentrum der evangelischen Kirchengemeinde

Hans-Fallada-Straße 10
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 37 49 47
• 25 Wohnungen

Achtung: gebundener Wohnraum; Wohnberechtigungsschein erforderlich

Haus- und Grundverwaltung

Knieperwall 1 A
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 29 04 07
• 51 Wohnungen

Nur Eigentümer!

Betreuung durch Hestia

HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH

Betreutes Wohnen im Schwedenspeicher
Schillstraße 39
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30 80 05,
Pflegedienstleitung Frau Trettin
• 51 Wohnungen

Kleeblatt Sund GmbH

Zur Steilküste 3
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30925910
• 36 Wohnungen

„Min Boddenhus“

Betreuung durch
Pflegedienst Kleeblatt
Strandschlag 1
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 2898380
• 18 Wohnungen

„Küstenhaus“

Betreuung durch
Pflegedienst Kleeblatt
Zur Steilküste 3
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30925910
infp@pd-kleeblatt.de
• 26 Wohnungen

Seniorenresidenz Kraska

Jungfernstieg 16
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 28 82 0
• 35 Wohnungen

COBI Seniorenresidenz Kraska

Papenstraße 5
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 28 82 0
www.cobi-seniorenresidenz.de
• 15 Wohnungen

BWV Verwaltungs-GmbH

Andershofer Dorfstraße 24
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 28 88 50
• 16 Wohnungen

Volkssolidarität

Vorpommern e.V.
Knieperdamm 28,
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 30 20 10
Knieperdamm 28
• 53 Wohnungen
Klausdorfer Str. 11
• 37 Wohnungen
Knieperdamm 12
• 22 Wohnungen

ASB Arbeiter-Samariter-Bund RV NORD-OST e.V.

Bereich Wohnen
Telefon: (03831) 68 53 56 0
Maxim-Gorki-Straße 26
18435 Stralsund
• 31 Wohnungen
Carl-Löwe-Ring 4
18435 Stralsund
• 37 Wohnungen
Pflegedienst Prettin
„Seniorenresidenz“
Heinrich-Heine-Ring 105
Telefon: (03831) 3047914
• 21 Wohnungen

Betreutes Wohnen

„Sonnenhügel“ Andershof
Weißdornweg 1
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30 50 85
• 103 Wohnungen

Betreutes Wohnen der ambulanten Pflege Streufert

Gustower Weg 6
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 27 12 27
• 20 Wohnungen

Betreutes und intensiv betreutes Wohnen Haus „Nordlicht“

Knieperdamm 25
Thomas-Kantzow-Str. 13
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 3555540
• 18 Wohnungen

Haus „Bellevue“

Prohner Straße 13
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 28 60 98
• 20 Wohnungen

Wohnen mit Service

Hanse Samariter Team
Frankenstraße 1 - 2
18439 Stralsund
Pflegedienstleitung:
Telefon: (03831) 34 61 26
• 15 Wohnungen

Ravensberger Straße 3 B

18439 Stralsund
Pflegedienstleitung:
Telefon: (03831) 34 61 26
• 11 Wohnungen

Hestia Pflege- und Heimeinrichtung GmbH

Lübecker Allee 56
18437 Stralsund
Telefon: (03831).30 55 22
• 51 Wohnungen

Ambulant betreutes Wohnen (Pflege-Wohngemeinschaft)

Der Bewohner verfügt über ein eigenes Zimmer mit Duschbad. Alle anderen Räume werden gemeinschaftlich genutzt. Hier ist meist Pflegegrad Voraussetzung. Bei dieser Wohnform steht eine 24-Stunden-Betreuung zur Verfügung.

Memo Clinic® Spezialeinrichtung für Menschen mit Demenz

Uhlenhaus PFLEGE GmbH
Rotdornweg 10
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30 645 50/61
• 44 Wohnungen

Hauskrankenpflege „Nordlicht“

Prohner Str. 13
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 355 55 40

Intensivwohngruppe „Sundlichter“

Thomas-Kantzow-Straße 13
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 355 55 40
• 6 Plätze

Pflegedienst Dagmar Prettin

Barther Straße 61
18437 Stralsund
Telefon: (038323) 204 (Büro)
• 12 Plätze

Pflegedienst Prettin

Heinrich-Heine-Ring 105
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 304 79 14
• 3 Wohngruppen = 22 Plätze

Arbeiter-Samariter-Bund

RV NORD-OST e.V.
Senioren-WG „Alte Schule“
Intensivbetreuung durch
„Lebens(T)raum“
Wolfgang-Heinze-Str. 9
18437 Stralsund
Telefon: 03831-685 35 60
• 18 Wohnungen (ASB)
• 6 Pflegeplätze (Lebenstraum)

Intensiv Pflege Dienst

Wohngruppe Stralsund
Werner-von-Siemens-Straße 4
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 20 31 617

„Min Boddenhus“

von Pflegedienst Kleeblatt
Betreuung durch
Pflegedienst Kleeblatt
Zur Steilküste 3
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 2898380
• 2 Wohngruppen
(je 10 Bewohner)

Betreutes Wohnen Haus Sundhaus

Zur Steilküste 3
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30925910

Pflege und Wohnen an der Stadtkoppel GmbH

Barther Straße 58
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 30 93 038
Mobil: (0160) 59 06 772

Volkssolidarität

Grimmen-Stralsund e.V.
Knieperdamm 12
18435 Stralsund
Telefon (03831) 30 20 10
• 21 Plätzen

**Renafan Lebens(T)raum
Wohngemeinschaft für
beatmungspflichtige Patienten**
Grünhufer Bogen 1 b
18437 Stralsund

• 9 Plätze

„Alte Schule“

Wolfgang-Heinze-Straße 9
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 37 49 888

• 6 Plätze

Tagespflege

Voraussetzung für die Tagespflege ist meist ein Pflegegrad. Die Klienten werden in der Regel morgens abgeholt und am Nachmittag in die Häuslichkeit zurückgefahren. Der Aufenthalt erfolgt nach Wunsch 1-5 Tage die Woche.

**Caritas-Seniorenzentrum „St. Josef“
Tagespflege**

Jungfernstieg 2-3a
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 24 21 27
• 11 Plätze

**Arbeiter-Samariter-Bund
RV Nord-Ost e.V.**

Carl-Loewe-Ring 4
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 30 27 93
• 19 Plätze

DRK

Lübecker Allee 51
18437 Stralsund
Tel.: 03831 203 44-28
Mobil: 0176 46 500 230
tagespflege-hst@drk-ruegen-
stralsund.de

Tagespflege GbR Lebensweg

Lübecker Allee 51
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 20 34 428
• 19 Plätze

Tagespflege „Sundlichter“

Thomas-Kantow-Straße 13
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 35 55 540
• 18 Plätze

**Uhlenhaus PFLEGE GmbH –
Tagespflege in der Memo Clinic®
Schwerpunkt Demenz**

Rotdornweg 12
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 35 690 66
• 18 Plätze

**Uhlenhaus PFLEGE GmbH
Tagespflege im Knieperhaus 1
Schwerpunkt Altersmedizin**

Heinrich-Heine-Ring 122-124
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 35 53 676
• 20 Plätze

**Uhlenhaus KLINIK GmbH
Tagesklinik/Institutsambulanz**

Rotdornweg 10
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30 645 10/20
tk.hst-haus2@uhlenhaus.de

**Tagespflegeeinrichtung der
Volkssolidarität Vorpommern e.V**

Knieperdamm 12
Telefon: (03831) 28 39 912
• 18 Plätze

**Pflegedienst Tesch
Tageseinrichtung „Sonnenschein“**

Carl-Heydemann-Ring 136 a
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 49 86 59
• 20 Plätze

Pflegedienst Prettin

Heinrich-Heine-Ring 105
18435 Stralsund
Telefon: (03831) 30 47 914
• 16 Plätze

**AWO Senioren-Tagespflege
im „Forsthaus“ Wamper Weg 7**

18439 Stralsund
Telefon: (03831) 30 92 770
• 25 Plätze

**Pflege und Wohnen
an der Stadtkoppel GmbH**

Barther Straße 58
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 30 93 038
Mobil: (0160) 59 06 772
• 25 Plätze
(ab August 2020)

Altersgerechtes Wohnen

Die Wohnungen sind per Fahrstuhl erreichbar und haben keine Schwellen, sodass sie mit Rollator genutzt werden können.

**Vermietungen durch Wohnungsgenossenschaft „Aufbau“ eG Stralsund
Wohnprojekt KNIEPERHAUS®**

Tel.: Vermietung: (03831) 37 55 0
KNIEPERHAUS 1
Heinrich-Heine-Ring 122-126
Tel. Pflegedienst: 35 67 99

• 90 Wohnungen
KNIEPERHAUS 2
Heinrich-Heine-Ring 140
Tel. Pflegedienst: 28 36 15
• 35 Wohnungen

*Die Pflege und Betreuung in den
KNIEPERHÄUSERN wird durch
den Uhlenhaus Pflegedienst geleistet.*

**Wohnungsbaugenossenschaft
„Volkswerft“ Stralsund e.G.**

Kedingshäger Straße 78
Telefon: (03831) 37 70 0

**SWG Stralsunder
Wohnungsbaugesellschaft mbH**

Hafenstraße 27
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 24 84 04;
Fax: (03831) 24 84 28

• **Stadtteil Franken**
altersfreundliche 2-,3- und
4-Raumwohnungen
im oberen Preissegment

• **Stadtteil Knieper West**
hochwertige 2- und 3-Raum-
wohnungen sowie teilsanierte
1- und 2-Raumwohnungen

Stefan terSmitten

Wolfgang-Heinze-Straße 10
18439 Stralsund
Telefon: (03831) 29 71 95
• 27 Wohnungen

**Pflege und Wohnen
an der Stadtkoppel GmbH**

Barther Straße 58
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 30 93 038
Mobil: (0160) 59 06 772
• 16 Wohnungen
(ab August 2020)

Pflegeeinrichtungen

Die Voraussetzung für die Aufnahme in ein Heim ist ein Pflegegrad. Der Bewohner hat einen Platz in einem Einbett- oder Mehrbettzimmer. Eine 24-Stunden-Betreuung ist hier gegeben.

Caritas-Seniorenzentrum „St. Josef“

18437 Stralsund
Jungfernstieg 2 – 3a
Telefon: (03831) 24 20

**Evangelisches Altenzentrum
Schwesternheimathaus**

18435 Stralsund
Große Parower Straße 62
Telefon: (03831) 37 58 0
• 93 Plätze

KerVita Seniorenzentrum

„Am Tierpark“ GmbH
Barther Straße 29
18437 Stralsund

Telefon: (03831) 28 4 80
• 107 Pflegeplätze

Pflege im Wandel Jenny Witte

Heinrich-Heine-Ring 78
18435 Stralsund
Tel.: (03831) 3554284
Mobil: 01746507204
Email: jennywitte.intensivpflege@web.de

**Wohlfahrtseinrichtungen der
Hansestadt Stralsund gGmbH**

Grünhufer Bogen 1A
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 30 43 04
info@wfhst.de
mit den Sozialzentren:

Pflegeeinrichtungen „Am Grünhain“

Grünhufer Bogen 1A
Telefon: (03831) 304-57 27
• 92 Plätze

**Pflegeeinrichtungen
„Am Mühlgraben“**

Grünhufer Bogen 1B
Telefon: (03831) 35 58 90
• 107 Plätze

Pflegeeinrichtungen „Am Stadtwald“

Grünhufer Bogen 1
Telefon: (03831) 30 45 01
• 100 Plätze

**Pflegeeinrichtungen
„Rosa Luxemburg“**

Hafenstraße 25
Telefon: (03831) 700 65-0
• 70 Plätze

Pflegeeinrichtungen

„Seniorenhaus Brunnenau“
Knieperdamm 4A
Telefon: (03831) 374-0
• 96 Plätze

Pflegehotel „Stralsund“

Grünhufer Bogen 1
Telefon: (03831) 30 45 741
20 Einzelzimmer, 2 für Angehörige






Hospiz „Gezeiten“

Grünhufer Bogen 1a
18437 Stralsund
Telefon: (03831) 43 49 853
• 8 Plätze, 2 Tagesplätze



HILFS- UND PFLEGEANGEBOTE

Wenn Sie den Alltag nicht alleine bewältigen können ...

 Stationärer Mittagstisch	Sozial-Diakonisches-Zentrum Caritas-Seniorenzentrum „Sankt Josef“ Stiftung Stralsunder Schwesternheimathaus StrelaMenü Kreisdiakonisches Werk „Die Halle“ Ann's Kantine	Hans-Fallada-Straße 10 Jungfernstieg 2 – 3a Große Parower Straße 42 Hans-Fallada-Str. 14 Carl-Heydemann-Ring 150 Heinrich-Mann-Straße 11	(03831) 39 07 04 (03831) 2 42 0 (03831) 37 58 0 (03831) 39 14 78 (03831) 28 21 54 (03831) 46 79 901			
	 Ambulanter Mittagstisch	Sozial-Diakonisches-Zentrum Dussmann IB – Internationaler Bund Stralsund Malteser Hilfsdienst gGmbH StrelaMenü	Hans-Fallada-Straße 10 Zur Schwedenschanze 1 Robert-Koch-Straße 17 Tribseer Damm 2 Hans-Fallada-Str. 14	(03831) 39 07 04 (03831) 35 55 61 (03831) 38 00 49 (03831) 26 29 0 / (03831) 26 29 15 (03831) 39 14 78		
		 Fahrdienst	Arbeiter-Samariter-Bund Kranken- und Rollstuhltransporte Stralsund Krankenfahrtdienst Ostseeküste Krankenförderung Medical Drive	Handwerkerweg 20 Feldstraße 14 Carl-Heydemann-Ring 128 Hans-Fallada-Straße 1	(03831) 37 85-0 (03831) 66 69 44 (03831) 66 60 077 (03831) 67 42 82	
			 Ambulanter Pflegedienst	Ambulante Pflege Streufert, Inh. Sylvia Schumacher Arbeiter-Samariter-Bund (Sozialstation) Caritas-Seniorenzentrum „St. Josef“-Sozialstation CURA-DOMUS-Pflegedienst Delphin-Pflegedienst, Thomas Kraska Diakonie-Sozialstation Knieper West DRK-Sozialstation Hanse Samariter Team, Inh. Anne-Kristin Bunge „Gartenhaus“ Psychosozialer Träger-Verein Stralsund e. V. Häuslicher Pflegedienst Brunhilde Tesch Hestia-Hanse Pflegeservice GmbH, Ambulante Pflege Volkssolidarität Sozialstation Pflegedienst „Lebensweg“ GbR, Simone Leitner/ Michael Venz Privater Pflegedienst Sigrid Pieper Sundische Kranken- und Altenpflege GbR Uhlenhaus Pflegedienst Pflegedienst Stralsund, Inh. Frank Hauth Hauskrankenpflege „Nordlicht“ (Intensivpflegedienst) Pflegedienst Ilona Kriehn und Anett Boy GbR Pflegedienst Willmer, Steffen Willmer Intensivpflegedienst Lebens(T)raum, Shaodong Fan	Rotdornweg 57 Heinrich-Heine-Ring 78 Jungfernstieg 2 – 3a Frankendamm 67a Jungfernstieg 16 Hans-Fallada- Straße 10 Hafenstraße 21 Ravensberger Straße 3B Langenstraße 51 Marienstraße 6A Kastanienweg 13 – 17 Knieperdamm 28 Lübecker Allee 49 Hans-Fallada-Str. 1 Frankendamm 84 Heinrich-Heine-Ring 121 Andershofer Weide 8 Prohner Straße 13 Heinrich-Heine-Ring 78 Heinrich-Mann-Straße 64 Sarnowstraße 7	(03831) 27 12 27 (03831) 29 27 32 (03831) 30 74 0 (03831) 20 33 810 (03831) 49 32 00 (03831) 39 12 21 (03831) 39 04-06 /-07 (03831) 34 61 26 (03831) 30 37 21 (03831) 49 86 59 (03831) 30 80 06 (03831) 30 20 14 (03831) 20 32 330 (03831) 49 52 42 (03831) 44 47 65 (03831) 35 66 88 (03831) 27 01 11 (03831) 35 55 540 (03831) 36 38 (03831) 67 30 201 (03831) 37 49 888 24-h-Kontakt: 0152 09 461 735 (03831) 94 16 260 (03831) 30 93 038, 0160 56 06 772
				Anne Kraus- Pflgeteam Pflege und Wohnen an der Stadtkoppel GmbH	Frankenwall 27 Barther Straße 58	(03831) 28 5890 (03831) 46 39 230 (03831) 43 49 853 (03831) 66 77 870 Handy: 0170 559 5580 (03831) 30 35 520 (03831) 30 35 522
 Sonstige Hilfsangebote	Ambulanter Caritas-Hospizdienst Leiterin: Martina Steinfurth, Handy: 0152 25969579, E-Mail: m.steinfurth@caritas-vorpommern.de Trauercafé jeden 2. Donnerstag im Monat Frankenwall 7 Lazarus-Dienste Hilfe und Beistand von 08.00 – 22.00 Uhr erreichbar Stationäres Hospiz „Gezeiten“ Pflegedienstleiterin Frau Reike Mülling, Sozialarbeiterin Frau Kathleen Schneider info.hospiz@wfehst.de Stralsunder Hospizverein e.V. Ansprechpartnerin: Yvonne Genzen „Lebenszeit“ e.V. Förderverein für ambulante Palliativversorgung Stralsund Palliativambulanz Stralsund-Rügen GbR E-Mail: pallikoordination-hst-ruegen@t-online.de	Frankenwall 7 Grünhufer Bogen 3 Knieperstraße 20 E-Mail: info@hospizverein-stralsund.de Olof-Palme-Platz 5 Olaf-Palme-Platz 5		(03831) 28 5890 (03831) 46 39 230 (03831) 43 49 853 (03831) 66 77 870 Handy: 0170 559 5580 (03831) 30 35 520 (03831) 30 35 522		
	Stralsunder Tafel tafel@drk-ruegen-stralsund.de	Parkstraße 9		(03831) 39 27-25		
	DRK Kleiderkammer Dienstag und Donnerstag von 9:00 – 15:00 Uhr	Mühlgrabenstraße 10		(03831) 44 30-89		
	Förderverein für Menschen mit Demenz Rotdornweg 10, 18439 Stralsund	www.demenznetzwek-vr.de		Tel. 03831 357 1801		

LAZARUSDIENSTE

Mit den Lazarusdiensten wollen wir in der Hansestadt Stralsund einen Dienst entwickeln, der nicht nur pauschal und einseitig hilft, sondern den Menschen in seiner Ganzheit und Individualität in den Blick nimmt und dementsprechend auf Störungen und Krisen gezielt reagieren kann. Denn Gott hat den Menschen geschaffen, mit allem, was zu ihm gehört, mit Stärken, Talenten, Schwächen, Unzulänglichkeiten, Krankheiten, Behinderungen, und er hat ihn ausgestattet mit dem Bedürfnis zu lieben und geliebt zu werden.

Aus jahrzehntelanger Erfahrung im Dienst am Menschen, die durch Alter, Krankheit oder Behinderung nicht mehr in der Lage sind, ihre Angelegenheiten im Alltag selbst zu besorgen haben wir einen tiefen Einblick in die Sorgen und Nöte von Hilfesuchenden gewonnen, und er-

kennt, dass die Formen von Bedürftigkeit so vielschichtig sind, wie es Menschen auf dieser Erde gibt. Dies gilt auch in der Arbeit im Hospizbereich. Schwerkranken und Sterbende zu begleiten bedeutet immer, den Menschen ganzheitlich als Individuum zu sehen. Viele Angebote und Dienste unserer Gesellschaft werden dem nicht gerecht. Bei der Erstellung des Pastoralprinzips für die Pfarrei St. Bernhard Stralsund-Rügen-Demmin konnten wir diese besondere Seelsorge in den Blick nehmen und daraus das Konzept für die Lazarus-Dienste entwickeln. So können wir heute Menschen in besonderen Lebenssituationen einen für sie passenden Dienst anbieten, der genau da ansetzt, wo er nötig ist und flexibel auf besondere Situationen wie z.B. einem Lockdown während der Corona Pandemie reagieren kann. Der

Lazarus DIENSTE

Stralsund

8-22h erreichbar: 03831- 46 39 230

bieten Menschen Begleitung und Unterstützung in Grenzsituationen des Lebens an

Durch alle Zeiten getragen.

Dienst wird von Ehrenamtlichen aus unserer Region geleistet. Jeder kann nach seinem Charisma tätig werden und gewinnt auch für sich den Mehrwert, etwas Wichtiges zu tun und wichtig zu sein. Ehrenamtliche wählen aus, welches Amt sie übernehmen wollen und wie sie ihre Arbeit zeitlich begrenzen. Sie werden dabei von Frau Steinfurth als Koordinatorin ebenso unterstützt wie durch die Seelsorger der Pfarrei St. Bernhard. Sie erhalten zusätzlich Fortbildung vom EBO, Bereich

Seelsorge. Das erste Jahr nach der Gründung unserer Lazarus Dienste war geprägt von der Corona Pandemie. Es gelang uns mit einem gut ausgearbeiteten Hygienekonzept trotz Abstand den Menschen nah zu sein. Dies galt hauptsächlich für unsere Besuchsdienste, für die Trauerbegleitungen und für die Begleitung nach dem Tod eines Zugehörigen bis hin zur Beratung in sozialrechtlichen Fragen und die Vermittlung von Seelsorge in Akutsituationen.

Martina Steinfurth

 **Gesund ist bunt**

APOTHEKEN

Aus Liebe zu Ihrer Gesundheit.

Ihr Botendienst in Stralsund!

apo-koralle@web.de
apo-bernstein@web.de
apo-sund@web.de






BERNSTEIN-APOTHEKE
H.-Heine-Ring 107, Tel.: 03831-31 02 00


SUND-APOTHEKE
H.-Heine-Ring 120 C, Tel.: 03831-39 03 22

KORALLEN-APOTHEKE
Hans-Fallada-Str. 1, Tel.: 03831-30 86 90

HANSA-APOTHEKE
Gustower Weg 2, Telefon: 03831-27 02 06




Bestellungen einfach, schnell & sicher zu Ihnen nach Hause.



Werden Sie Teil der Familie.

Als modernes Familienunternehmen betreiben wir hochwertige Senioren-Zentren, die Ihnen sowohl Wohlfühlatmosphäre als auch hohe Pflegekompetenz bieten.


Bei uns können Sie: Mit Sicherheit sorglos leben

Zu unseren Leistungen zählen:

- 107 Pflegeplätze mit 91 Einzel- und 8 Doppelzimmern
- Versorgung in allen Pflegegraden (1-5)
- Gemütliche Cafeteria
- Täglich bis zu sechs frische, gesunde und schmackhafte, sowie abwechslungsreiche Mahlzeiten
- Urlaubs- und Kuzzeitpflege
- Pflege für demenziell veränderte Menschen in einem beschützten Bereich

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Ihren Besuch.

Senioren-Zentrum „Am Tierpark“
Barther Straße 29, 18437 Stralsund
Tel.: 03831 28480
E-Mail: atp@kervita.de
kervita-senioren-zentren



Mit Sicherheit sorglos leben.

DAS STADTARCHIV

Stralsunds Gedächtnis

Wer etwas zur Geschichte unserer Stadt erfahren möchte, der fragt meist zuerst im Stadtarchiv nach. Dort wird man auch in den meisten Fällen fündig oder bekommt zumindest einen Tipp, wo man sonst noch nachfragen oder suchen könnte. Ca. 125.000 Bücher, über 70.000 Akten, 1.200 Handschriften, über 6.000 Urkunden und Testamente, ungefähr ebenso viele Karten und Pläne, über 50.000 Fotos und Postkarten, nahezu alle Stralsunder Tageszeitungen seit dem 18. Jahrhundert und viele andere Dokumente speichern die fast 800-jährige Geschichte Stralsunds und seiner Umgebung. Genutzt werden diese Unterlagen von Wissenschaftlern, Heimat- und Familienforschern, Schülerinnen und Schülern sowie von allen an der Geschichte Interessierten.

Daneben werden aber auch amtliche Auskünfte erteilt, z. B. an Behörden und Gerichte. Viele persönliche Schicksale treten bei den Recherchen zutage, denn mit den alten Registern und Akten des Standesamtes, die 1874 beginnen, und mit den auf Karteikarten abgeschriebenen Kirchenbüchern verfügt das Stadtarchiv über eine Dokumentation der Einwohner der Stadt über die letzten vier Jahrhunderte. Aber auch zu vielen Sachfragen können die Dokumente des Archivs Auskunft geben. Wo befand sich welcher Betrieb oder welcher Laden? Wie sah die Stadt vor 200 Jahren aus? Wann wurde welche Schule gebaut? Was waren die wichtigsten Ereignisse eines bestimmten



Foto: Hansestadt Stralsund / Pressestelle

Jahres? Die Themen sind geradezu unendlich. Wer die Antworten im Stadtarchiv finden möchte, kann sich zur Benutzung im Lesesaal anmelden. Man kann aber auch die Recherche über das Internet nutzen. Dort sind bereits viele Dokumente veröffentlicht, wie die Stralsundische Zeitung bis 1925.

Stadtarchiv der Hansestadt Stralsund
 Am Johanniskloster 35
 18439 Stralsund
 Tel.: 03831 253 640
 Email: stadtarchiv@stralsund.de
www.stralsund.de/stadtarchiv

Öffnungszeiten des Lesesaals
 Mo 13.00 – 17.00 Uhr
 Di und Mi 09.00 – 17.00 Uhr
 Do 09.00 – 13.00 Uhr
 (Anmeldung zur Benutzung notwendig!)

Ihre Familienanzeige in der ZAS

*Alles liebe zum
Hochzeitstag
und viele weitere
gemeinsame Jahre!*

**Wir freuen uns
über die Geburt
unseres Enkels und
gratulieren den
glücklichen Eltern.
Die Großeltern**

*Liebe Mutti,
Lieber Vati,
schöne
Weihnachten
für Euch.
Hans!*

**Liebe Hanna!
Alles liebe zur
Einschulung
Viel Spaß
in der Schule.
Deine Eltern und
Großeltern**

... zum Geburtstag, zur Hochzeit zur Jugendweihe oder nur um Danke zu sagen. www.zeitung-am-strelasund.de

10 Jahre Schwedenspeicher . BEGLEITEN . PFLEGEN . VERTRAUEN

durch den Ambulanten Pflegedienst der Hestia Pflege- und Heimeinrichtung GmbH



„Ich kann mich noch ganz genau daran erinnern, wie ich vor 10 Jahren zum Tag der offenen Tür im Schwedenspeicher war.“ So erinnert sich die 91jährige Adele Rumböhm (links im Bild), Bewohnerin des Schwedenspeichers an den Einzug in das alte Gemäuer. Jetzt bewohnt sie eine der 51 großen und hellen Zweiraumwohnungen. Seit der feierlichen Eröffnung des Schwedenspeichers am 20. Januar 2012 werden die Bewohner*innen liebevoll durch den Ambulanten Pflegedienst der Hestia Pflege- und Heimeinrichtung GmbH betreut.

„Wir wollen den Bewohnern*innen so viel Hilfe wie möglich anbieten, aber trotzdem sollen sie dabei nicht ihre Selbstständigkeit verlieren.“ gibt Pflegedienstleiterin Manuela Reinke (rechts im Bild) zum Ausdruck. In diesem Sinne, auf weitere tolle Jahre im Schwedenspeicher.

Ambulanter Pflegedienst
 Schillstraße 39, 18439 Stralsund
 Tel.: 03831-30 80 05

Café Begegnungsstätte
 Schillstraße 39/39a, 18439 Stralsund
 Tel.: 03831-44 43 52

Betreutes Wohnen für Senioren
 Schillstr.39/39a, 18439 Stralsund
 Tel.: 03831-30 80 05



HILFE ZUR SELBSTHILFE

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen



Die KISS Jubiläumsfeier fand im Zoo Stralsund statt.

Foto: privat

Bereits seit mehr als 30 Jahren ist die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen Stralsund (KISS) eine Anlaufstelle für alle Bürger*innen der Hansestadt Stralsund sowie dem Landkreis Vorpommern-Rügen, die sich für das Thema Hilfe zur Selbsthilfe interessieren. Die Mitarbeiterinnen unterstützen an Selbsthilfe Interessierte bei der Suche nach einem passenden Angebot und vermitteln die Teilnahme an aktuell etwa 140

Hilfsangeboten. Bei Neugründungen und bestehenden Gruppen berät und hilft die Kontaktstelle in organisatorischen sowie inhaltlichen Fragen und steht bei der Öffentlichkeitsarbeit gern zur Seite.

Selbsthilfe heißt, sein Schicksal selbst in die Hand zu nehmen und eigenverantwortlich zu handeln. Dazu gehört der Austausch mit Gleichbetroffenen einer Erkrankung oder einer ähnlichen Problemlage. Die verschiedenen

Themenbereiche sind z. B. chronische und psychische Krankheiten, Alter und besondere soziale Situationen, Angehörige- und Elterngruppen, Behinderungen und Sucht. Besonders in der heutigen Zeit ist festzustellen, dass das Thema soziale Kontakte immer mehr an Bedeutung gewinnt. Um der Einsamkeit und damit der Isolation entgegenzuwirken, ist der Gesprächsaustausch und gemeinsame Unternehmungen für viele Betroffene ein wichtiger Bestandteil ihres Alltags.

Anlässlich des 30. Jubiläums der KISS im vergangenen Jahr wurde die Idee eines Film- und Fotoprojektes unter dem Motto „Selbsthilfe zeigt Gesicht“ mit vielen Selbsthilfeaktiven umgesetzt. So konnte mit dem Filmmacher Stefan Koeck der Medienwerkstatt Identity Films e. V. ein vielfältiger Beitrag der Selbsthilfelandchaft verwirklicht werden. Durch den persönlichen Bezug zu Gleichgesinnten ist es oft leichter Hemmschwellen zu überwinden und miteinander ins

Gespräch zu kommen. Ebenso konnte in Zusammenarbeit mit der professionellen Fotografin Michaela Gruse, das Fotoprojekt sehr ansprechend gestaltet werden. Viele engagierte Ehrenamtliche nutzten diese Möglichkeit, ihre Gruppe in Form eines Fotos mit einem persönlichen Statement vorzustellen. Die sehr schönen Ergebnisse sowie weitere Infos zur Selbsthilfe sind auf unserer Internetseite.

KISS
Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfegruppen
Mönchstraße 17
18437 Stralsund
Tel.: 03831 252 660
Fax: 03831 252 661

Email: kiss@stralsund.de
www.kiss-stralsund.de

MUSIKSCHULE STRALSUND – AUCH FÜR SENIOREN!



Das große Orchester beim Weihnachtskonzert in der Kulturkirche St. Jakobi
Foto: Hansestadt Stralsund / Pressestelle

Seit dem Jahr 2012 nutzt die Musikschule Stralsund im Landständerhaus ein eigenes, hervorragend ausgestattetes Domizil. Hier können wir mehr als 900 Schülerinnen und Schülern sehr gute Lernbedin-

gungen in angenehmer Atmosphäre und barrierefrei bieten. Auch für Seniorinnen und Senioren gibt es Interessantes auf Musikinstrumenten oder im Fach Gesang zu entdecken. Manch ein Senior nutzt die frei

gewordene Zeit, um in der Kindheit oder Jugend Gelerntes aufzufrischen oder sich einen lang gehegten Traum zu erfüllen, ein Instrument neu zu erlernen. Einige Lehrkräfte der Musikschule verfügen über langjährige Erfahrungen im Unterricht mit Senioren. Auch werden unsere Angebote für erwachsene Menschen mit Behinderungen in diversen Einrichtungen gerne genutzt. In Senioreneinrichtungen ist die Musikschule regelmäßig mit musikalischen Veranstaltungen vor Ort aktiv. In mehr als 120 Konzerten, Veranstaltungen und Projekten tragen wir zum Kulturleben der Hansestadt und der Region bei. Vom Schülervorspiel bis zum Orchesterkonzert, vom Weihnachtskonzert bis zum Sommerrock, vom Ballettabend im Theater bis zum Musikschul- tag Open air reicht unsere Palette, die von Senioren gerne be-

sucht wird. Wir sind ebenfalls Partner für die musikalische Umrahmung von Veranstaltungen in der Region. Die Musikschule ist staatlich anerkannt nach dem Schulgesetz Mecklenburg-Vorpommern und Mitglied im Verband deutscher Musikschulen e. V. (VdM). Wir arbeiten mit dem Qualitätsmanagement QM.

Musikschule Stralsund
Badenstraße 39, 18439 Stralsund
Wolfgang Spitz, Schulleiter
Andreas Metz, Stellvertreter
Telefon: 03831 253 470/253 472
Fax: 03831 252 53 470
E-Mail: musikschule@stralsund.de
www.stralsund.de/musikschule



STRALSUND
MUSEUM



**Hansegeschichte erleben
Museumshaus Mönchstraße 38**

Was haben ein mittelalterlicher Krämer und ein neuzeitlicher Gewürzhändler gemeinsam? Sie waren beide Besitzer des heutigen Museumshauses, lebten und arbeiteten darin und hinterließen vielfältige Spuren. Besucherinnen und Besucher können den einstigen Bewohnern nachspüren und buchstäblich durch die Jahrhunderte wandern. Das Haus wurde auf einzigartige Weise von der Deutschen Stiftung Denkmalschutz saniert. Der steinerne Fußboden im Erdgeschoss stammt aus der Entstehungszeit des Hauses aus dem 14. Jahrhundert. Das gleiche gilt für das

gotische Aufzugsrad, welches noch funktionstüchtig und eines der ältesten Aufzugsräder in Nordeuropa ist. Ein besonderer Höhepunkt sind die Porträts des Ehepaar Kathen aus dem 17. Jahrhundert, welche die Bilder zu jener Zeit anfertigen ließen, als sie auch Bewohner des Hauses waren. Wer mehr darüber erfahren möchte, was eine Schwarzküche oder Arkanthusbarock sind, der wird vor allem bei einem geführten Rundgang auf seine Kosten kommen.

**Wiege der Preußischen Marine
Marinemuseum auf dem Dänholm**

Auf dem bereits im Mittelalter strategisch bedeutsamen Dänholm schlug die Geburtsstunde

für die Preußische Marine. Im Grünen gelegen und innerhalb einer historischen Festungsanlage zeigt das ebenfalls zum STRALSUND MUSEUM gehörende Marinemuseum u.a. einen Marin ehubschrauber, ein



Das Katharinenkloster ist aufgrund von Umbauarbeiten geschlossen.

**STRALSUND MUSEUM – Museumshaus
Mönchstraße 38, 18439 Stralsund
STRALSUND MUSEUM – Marinemuseum
Zur Sternschanze 7, 18439 Stralsund
Tel. 03831 253 600
E-Mail: museum@stralsund.de
www.stralsund-museum.de**

**Öffnungszeiten
Museumshaus Mönchstraße 38:
Di-So 10:00-17:00 Uhr,
geschlossen am 24. und 31.12.
Marinemuseum auf der Insel Dänholm:
Mai-Oktober Di-So 10:00-17:00 Uhr**

Marinegeschichte auf der Insel Dänholm. Foto: STRALSUND MUSEUM

Torpedoschnellboot sowie Minenräumergeräte. Der detailreiche historische Rundgang wurde 2021 um die neue Ausstellung „Kriegsschiffe unter Segeln“ erweitert.

LESEN, HÖREN, SEHEN UND IMMER (NOCH) NEUES ENTDECKEN ...

... in der Stadtbibliothek Stralsund



Foto: Stadtbibliothek

Ganz egal, ob Ihnen im heimischen Bücherregal der Platz ausgeht, ein Besuch der Enkel ansteht, Sie ein neues Hobby ausprobieren oder unbekannte Orte auf Reisen entdecken möchten: Die Stadtbibliothek ist für viele Belange die richtige Anlaufstelle.

Für Groß und Klein, Alt und Jung

Hinter der historischen Fassade des ehemaligen Kaufmannshauses in der Badenstraße 13

verbirgt sich heute ein modernes Medienzentrum, das mit über 86.000 Medien vor Ort für jedes Alter und alle Vorlieben etwas Passendes bietet. Egal ob Sie eher die ruhigen Stunden schätzen oder immer mit vollem Einsatz dabei sind: Lassen Sie sich von der Themenvielfalt inspirieren oder nehmen Sie die Beratung der Mitarbeiterinnen in Anspruch, die Ihnen gerne passende Medien vorstellen oder neue Ideen liefern. Für Enkel bis etwa 12 Jahren bietet die Kinderbibliothek im Dachgeschoss bunte Abwechslung mit entsprechenden Büchern, Filmen, Spielen und mehr. Und auf dem Weg nach unten können Sie im Jugendbereich noch ein spannendes Hörbuch oder einen lustigen Comic für die Teenie-Enkel mitnehmen.

Medien digital erleben

Sie fühlen sich vor allem in Ihren eigenen vier Wänden wohl oder sind, ganz im Gegenteil, oft viel unterwegs? Dann lohnt sich in allen Fällen ein Blick auf die fast 100.000 elek-

tronischen Medien, die Sie jederzeit in der Onleihe Mecklenburg-Vorpommern finden und herunterladen können. Mit ausleihbaren E-Readern, auf denen Sie E-Books lesen können und mit einer Einführung in die Benutzung bieten Ihnen die Mitarbeiterinnen ein Rundumsorglos-Paket. Stöbern Sie gerne schon vorab auf www.onleihe.de/mecklenburg-vorpommern.

Seit Anfang 2022 bietet die Bibliothek allen Jahreskarteninhabenden unter <https://stralsund.filmfreund.de/> oder über die filmfreund-App einen Streamingdienst für Filme. Über 3.000 Dokumentationen, Serien, Klassiker und mehr umfasst das filmfreund-Angebot, das direkt von zu Hause aus abgerufen werden kann.

Ort der Begegnung

Mit ihrem vielfältigen Veranstaltungsprogramm für alle Altersgruppen eröffnet die Stadtbibliothek neue Eindrücke und Möglichkeiten. Von Bilderbuchkinos und Kreativangebo-

ten für die Kleineren über (historische) Bibliotheksführungen und unterschiedliche Ausstellungen, bis hin zu verschiedenen thematischen Veranstaltungen ist auch hier für jeden etwas dabei. Sie sind sowieso gerade in der Stadt und haben noch einen Moment bis zum nächsten Termin? Dann kommen Sie auf einen Sprung vorbei und verschaffen Sie sich in unserem Lesecafé mit einem heißen Getränk in der Tageszeitung einen Überblick über das aktuelle Tagesgeschehen. Die Öffnungszeiten, aktuelle Veranstaltungen, alle Angebote und mehr finden Sie in der Presse und im Internet.

**Stadtbibliothek und
Kinderbibliothek Stralsund
Badenstraße 13
Telefon: 03831 253 678
www.stralsund.de/stadtbibliothek
E-Mail: stadtbibliothek@stralsund.de**

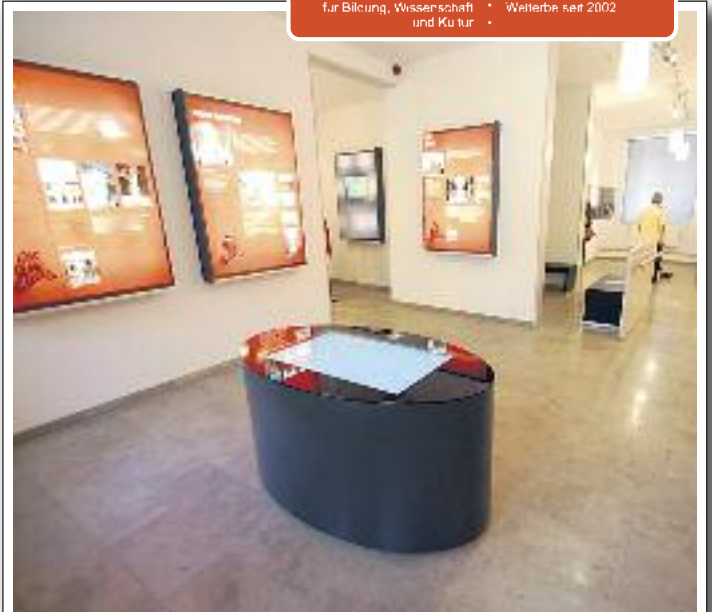


ERBE DER MENSCHHEIT

Stralsunds Welterbe-Ausstellung im Olthofschon Palais



In der Ossenreyerstraße 1 am Alten Markt befindet sich die Welterbe-Ausstellung. Foto: Hansestadt Stralsund



Zugang zum Welterbe erhält man in der Welterbe-Ausstellung auch anhand moderner Medien wie zum Beispiel Fotoschauen, Animationsfilme, Leuchtvitrinen oder Medientisch.

Chichen Itza, Sammallahdenmäki, Willemstad, Valparaiso, Twyfelfontein, Rapa Nui – viele der mehr als 1.100 Stätten auf der Liste des Welterbes tragen exotische Namen. Sie alle wurden von der UNESCO als besonders wertvoll und schützenswert anerkannt. Stralsund und Wismar gehören seit 2002 zum weltweiten Menschheitserbe. Was aber macht das Besondere der beiden historischen Altstädte aus?

Antwort auf diese Frage gibt die Welterbe-Ausstellung im Herzen der Stralsunder Altstadt. Im Erdgeschoss des denkmalgeschützten Barockpalais in der Ossenreyerstraße 1 informiert sie über das Welterbe-Programm der UNESCO und präsentiert internationale und deutsche Welterbestätten. Der Schwerpunkt der zweisprachigen Ausstellung (Deutsch und Englisch) liegt jedoch auf den besonderen Welterbe-Werten der

historischen Altstadt Stralsunds, die anhand von Exponaten, Leuchtvitrinen, Filmen, Zeichnungen, Fotos, Bildpräsentationen und einem Medientisch vermittelt werden. Dabei spielen der bewahrte mittelalterliche Stadtgrundriss und sein archaischer Untergrund ebenso eine Rolle wie die Kirchen, Klöster, Bürgerhäuser und das Rathaus. Die Ausstellung nimmt auch Bezug auf das heutige Leben im Welterbe. Sie zeigt die Altstadt als ein Ort des Wohnens, des Arbeitens und der Freizeitgestaltung und gibt Einblick in das moderne Leben in einer historischen Stadt. Im Hof befinden sich zwei Sandkästen, in denen nach Herzenslust gebuddelt und gegraben werden darf. In einem Sandkasten ist ein Tonmodell der Altstadtinsel eingelassen, das mit Pinseln und Schaufeln freigelegt werden kann. Ob vor oder nach einem ausgedehnten Stadtbummel – der Besuch der Welterbe-Ausstellung rundet das Bild von Stralsund ab. Ein besonderes kunsthistorisches Kleinod ist im ersten Obergeschoss der Ossenreyerstraße 1 zu finden. Der im 18. Jahrhundert gestaltete Tapetensaal wird dem Landschaftsmaler Jakob Philipp Hackert zugeschrieben. Führungen und Erläuterungen zum Tapetensaal werden jeden Donnerstag um 16:00 Uhr angeboten.

Welterbe-Ausstellung
Ossenreyerstraße 1,
18439 Stralsund
Tel.: 03831 252 310

E-Mail: kultur@stralsund.de
www.stralsund-wismar.de

Öffnungszeiten:
täglich von 11.00 – 17.00 Uhr
(außer am 24., 25., 26.,
30. Dezember und 1. Januar)



Herausgeber:
Seniorenbeirat der
Hansestadt Stralsund
Tel./Fax: (03831) 30 20 18
Vorsitzender: Dr. Georg Weckbach
Knieperdamm 28, 18435 Stralsund
info@seniorenbeirat-stralsund.de
www.seniorenbeirat-stralsund.de

Verlag:
Verlagsgesellschaft mbH Stralsund
Am Langendorfer Berg 1A
18442 Stralsund
Geschäftsführer:
Olaf Wermke
Telefon: (03831) 48 22 955
Telefax: (03831) 48 22 956
info@zeitung-am-strelasund.de
www.zeitung-am-strelasund.de

Redaktion:
Seniorenbeirat der
Hansestadt Stralsund
Verlagsgesellschaft mbH Stralsund

Satz/Layout:
Jörg Schneider
Verlagsgesellschaft mbH Stralsund
Titelfoto: Olaf Wermke

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und -medien,ervielfältigung (auch auf Datenträgern) nur mit schriftlicher Genehmigung der Verlagsgesellschaft mbH Stralsund.

Für Adressen und Telefonnummern von Ämtern, Vereinen und Verbänden übernehmen wir keine Gewähr.

VOM BAUERNHOF BIS IN DEN DSCHUNGEL

Unterwegs im Zoo Stralsund



Die Holländerwindmühle begrüßt schon von weitem die Zoobesucher.
Fotos (2): Torsten Gruber



Stars der Tiershow von Ostern bis Oktober: die Aras.

Parkplätze nutzen. Schon von weitem werden die Gäste von der im Zoo rekonstruierten Holländerwindmühle begrüßt. Abseits vom hektischen Getümmel kann der Besucher in eine grüne Oase mit über 1.000 Tieren eintauchen. Entdecken Sie die weitläufige Parklandschaft mit ihrer wertvollen Flora und gehen auf "Fellführung" mit seltenen Haustierrassen oder beobachten interessante Wildtiere wie Löwen, Bären, Schimpansen oder Polarwölfe aus nächster Nähe.

Den Besucher erwarten großzügige Freianlagen, begehbare Tiergehege, Streichelgehege und ein Südamerikahaus mit tropischem Flair. Ein Schaubauernhof mit einem historischen Ackerbürgerhaus und zahlreichen alten Haustierrassen, ein Bauerngarten, das Zoobistro „Delikater“ und ein großer Spielplatz mit einem tollen Baumhaus komplettieren die

Anlage. Neben den über das ganze Jahr stattfindenden Veranstaltungen sind die Schauflügelungen und die große Tiershow mit frei fliegenden Aras und Truthahngeriern, Greifvögeln und vielen anderen Tieren (von Ostern bis Oktober mittwochs und sonntags um 14:30 Uhr; im Juli und August täglich um 14:30 Uhr) bei Jung und Alt beliebt. In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Stralsund und seinem Förderverein entstand in den letzten Jahren das Gartenprojekt "Ein Garten für alle". In der Nähe des Bauergartens wurden dafür mehrere Hochbeete, eine Kräuterspirale und eine kleine Gartenlaube mit Sitzbereichen gestaltet. Hier treffen sich regelmäßig ältere und jüngere Menschen, die Interesse am gemeinsamen Gärtnern haben. Das Projekt wird noch erweitert, Interessenten können sich gern beim Seniorenbeirat melden.

Der Eintritt für Senioren beträgt im Sommer 6,50 Euro und im Winter 4,50 Euro.

Jährlich stattfindende Zoo-Veranstaltungen sind die öffentliche Schafschur am 1. Mai, der Mühlentag am Pfingstmontag, der Kindertag am 1. Juni, das Zoofest am ersten Sonntag im Juli, der Pferdetag und „Blues und Barbecue“ am ersten Septemberwochenende sowie der Halloween-Rundgang am 31. Oktober.

Zoo Stralsund
Besuchereingang: Grünhufer Bogen 2b
18437 Stralsund
Telefon: 03831 253 480
zoo-verwaltung@stralsund.de
Internet: www.stralsund.de/zoo
Öffnungszeiten:

- Sommer (1. März – 31. Okt.):
täglich 09:00 – 18:30 Uhr
- Winter (1. Nov. – 28./29. Feb.):
täglich 10:00 – 16:00 Uhr
- 24./31. Dez. 10:00 – 14:00 Uhr



Der Zoo Stralsund lädt Sie zu einer schönen, erholsamen und lehrreichen Erlebnisreise vom Bauernhof bis in den Dschungel ein. Gegründet wurde der Stralsunder Zoo 1959 – bereits 1929 existierte mit dem Tiergartenverein Stralsund ein Vorläufer des Zoos. Heute befindet er sich unweit der historischen Altstadt Stralsunds und ist Bestandteil des Freizeitparks Grünhufer Bogen mit dem Einkaufszentrum Strelapark oder dem Wasserpark HanseDom in bester Gesellschaft. Besucher können den Freizeitpark gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen oder einen der 5.000 kostenlosen



Malteser Hilfsdienst gGmbH Stralsund

- MenüsERVICE – auch an Sonn- und Feiertagen
- Hausnotruf – 24 Stunden täglich
- Miteinander – füreinander: Kontakt und Gemeinschaft im Alter; unser neues Angebot für Senioren*innen

Malteser Hilfsdienst gGmbH, Tribseer Damm 2, 18437 Stralsund
Mehr Infos unter: 03831-26 29 0, Fax. 03831-26 29 16
www.malteser.de, E-Mail: katrin.hansen@malteser.org



Der „Garten für alle“ ist ein gemeinsames Projekt des Fördervereins Seniorenbeirat und dem Zoo.
Foto: Zoo

WIR SIND IMMER NOCH DA!

2021 überschrieb die Seniorena-kademie 55 Plus Stralsund ihren Beitrag mit den Worten: „Die Hoffnung stirbt zuletzt“. Das Herbstsemester 2021 konnte leider nicht vollständig beendet werden, die zwei letzten Veranstaltungen mussten ausfallen, noch dazu, wo das Weihnachtstreffen mit der Musikdramaturgin K. Pfeifer immer einer der schönsten Höhepunkte des Jahres ist. Wir blieben bei o.g. Motto und hofften, dass wir 2022 dennoch richtig Tritt finden werden, denn ein heller Schimmer am damals noch dunklen Coronahorizont zeichnete sich ab. Die Ausfallzeiten waren für uns alle sehr hart und bedauerlich, fehlte uns doch allen das so wichtige soziale Miteinander. Trotz der damals ungünstigen Lage blieben wir optimistisch und hofften auf etwas mehr Normalität.

Sie ist insofern eingekehrt, als dass wir unser Frühjahrssemester ´22 nach Programm durchführen konnten. Einen von vielen Höhepunkten bildete unsere Semesterabschlussfahrt, deren Ziel die wunderschöne Müritzperle Waren am gleichnamigen See war. Vom Malchower See ging es über den Fleesensee zum Kölpiner See, vorbei am Wiesentgehege Damerow. Der Eldenburger Reeck ist ein Verbindungswasserweg zwischen der Oberen Seenplatte und der Müritz. Lukullische Überraschungen wurden an Bord bereit gehalten. In Waren erwartete die Teilnehmer eine ca. einstündige Stadtrundfahrt mit der Tschu-Tschu Bahn, danach konnte der „Leuchtturm der Seenplatte“ individuell erkundet werden. Dabei gab es sehr schöne Erlebnisse, wie z.B. in der zum Restaurant umgebauten Alten

seniorena-kademie **55** plus

Tankstelle in der Strandstraße. Dort gehört zum Haus ein 27jähriger Kakadu (werden 70 bis 80 Jahre alt), dessen, neben einem ohrenbetäubenden Geschrei, absolute Spezialität es ist, mit Zunge und Schnabel Tücher in unentwirrbare Knoten zu verwandeln. Was haben wir uns nun für das Herbstsemester vorgenommen? Neben 75 Jahre Unabhängigkeit Indiens geht es um die Stralsunder Bibliotheksgeschichte, um Long-Covid als neue Volkskrankheit und Frauen im hansezeitlichen Stralsund. Der Filmbeitrag „Indochina“ wird mit Teil 2 (Laos und Kambodscha) fortgesetzt, ehe wir per Bild den Zauber der Arktis erleben. Der Jahresabschluss ist dem unterschätzten Komponi-

sten F. Mendelssohn-Bartholdy gewidmet. Alle Veranstaltungen beginnen grundsätzlich um 14 Uhr im Rathaussaal. Die Teilnahmegebühren werden jeweils vor Ort entrichtet. Beachten Sie bitte folgenden Hinweis: Das Büro der Akademie befindet sich nach erfolgtem Umzug im Mehrgenerationenhaus auf dem Katharinenberg (nur Briefkasten). Sprechstunde (und falls notwendig, Anmeldung) bitte nach wie vor nur dienstags von 10 - 12 Uhr per Telefon unter 0176 / 59918072. Wir hoffen alle zusammen auf ein gutes zweites Halbjahr! Alle Interessenten sind ganz herzlich eingeladen!

Wolfgang Mengel
i.A. des Vorstandes

Vergesslich sind wir alle. Aber wenn es zur Hürde wird, sind wir als regionales Netzwerk für Sie da.

Im Landkreis haben sich professionell und ehrenamtlich engagierte Akteure im Netzwerk Demenz zusammengeschlossen, um die Situation von Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu verbessern.

Wir informieren, beraten und unterstützen Sie und geben Ihnen eine erste Orientierung bei der Suche nach

Ansprechpartnern. **Die vielfältigen Versorgungs-, und Hilfsangebote** finden Sie zusammen mit Veranstaltungshinweisen aktuell auf unserer Internetseite.

Demenznetzwerk Vorpommern Rügen
www.demenznetzwerk-vr.de
Email: team@demenznetzwerk-vr.de

Regionale Angebote von unseren Netzwerkakteuren und -partnern:

- **Pflegeberatung** für Betroffene und Angehörige im Pflegestützpunkt
- **Pflegeberatung für Privatversicherte** durch compass - die Pflegeberatung
- **Infos und Angehörigenberatung** der Alzheimer Gesellschaft LV M-V
- **Hilfe zur Selbsthilfe** durch die KISS Stralsund
- **Angehörigengruppe** von Menschen mit Demenz und **Entlastung in der Häuslichkeit** durch Ehrenamtliche im MGH-Kreisdiakonisches Werk Stralsund e.V.
- **Tanzcafé und Radtour** für Menschen mit Demenz und Angehörige, **Angehörigengruppe und -schulung** „Leben mit Demenz“ des Fördervereins für Menschen mit Demenz e.V.
- **Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten durch Versorgungsangebote** bei der Caritas
- **Kurzzeitpflege** von Menschen mit Demenz im Schwesternheimathaus
- **Gedächtnissprechstunde** auf dem Uhlenhaus Campus in der Memo Clinic®
- **Pflegehotel Stralsund:** auch für Demenzerkrankte in den Wohlfahrtseinrichtungen
- **Demenz Partner-Kurse** und Vorstellung des **Demenzparcours**, Regina Masuch, Karnin
- **Gerontopsychiatrische Institutsambulanz/** spezielle Therapiemöglichkeiten von Menschen mit seelischen Erkrankungen ab dem 60. Lebensjahr im Helios Hansekrankenhaus

Ihre telefonische Sprechzeit:
Vergiss mich nicht.
03831 - 35 69 078

Freitags 13 - 15 Uhr

Die telefonische Sprechzeit ist ein Angebot des Netzwerks Demenz VR und des Fördervereins für Menschen mit Demenz e. V.

Alternativ können Sie uns auf den Anrufbeantworter sprechen. Wir rufen gern zurück und hören Ihnen zu.

ZUHÖREN
BERATEN
INFORMIEREN
HELFFEN

Füreinander da sein.
demenznetzwerk-vr.de

MUSS ICH IM ALTER MEINE IMMOBILIE VERKAUFEN?

Diese Fragen kann nicht pauschal mit einem einfachen „ja“ oder „nein“ beantwortet werden. Liegen triftige Gründe vor, wie z.B. das Haus oder der Garten sind zu groß oder zu pflegeaufwendig geworden? Ist Ihre Immobilie nicht barrierefrei oder hat Ihr Haus gar viele Treppen und es fällt Ihnen

schon heute schwer, diese zu bewältigen? Dann sollten Sie über Ihre wohnliche Zukunft nachdenken. Nicht immer ist ein Verkauf zwingend notwendig. Hilfen im Alltag wie der Gärtner oder die Haushaltshilfe sind mögliche Optionen. Ein Umbau des Bades oder auch ein Treppenlift ermöglichen Ihnen wich-

tige Hilfestellungen, ohne Ihr liebevolles Zuhause zu verkaufen. In jedem Fall sollten Sie sich die Zeit nehmen, die Sie benötigen, um diese wichtige Entscheidung zu treffen. Sprechen Sie mit Familie und Freunden, die vielleicht einmal vor einer ähnlichen Entscheidung standen wie Sie.

tragende Rolle in Ihrer Entscheidung. Lassen Sie Ihre Immobilie von einem Fachmann/-frau wertschätzen. Immobilienmakler*innen bieten diesen Service kostenlos an. Online-wertermittlungstools geben Ihnen einen ersten Eindruck, diese Werte sind in der Regel nur als ganz grober Richtwert anzusehen. Ein Immobilienprofi berät Sie so individuell wie Sie und Ihre Immobilie eben sind, jede menschliche Situation und jede Immobilie ist einzigartig. Am Ende steht nicht immer der Verkauf. Wichtig ist, dass Sie für sich Ihre beste Lösung für ein seniorengerechtes Wohnen gefunden haben!

Es gibt auch die Möglichkeit, die Immobilie zu veräußern und Sie bleiben vorerst als Mieter wohnen. Sollte sich dann eine Pflegebedürftigkeit einstellen, müssen Sie sich mit den Verkaufsgedanken nicht mehr befassen. Sie können innerhalb einer gesetzlichen Kündigungsfrist von 3 Monaten einfach ausziehen.

Das i.Quadrat Immobilien berät Sie gern in allen Fragen und Ideen zu Ihrer Immobilie. Wir freuen uns auf Sie!

Sicherlich spielen auch der Verkaufspreis und das eventuell neue Zuhause eine wichtige und



www.dasiquadrat.de
info@dasiquadrat.de





Diskret und zuverlässig
für Ihre Immobilien.


Wir verkaufen und
vermieten für Sie.



Inh. Doreen Lehmann • Heilgeiststraße 5, 18439 Stralsund • Tel. 03831 28 47 37

Fluss Mitteleuropa	instarker innerer Antrieb	spöttisch: schöner Mann (franz.)	lateinamerik. Tanz im 4/4-Takt	undichte Stelle	Zeitlager (engl.)	chem. Element, giftiges Gas	Postsendung	Vorsilbe: gegen (griech.)	Neugestaltung von Gebäuden	Himmelsrichtung	Skilanglauf: Bahn, Spur	Lobgesang; Ruhm, Ehre	großes Gewässer
→	↙	↻ 3	↘	↗	↘	↘	→	→	→	→	↘	↘	↘
Kreuzblütler, Rucola	↗	↻ 7		↗	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↻ 6		↘
↗	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
fast gar nicht	Gleichklang im Vers		ugs.: heftig, sehr stark	Berufssportler (Kurzwort)					tiefer als etwas	↘			↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Maßeinheit der Temperatur	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Griff; Stängel	Fluss durch Lissabon	Dringlichkeitsvermerk									↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
dt. Maler: ... Nolde	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Reiseweg	Bundesstaat der USA	Abkürzung für et cetera									↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Hackfleischgericht	aufregend	Lohn beim Militär	starke Abneigung	Gebärde		amerik. Komiker, Regisseur (Woody)	gälischer Name Irlands	Vorname Strawinskys	lässig, ungewungen	römischer Kaiser	kleiner Junge (Kosewort)	Haarwuchs im Gesicht	Mitfinder des Telefons
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Stadtteil von London	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
griechische Insel	ungar. Komponist (Franz)		Geliebte des Zeus	wunschlos zufrieden		Bezwiner				↘		↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
		↘			Sportrunderboot				Kinderkrankheit	↘			↘
↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
		↘											

Energie von hier - ganz nah bei mir.



Die günstige Energie erhalten Sie unter:
03831 / 241-0

SWWS
Energieerhaltung
Stralsund Ostküste

VOLKSSOLIDARITÄT GRIMMEN – STRALSUND E.V.

Komplexe Leistungen aus einer Hand

Mit der Eröffnung unserer neuen Einrichtung in Stralsund, Knieperdamm 12 konnten wir das Leistungsangebot gegenüber Senioren, Pflegebedürftigen und Hilfebedürftigen wesentlich erweitern und komplettieren. Unsere bisherigen Angebote „Wohnen bei der Volkssolidarität“, haben sich in den Jahren ihrer Existenz als richtig und gut erwiesen. Für Menschen, die noch selbstständig leben und wohnen wollen, ein Sicherheitsgefühl für sich und für die Zukunft vielleicht mehr Hilfe und Unterstützung benötigen, ist die Volkssolidarität der richtige Ansprechpartner.

Neben den Wohnanlagen Knieperdamm 28, Klausdorfer Str. 11 und Knieperdamm 12 erstreckt sich dieses Angebot auch auf den Landkreis in Richtenberg und Grimmen. Alle Wohnungen in diesen Einrichtungen verfügen über ein Wohn- und Schlafzimmer, ein großzügig gestaltetes Bad mit einer ebenerdigen Dusche und einem Balkon oder einer Terrasse.

Unsere Häuser sind behindertenfreundlich konzipiert, mit jeweils einem Fahrstuhl und mit Handläufen zur Sicherheit. Die

Wohnungen sind je nach Bedarf zwischen 28 m² und 73 m² groß, sind alle mit dem Hausnotruf der Volkssolidarität ausgestattet und geben so Sicherheit und Geborgenheit. Hauptanliegen unseres Wohnens besteht darin, der Einsamkeit im Alter vorzubeugen. Wir bieten gemeinschaftliche gesellige Veranstaltungen, sportliche Übungen, Kreativzirkel u.v.m. in unseren Begegnungsstätten direkt im Hause an. Hier können die Bewohner auch nach Wunsch und Bedarf gemeinsam ein Mittagessen ihrer Wahl genießen. Zur näheren Betreuung und Beratung steht eine Mitarbeiterin zur Verfügung, sie unterstützt bei bestimmtem Hilfebedarf. Für eine umfassende pflegerische und behandlungspflegerische Leistung steht die Sozialstation der Volkssolidarität mit seinen Mitarbeitern zur Verfügung. Neben der körperlichen Pflege und medizinischen Versorgung koordinieren wir Arzttermine und vermitteln den Hilfsmittelbedarf.

Sollten Sie jedoch eine Beschäftigung suchen und liebevolle Pflege den ganzen Tag, abwechslungsreiche Mahlzeiten,

nette Menschen kennen lernen und sich von Montag bis Freitag in der Zeit von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr rundum versorgt wissen, dann bieten wir Ihnen unsere Tagespflegeeinrichtung am Knieperdamm 12 in Stralsund an.

Hier erwarten Sie in schön gestalteten Gruppenräumen zahlreiche Betreuungsangebote, z.B. sportliche Übungen, gemeinsame Spaziergänge in und um die Brunnaue, Gedächtnistraining u.v.m.

Auf Wunsch holen wir Sie ab und bringen Sie nach 16.00 Uhr wohlbehalten nach Hause. Mit Hilfe unserer sehr gut ausgebildeten Mitarbeiter werden Sie hier nach Bedarf versorgt und betreut, können sich unterhalten, kreativ sein oder einfach nur die Gesellschaft der anderen Tagesgäste genießen. Ein Besuch in der Tagespflege erhöht wesentlich das Wohlbefinden und entlastet dabei noch die eigenen pflegenden Angehörigen.

Bei wachsendem Betreuungsbedarf und bei erhöhter Unter-



stützung und Begleitung der Tagesstruktur empfehlen wir Ihnen unser Leistungsangebot „Wohnen in einer Wohngemeinschaft“ im Knieperdamm 12 in Stralsund. Die Bewohner verfügen über ein eigenes Zimmer mit Bad und

Balkon und nutzen das Wohnzimmer und den Küchenbereich gemeinsam mit 5 bzw. 7 weiteren Mietern. Das Betreuungspersonal ist 24 Stunden täglich vor Ort und gestaltet mit den Bewohnern gemeinsam den Tag, entsprechend ihrer Fähigkeiten und Fertigkeiten. Bei Pflegebedarf werden sie von unserem Fachpersonal entsprechend ihren Wünschen vor Ort versorgt. Alle Betreuungs- und Pflegeleistungen stehen stets unter dem Aspekt der Wahrung ihrer Selbstständigkeit.

Bei Interesse oder Bedarf werden wir gern im persönlichen Gespräch zu einzelnen Leistungsangeboten Auskünfte erteilen. Vereinbaren Sie einen Termin unter der Telefonnummer 03831- 302010.

VOLKSSOLIDARITÄT GRIMMEN-STRALSUND E.V.

- Alten-, Kranken- und Familienpflege
- Betreutes Wohnen • Hausnotruf
- Tagespflege
- Wohngemeinschaften für Senioren
- Sozio-kulturelle Einrichtung
- Urlaubspflege / Verhinderungspflege

Begegnungsstätten

„Haus der VS“ Knieperdamm 28

„Brunnaue“ Knieperdamm 12

„Aktiv im Alter“ Carl-Heydemann-Ring 101

Die Volkssolidarität ist eine Gemeinschaft für und von Menschen, die Solidarität brauchen und geben.



ERHOLUNGSZEIT AM STRELASUND

„Pflegehotel Stralsund“ der Wohlfahrtseinrichtungen GmbH



wohlfahrtseinrichtungen
hansestadt stralsund

Entspannt und mit gutem Gewissen in die Ferien fahren oder einfach mal eine Auszeit vom Alltag nehmen – für Menschen, die ihre pflegebedürftigen Angehörigen jeden Tag betreuen, ist dies oft nicht leicht.

Um pflegende Angehörige zu unterstützen, haben die Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gemeinnützige GmbH 2016 das „Pflegehotel Stralsund“ eröffnet. Eine solitäre Kurzzeitpflegeeinrichtung, die aber auch Unterstützung nach einem Krankenhausaufenthalt, einer ambulanten Operation oder bei der Verhinderungs- und Nachtpflege bietet. Dieses Angebot ist in Mecklenburg-Vorpommern einmalig.

In unserem Pflegehotel führen wir die Betreuung Ihres Angehörigen liebevoll und kompetent fort, um Sie zu entlasten. Oder Sie verbringen gemeinsam Ihren Urlaub bei uns – die Hansestadt Stralsund und die Umgebung bieten Ihnen ein abwechslungsreiches Programm. Das „Pflegehotel Stralsund“ hat den wohnlichen Charakter eines kleinen Hotels mit 20 Einzelzimmern mit je 28,5 m². Je-

des Zimmer ist mit einem Bett, einem Kleiderschrank, Nachtschrank, gemütlicher Sitzzecke, Sideboard mit Fernseher, WLAN und Telefon ausgestattet. Die Zimmer verfügen über ein eigenes Bad. Fünf Einzelzimmer sind durch eine Verbindungstür auch als Doppelzimmer nutzbar, beispielsweise für pflegebedürftige Ehepaare oder Angehörige.

Im Haus befinden sich eine Cafeteria, eine Physiotherapie sowie eine podologische Praxis. In unmittelbarer Nähe befinden sich der „Strelapark“ mit zahlreichen Einkaufsmöglichkeiten, der Stralsunder Stadtwald mit seinem Zoo sowie der Wasser-, Erlebnis- und Freizeitpark „HanseDom“.

Infos und Kontakt:

Wohlfahrtseinrichtungen der Hansestadt Stralsund gGmbH
„Pflegehotel Stralsund“
Grünhufer Bogen 1a
18437 Stralsund
Tel. 03831 304 304 oder
03831 304 5741
E-Mail: info@wfehst.de





Die neue S-Vorteilswelt

**Vorteile erhalten - online
und regional im Handel**

Viele weitere Vorteile auch für
Reisen und Events:
spk-vorpommern.de/s-vorteilswelt

**Jetzt freischalten
und Vorteile sichern!**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Vorpommern**

Einfach. Sicher. Besser.



EIN ORT DER ERINNERUNG

Einladung zur Führung über den Zentralfriedhof

Fast immer kommen Sterbefälle zu früh oder plötzlich und unerwartet. Egal wie alt ein Mensch geworden ist, nur Wenige mögen sich mit der Endlichkeit des Lebens auseinandersetzen. Dabei führt ein plötzlicher Tod häufig dazu, dass Angehörige unter Schmerz und Trauer innerhalb weniger Tage schwieri-

ge Entscheidungen treffen müssen. Wie in anderen Bereichen auch, kann ein guter Wissensstand rund um die Bestattung helfen, die richtigen Entscheidungen in den entsprechenden Momenten zu treffen. Die Entscheidungen zu Lebzeiten treffen, nimmt darüber hinaus den Angehörigen manchmal eine große Last. Die Friedhofsverwaltung in Stralsund bietet über Führungen, Broschüren, das In-

ternet sowie das Angebot der persönlichen Beratung verschiedene Möglichkeiten an, sich rechtzeitig, unverbindlich und kostenfrei informieren zu können. Die möglichen Bestattungsformen auf dem Stralsunder Zentralfriedhof sind sehr vielfältig. Sie reichen von pflegefreien Angeboten ohne weitere Verpflichtungen, bis hin zu gärtnerisch gepflegten Anlagen. Wer mehr über das Angebot an

verschiedenen Grabarten und Möglichkeiten des Zentralfriedhofes erfahren möchte, für den bietet sich eine Führung vor Ort an. Bitte sprechen Sie dazu die Mitarbeitenden der Friedhofsverwaltung an.

Darüber hinaus hält die Verwaltung auch ein umfangreiches Angebot an kostenfreien Informationsbroschüren bereit. Schauen Sie zu den Öffnungszeiten doch einmal vorbei.

Begräbnisplätze und mehr

Der Zentralfriedhof in Stralsund unterhält ein breites Angebot an verschiedenen Bestattungsformen und Möglichkeiten für Trauerfeiern, -rituale oder Abschiednehmen. Seit geraumer Zeit wurde das Leistungsangebot erheblich erweitert, insbesondere im Bereich pflegefreier Grabarten. Nun reicht die Auswahl an Begräbnisplätzen vom klassischen, individuellen Sargbestattungsgrab über verschiedene Natur- bzw. Baumbestattungen, gärtnergepflegte Gemeinschaftsbegräbnisplätze bis hin zum intensiv gärtnergepflegten Einzelgrab. Begräbnisplatz, Trauerfeier, Abschied nehmen oder andere Rituale, wer sich rechtzeitig informiert, der spart folgenreiche Entscheidungen in der

BESTATTUNGEN SCHÖNLEITER

In Ihren schwersten Stunden stehen Ihnen unsere Mitarbeiter hilfreich und beratend zur Seite. Um den Dienst am Verstorbenen setzen wir uns in würdevoller, gebührender und pietätvoller Weise ein. Das in uns gesetzte Vertrauen bei einem Trauerfall ist unseren langjährig erfahrenen Mitarbeitern stets eine große Aufgabe und Verantwortung sowie eine gleichbleibende Verpflichtung. Seit 1992 beraten wir Sie in allen Fragen des Trauerfalles und bieten eine sorgfältige Abwicklung aller Formalitäten. Entsprechend Ihren individuellen Wünschen führen wir die verschiedenen Bestattungen mit aller Sorgfalt aus.

Nach Ihren Wünschen übernehmen wir unter anderem folgende Leistungen:

- Individuelle Beratung bei Ihnen, oder in unserem Hause
- wir übernehmen Erd-, Feuer-, See-, Wald-, Baum-, Kristall-, Diamant-, und Weltraumbestattungen
- Bestattungsvorsorge für Sie, oder Ihre Angehörigen
- Überführungen im In- und Ausland
- Erledigung sämtlicher Formalitäten, Ab- und Ummeldungen sowie aller Terminvereinbarungen
- Organisation von individuellen Verabschiedungen, Trauerfeiern und Beisetzungen mit persönlicher Begleitung

- Beratung zur Trauermusik und Vermittlung von Trauerrednern und Musikern
 - Gemeinsame Auswahl des Blumenschmucks und der Trauerschleifen
 - Erinnerungsschmuck
 - Anfertigen von Trauerkarten, -anzeigen und Danksagungen
 - Erstellen von Fotos und Fotobüchern
 - Vermittlung von Steinmetzarbeiten
 - Haushaltsauflösungen und Renovierungen
- Weitere Informationen erhalten Sie von uns in einem persönlichen Gespräch, oder auf unserer Internetseite. Wir sind immer für Sie erreichbar: Tag & Nacht, an Sonn- & Feiertagen.

VORSORGE + SERVICE

Schönleiter
BESTATTUNGEN



- Erd-, Feuer-, Seebestattungen, Überführungen, Vorsorge
- Service zu allen Fragen + Formalitäten

24h Tel.: 038231- 24 60

Chauseestraße 30a - Barth

24h Tel.: 03831- 38 01 32

Heinrich- Heine-Ring 81 - Stralsund

24h Tel.: 03821- 70 83314

Lange Straße 18 - Ribnitz-Damgarten

www.schoenleiter-bestattungen.de | w.schoenleiter@gmx.de | Tag und Nacht erreichbar

emotional schwierigen Situation eines Todesfalls. In der Friedhofsverwaltung werden Sie gern und unverbindlich beraten. Darüber hinaus gibt es hier verschiedene Informationsbroschüren, eine Präsentationsmappe der Begräbnisplätze, deren Preise und Besonderheiten sowie jeweils einzelne Faltblätter für weitergehende Informationen. Diese Informationen finden Sie auch im Internet unter www.stralsund.de/zentralfriedhof.

Ort der Lebenden und der Toten

Friedhöfe sind Orte der Trauerbewältigung und Kulturstätten, auf denen Lebende mit den Toten vereint werden. Die Lebenden können auf dem Friedhof im Angesicht des Todes die Ermütigung zu einem bewussten Leben erfahren. Verstorbene finden hier einen neuen Platz innerhalb der Gesellschaft und bilden, eingebettet in eine gärtnerisch gestaltete Landschaft, das kulturelle Ge-



Fotos: Zentralfriedhof

dächtnis der Region. Über die Ausübung von Trauerritualen, Grab- oder Friedhofsbesuchen bieten Friedhöfe den Lebenden die Möglichkeit, über den Tod hinaus ihre Verbundenheit und Liebe zu Verstorbenen auszudrücken, auch über verwandtschaftliche Bindungen hinweg, denn Friedhöfe sind immer auch öffentliche Einrichtungen.

Kosten einer Bestattung

Immer wieder heißt es, Bestattung sei teuer. Gemeint ist damit die gesamte Dienstleistung

rund um einen verstorbenen Menschen, oft gleichgesetzt mit „Friedhofsleistungen“. Schaut man etwas genauer hin, setzen sich die Kosten einer Bestattung aus verschiedenen Dienstleistungen zusammen, allen voran gewerbliche Leistungen der Bestatter. Ergänzende gewerbliche Leistungen, wie Steinmetz- oder gärtnerische Leistungen gehören ebenso zu den Bestattungskosten, wie die amtlichen Leistungen für Leichenschau und Sterbeurkunden. Friedhofsgebühren sind lediglich ein

Teil der Kosten einer Bestattung. Bei Begräbnisplätzen gibt es zudem die Nutzungszeit zu bedenken, die auf Grund gesetzlicher Vorschriften mindestens 20 Jahre andauern muss. Angehörige können die Kosten einer Bestattung jeweils selbst mit dem bestimmen, was Sie an Dienstleistungen vergeben oder nutzen möchten. Entsprechend schwanken auch die Bestattungskosten enorm. Auch hier gilt, wer sich rechtzeitig informiert, kann die Kosten bestmöglich vergleichen.

RuheForst Rügen / Abtshagen Waldbestattungen



RuheForst. Ruhe finden.

Nähere Information erhalten Sie unter **038331 - 613 0** oder www.ruheforst-ruegen.de

Hansestadt Stralsund

Der Oberbürgermeister

Eigenbetrieb Städtischer Zentralfriedhof

Heinrich-Heine-Ring 77 · Tel. 03831/39 02 79
friedhofsverwaltung@stralsund.de

Sprechzeiten:

Mo.–Fr. 8 – 12 Uhr, Di. 8 – 12 Uhr und 13 – 17 Uhr
Do. 8 – 12 Uhr und 13 – 15 Uhr
oder nach Vereinbarung

www.stralsund.de/zentralfriedhof

Bestattungsinstitut Rolf Melahn



*Erd-, Feuer- und Seebestattungen
Erledigung aller Formalitäten
Bestattungsvorsorge, Sterbegeldversicherung*

Tag & Nacht 03831 39 11 33

auch an Wochenenden und Feiertagen
Große Parower Straße 36, 18435 Stralsund
www.bestattungen-melahn.de
melahn-bestattung@t-online.de

Die Corona-Pandemie und die Psyche

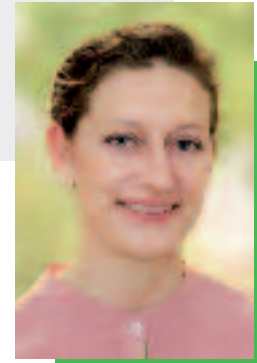
Nach zwei Jahren Corona könnte man annehmen, dass wir uns an die vielen sozialen Einschränkungen gewöhnt hätten. Doch der zunehmende Verlust von Tagesstruktur, finanzielle Not, zunehmender Suchtmittelkonsum oder der Umstand, dass uns einfach „die Decke auf den Kopf fällt“, führt zu Verunsicherung und Hilflosigkeit.

Insbesondere ältere Menschen plagen Ängste – nicht nur vor der eigenen Ansteckung, sondern auch andere anstecken. Viele möchten ihre Freunde und Angehörigen nicht belasten, so dass sie

sich noch mehr isolieren als notwendig. **Eigentlich führen Krisen zum Zusammenschluss von Menschen. Doch genau das ist gerade nicht so einfach** wegen der Hygienevorschriften. Was kann man

für sich tun, um stark durch diese Krise zu kommen? Worin kann ich andere unterstützen, die nicht so leicht durch die Krise kommen?

Priv.-Doz. Dr. med. Deborah Janowitz



Achtsame Spaziergänge in der Natur bauen Stress ab.
FOTO: VANESSA GARCIA | PEXELS

Ich wünsche Ihnen von Herzen, dass Sie und Ihre Lieben gut und gesund durch diese Krise kommen und Sie behutsam und nachsichtig mit sich in dieser besonderen Zeit sind.

D. Janowitz

Priv.-Doz. Dr. med. Deborah Janowitz
Chefärztin der Stralsunder Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie seit 01.01.21

Angehörigen-Informationsveranstaltung
Wir laden ein jeden 2. Mittwoch im Monat 16.00 bis 17.00 Uhr im Haus 14, Krankenhaus West. Für alle Angehörigen von ehemaligen, aktuellen oder zukünftigen Patienten: bei vorheriger Anmeldung laden wir zu den Informationsgesprächen ein. Anmeldung bei Herrn Ronny Münzner Tel. 03831/452151
ronny.muenzner@helios-gesundheit.de



* Die Telefonseelsorge ist kostenlos unter den bundeseinheitlichen Rufnummern **0800/11101110** und **0800/1110222** rund um die Uhr, gebührenfrei, vertraulich und anonym erreichbar.

- ✓ **Hilfe annehmen und einen regelmäßigen Ansprechpartner** suchen (in seelischer Not: Telefonseelsorge*, Hausarzt).
- ✓ Ein geregelter **Tagesablauf** löst Ängste, Stress und senkt das Gefühl von Hilflosigkeit: Es gibt einen „Anker im Alltag“.
- ✓ **Bewegung** insbesondere an der frischen Luft. Manchmal ist es schwer, den berühmten „Schweinehund“ zu überwinden – machen Sie es sich zur Routine. Stellen Sie sich eine kleine Herausforderung: Schaffe ich es diese Woche einmal mehr rauszugehen als letzte? Welchen Weg bin ich schon lange nicht mehr gegangen?
- ✓ Soziale Kontakte/ **Austausch** sind unter anderem digital möglich, vielleicht auch bald durch Schnelltests und voranschreitende Impfungen wieder mehr in der analogen Welt. Haben Sie schon mal ein digitales Kaffeetrinken mit anderen Freunden oder der Familie versucht? Es kann ein bisschen das Gefühl von Plaudern und Leichtigkeit geben, das derzeit oft vermisst wird. Digitale Kommunikation kann erschwert sein, wenn das Hör- und Sehvermögen eingeschränkt ist. Lassen Sie sich beraten bezüglich der Lautstärke-regulation zum Beispiel mit Kopfhörern und auch vergrößerten Bildern am Bildschirm.
- ✓ Nutzen und spüren Sie **Ihre Kompetenzen und Ihre Autonomie**. Was kann Sie vielleicht (wieder) erstarren lassen? Kreatives Gestalten (Malen, Basteln, Handwerkern, Handarbeiten, autobiografisches Schreiben), Herausforderungen mit Rätseln, Sudoku, Musik machen, Sprachen lernen, jemanden helfen am Telefon oder im Chat. Neues wagen: Haben Sie schon einmal einen digitalen Rundgang durch ein Museum gemacht?
- ✓ Jeden Tag **Schönes** genießen: Es ist wichtig, achtsam mit sich und der Umgebung zu sein. Das kann für jeden ganz unterschiedlich sein. Wat den eenen sin Uhl, is den annern sin Nachtigall. Musik hören, Pflanzen pflegen, Fotos aufnehmen, die Natur beobachten oder einen Augenblick in der Sonne sitzen.
- ✓ **Ängste und Sorgen erkennen** bei sich selbst und denen Raum geben. Vielleicht haben Sie auch die Möglichkeit zu überlegen, was Ihnen in vergangenen Krisen Ihres Lebens geholfen hat.
- ✓ Kann man der Krise auch etwas Positives abgewinnen? Die Möglichkeit **die Perspektive zu wechseln** ist eine große Stärke in Krisen, die oft sehr schwerfallen kann. Diese Fähigkeit reduziert allerdings sehr stark den wahrgenommenen Stress der Situation. Ein Vorteil der Krise kann zum Beispiel die sogenannte Entschleunigung sein. Alles ist weniger hektisch und nicht so überlaufen beispielsweise in den öffentlichen Verkehrsmitteln oder in Warteräumen.

Von Mensch zu Mensch mit Herz und Kompetenz



UHLENHAUS PFLEGE

Tagespflegen

Tagespflege

KNIEPERHAUS 1 →
Memo Clinic® →

☎ **03831 35 536 76**
☎ **03831 35 690 66**

UHLENHAUS PFLEGE

Betreute
Wohnformen

KNIEPERHAUS 1 →
KNIEPERHAUS 2 →
Memo Clinic® →

☎ **03831 35 67 99**
☎ **03831 28 36 15**
☎ **03831 30 645 50**

Pflegedienst

Häusliche
Alten- und
Krankenpflege

Sitz Knieper →
Sitz Andershof →

☎ **03831 30 776 54**
☎ **03831 30 645 61**

Urlaubs- u. Verhinderungspflege →

☎ **03831 30 645 61**

Besuchen Sie uns auf unserer Website und informieren Sie sich über unsere Einrichtungen:

WFE
Wir für euch



„Seniorenhaus
Brunnenau“



„Am Grünhain“



„Pflegehotel
Stralsund“



Hospiz
„Gezeiten“

Auf dem Gelände
des Sozialzentrums
„Am Grünhufer Bogen“



„Am Stadtwald“



„Rosa Luxemburg“



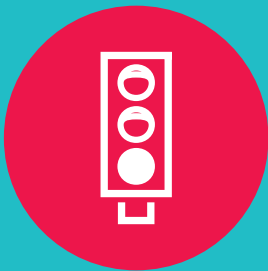
„Am Mühlgraben“



Intensiv-Wohngemeinschaft
„Am Grünhufer Bogen“



Was wir tun, damit Sie mit Sicherheit gut versorgt sind



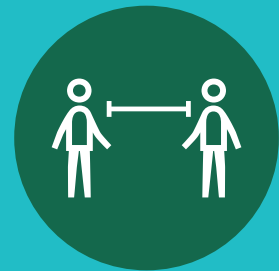
Die Corona-Risiko Ampel

Grün, gelb, rot? Wir trennen (potentiell) Infizierte von Nicht-Infizierten.



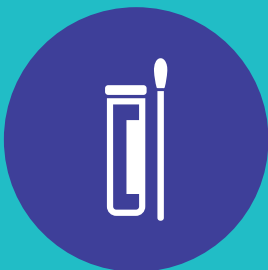
Nur mit Mund-Nasen-Schutz

Ob zur Behandlung oder zu Besuch – im Krankenhaus gilt medizinische Maskenpflicht.



Regeln für ein sicheres Miteinander:

Bei uns gelten die aktuellen Abstands- und Hygieneregeln für Mitarbeitende und Besucher:innen.



Corona-Infektion: Ja oder Nein?

Wir testen alle Patientinnen und Patienten auf eine Infektion, auch wiederholt.



Corona in Pflege und Medizin

Wir testen alle Arbeitskräfte gemäß den Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts.



Helios Hotline für Ihre Sicherheit

Täglich 24 Std. für Sie erreichbar bei Fragen zu Ihrem Krankenhausaufenthalt oder Corona allgemein.
T (0800) 812 34 56



Corona-Testzentrum

PCR- und Schnelltest

Krankenhaus West – Rostocker Chaussee 70, 18437 Stralsund

Drive-In-Prinzip, auch zu Fuß oder Fahrrad möglich – ohne Anmeldung

T (03831) 35-0