

**HO  
FER  
LA  
ND**

# **SENIOREN WEGWEISER**

**HOFER LAND**

**5.  
Auflage  
2025**



**AKTIV + MOBIL**

**WOHNEN + FREIZEIT**

**GESUNDHEIT + PFLEGE**

## Unser Angebot für Sie

Geriatrisches  
Rehabilitationszentrum

Ambulantes Therapiezentrum

Privatarzt-Praxis



**Alexander von Humboldt Klinik**  
Dr.-Gebhardt-Steuer-Straße 24  
95138 Bad Steben  
Telefon: 09288 920-400  
info@humboldtklinik.de  
www.humboldtklinik.de



## Alexander von Humboldt Klinik Bad Steben



Wir sind eine Fachklinik für die Rehabilitation von Alterspatienten. Wir behandeln Patienten nach einem Krankenhausaufenthalt mit dem Ziel, ihre Mobilität und soziale Selbstständigkeit möglichst vollständig wiederherzustellen.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht der kranke Mensch, für den wir alles tun, um ihm Hilfe zu vermitteln.

Alle unsere Mitarbeiter sind bestrebt, Sie als Angehörige und Patienten zu verstehen und Ihnen auch in den schweren Tagen der Krankheit Unterstützung, Linderung und Verständnis entgegenzubringen. Denn wir wissen um die Würde des Menschen und sind von Herzen bestrebt, jedes einzelne Schicksal zu verstehen und ihm Hilfe zu schenken.

**Bei uns sind Sie in guten Händen.  
Von Anfang an.**

## Beste Unterhaltung.

Konzerte, Kunst, Comedy & Kabarett,  
Musicals, Messen und vieles mehr.



**FREIHEITSHALLE HOF®**  
... UND SIE MITTENDRIN



Freuen Sie sich auf Live-Erlebnisse, die so einzigartig sind wie Oberfrankens schönste Veranstaltungshalle. Willkommen bei uns in Hof.

[www.freiheitshalle.de](http://www.freiheitshalle.de)  
Telefon 09281 815 2222



Foto: Landkreis Hof



**Dr. Oliver Bär**

Landrat  
des Landkreises Hof

Foto: Frank Wunderatsch



**Eva Döhla**

Oberbürgermeisterin  
der Stadt Hof

## Liebe Seniorinnen und Senioren,

zielgerichtete Seniorenpolitik hat für uns im Hofer Land einen hohen Stellenwert.

Seniorinnen und Senioren sind ein großer Teil unserer Gesellschaft und eine ebenso große Bereicherung für diese. Wir im Hofer Land möchten einen Beitrag zu Ihrer Lebensqualität leisten und auf Ihre Bedürfnisse eingehen. Unser Ziel ist Ihnen ein vielseitiges und zeitgemäßes Angebot bereitzustellen und darüber zu informieren.

Mit dieser Broschüre halten Sie einen Wegweiser rund um das Thema „Gut und aktiv älter werden im Hofer Land“ in Händen. Er soll Ihnen einen umfassenden Überblick zu Pflege- und Unterstützungsangeboten, Wohnen und Mobilität im Alter, finanziellen Hilfen und vielem mehr geben. Insbesondere gehen wir auf die Digitalisierung und digitale Teilhabe im Alter ein.

Bei weiteren Anliegen Ihrerseits helfen Ihnen unter anderem in Ihren Heimatorten unsere Senioren- und Behindertenbeauftragten sowie Seniorenbeiräte gerne weiter. Für dieses große Engagement sind wir sehr dankbar.

Wir hoffen Ihnen eine nützliche Lektüre zur Verfügung zu stellen und wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen.

Ihr Dr. Oliver Bär

Ihre Eva Döhla

# ALLES UNTER EINEM DACH



**ZDS häusliche Alten- und Krankenpflege**  
09282 95333

**Matthias Korn**  
matthias.korn@zds-naila.de

**ALTENPFLEGEHEIM PAUSA**  
037432 56-00

**Birgit Ehrhardt**  
birgit.ehrhardt@altenpflegeheim-pausa.de

**SENIORENSTIFT MARTINSBERG**  
09282 941-0

**Petra Pilz**  
petra.pilz@seniorenstift-martinsberg.de

**SENIORENWOHN PARK Bad Steben SWR gGmbH**  
mit Hauswirtschaftsservice H1 Naila  
09288 920-101

**Alexandra Rupprecht**  
alexandra.rupprecht@seniorenwohnpark-bad-steben.de

**HOSPIZ NAILA**  
09282 9638-10

**Christine Rothemund**  
pdl@hospiz-naila.de

# Teil 1

Vorwort .....	3
Inhaltsverzeichnis .....	5
Inserentenverzeichnis .....	9

## 1. Vertretung von Senioreninteressen ..... 11

Ihre Ansprechpartner im Landkreis Hof .....	12
in der Stadt Hof .....	12
Senioren- und Behinderten- beauftragte des Landkreises Hof .....	12
Seniorenrat der Stadt Hof .....	15

## 2. Leitstelle Pflege Hofer Land ..... 17

Pflegestützpunkt .....	18
Wohnberatung Stadt und Landkreis Hof .....	21
Barrierefreie Musterwohnung .....	22
Ehrenamtliche Wohnberater .....	23
Netzwerk Pflege Stadt und Landkreis Hof .....	26
Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken .....	26
Fachstellen für pflegende Angehörige .....	27

## 3. Beratung, Information und Hilfe ..... 29

Angehörigenberatung .....	29
Pflegeberatung .....	30
Betreuung und Vorsorge .....	30
Betreuungsstellen / -vereine .....	31
Offene Behindertenarbeit / familienentlastende Dienste .....	31
Schwerbehindertenausweis .....	31
Inklusion / Teilhabe .....	32
Sonstige Beratungsstellen .....	32
Beratungsstellen im Landratsamt Hof .....	32
Beratungsstellen der Stadt Hof .....	33
Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen .....	34
Beratung durch Wohlfahrtsverbände .....	34
Weitere Beratungsstellen .....	35
Rente und Pension .....	36
Seelsorge .....	37
Selbsthilfe .....	37

## 4. Unterstützung für das Leben im Alter ... 39

Ambulante Pflegedienste und Sozialstationen .....	39
Haushaltswirtschaftliche Dienstleistungen .....	42
Häusliche Einzelbetreuung .....	43
Intensivpflege .....	43
Tagespflege .....	43
Kur / Urlaub .....	44
Urlaub mit an Demenz erkrankten Menschen .....	44
Essen auf Rädern und Mahlzeitendienste .....	45
Hausnotruf .....	46
Notfallmappe .....	46
Notfalldose .....	46
Betreuung durch ehrenamtliche Helfer .....	47
Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz .....	47
Gesprächsangebote für Angehörige .....	48
Patientenfahrdienste .....	48
Nachbarschaftshilfen .....	48
Schulungen für pflegende Angehörige und Interessierte .....	49
Persönliche Assistenz .....	49

## 5. Wohnen im Alter ..... 51

Betreutes Wohnen Stadt Hof .....	51
Betreutes Wohnen Landkreis Hof .....	51
Seniorenwohnanlagen .....	52
Ambulant betreute Wohngemeinschaften .....	52
Sonstige alternative Wohnformen .....	52
Senioren- und Pflegeheime .....	53



MARCO ROTH

STEUERBERATER

Weststraße 18 b | 95119 Naila | Telefon 09282/979 00 10

[www.stb-roth.eu](http://www.stb-roth.eu)

**GeBO**  
Gesundheitseinrichtungen Bezirk Oberfranken  
**Bezirksklinik Rehau**

**Bezirksklinik Rehau**  
Fohrenreuther Str. 48 ◆ 95111 Rehau  
Telefon 09283 599-0, Fax 09283 599-276172  
[rehaus@gebo-med.de](mailto:rehaus@gebo-med.de)

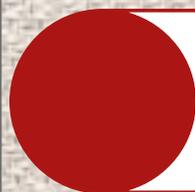
## Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Hier finden Sie Hilfe bei psychischen Störungen im Alter

- ◆ Wichtige Krankheitsbilder sind Demenzerkrankungen und Depressionen
- ◆ **Station G1**  
Für ältere Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Erkrankung nicht in der Lage sind, sich um sich selbst zu kümmern
- ◆ **Station G2**  
Diagnostik und stationäre Behandlung psychischer Erkrankungen und leichter dementieller Störungen des höheren Lebensalters



Nähere Informationen unter [www.gebo-med.de](http://www.gebo-med.de)



**KIRSCHNER  
BODENBELÄGE**

**GRÖßTE AUSWAHL IN DER REGION!**

Bachgasse 5 | 95152 Selbitz  
09280-311 | [info@kirschner-bodenbelag.de](mailto:info@kirschner-bodenbelag.de)

[WWW.KIRSCHNER-BODENBELAG.DE](http://WWW.KIRSCHNER-BODENBELAG.DE)

**E. LEIN**  
BAUGESCHÄFT GMBH  
Friedhofstr. 22 • 95152 Selbitz  
Tel. 09280 / 1622 • Fax 5941  
E-Mail: [bau-e.lein@t-online.de](mailto:bau-e.lein@t-online.de)

# Teil 2

<b>6. Medizinische Versorgung</b> .....	<b>57</b>	<b>9. Finanzielle Hilfen von A bis Z</b> .....	<b>73</b>
Regionale Kliniken .....	57	Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren .....	73
Fachkliniken .....	58	Eintrittskartenermäßigungen .....	74
Stationäre Rehabilitation .....	58	Entsorgungskosten Abfall .....	74
Mobile Rehabilitation .....	59	Gebrauchtwaren .....	74
Entlassmanagement .....	59	Kulturloge Diakonie Hochfranken .....	74
Ärztetzetze - medizinische Versorgung .....	59	Telefongebührenermäßigung .....	75
Sanitätshäuser - Versorgung mit Hilfsmitteln .....	60	Tafeln .....	76
Wundmanagement .....	61	Zuzahlungsbefreiung bei Medikamenten und anderen medizinischen Leistungen .....	77
<b>7. Hospiz- und Palliativversorgung</b> .....	<b>63</b>	<b>10. Aktiv im Hofer Land</b> .....	<b>79</b>
Ambulante Hospizarbeit und Hospizmobil .....	63	Treffpunkte .....	80
Stationäres Hospiz .....	64	Seniorenkreise, -clubs Stadt Hof .....	80
Palliativstation .....	64	Kirchliche Seniorenkreise Stadt Hof .....	81
SAPV - Spezialisierte ambulante Palliativversorgung .....	65	Seniorenkreise-, clubs Landkreis Hof .....	82
Ethikberatung .....	65	Kirchliche Seniorenkreise Landkreis Hof .....	83
<b>8. Mobil im Hofer Land</b> .....	<b>67</b>	Bildungsangebote .....	86
Im Hofer Land unterwegs .....	67	Naturerlebnis im Hofer Land .....	86
Verkehrsverbund Großraum Nürnberg (VGN) .....	68	Sport und Gesundheit .....	87
Liniennetz Landkreis und Stadt Hof .....	69	Seniorenportangebote Stadt Hof .....	87
Hofer Landbus .....	70	Seniorenportangebote Landkreis Hof .....	89
Anrufsammeltaxi - AST .....	71	Kultur .....	92
Bürgerbusse .....	71	Fahrten und Reisen .....	93
Mobil in der Stadt Hof .....	72	Ehrenamt im Alter .....	94
EgroNet .....	72	<b>11. Digital im Hofer Land</b> .....	<b>97</b>
		Smartphone-Stammtische .....	97
		Digitale Alltagshelfer .....	98
		E-Rezept .....	99
		<b>12. Aus-/Fortbildung</b> .....	<b>101</b>
		Pflegeschulen .....	101
		Bildungsträger .....	102
		Impressum .....	107

# Gärtnerei Schnabel

blühendes Handwerk seit 1922

Inh.: B.Reichel

95183 Töpen - Tel. 09295/324



## MÜNZER

HAUSTECHNIK

### Ihre Fachfirma für altersgerechte Bäder

Wir gestalten Ihr modernes und seniorengerechtes Badezimmer und bieten alle Leistungen – von der Planung bis zum fertigen Bad – aus einer Hand.

Ihr neues Bad für mehr Unabhängigkeit und Lebensqualität – modern und zeitlos.

Besuchen Sie unsere **Bad-Ausstellung** in der **Hofer Straße 39** in **Schauenstein** und lassen Sie sich inspirieren und von unseren Experten beraten!



KÖNNEN WIR  
IHNEN HELFEN?

09252 9966-0



SCHNELL &  
UNKOMPLIZIERT

info@muenzer-haustechnik.de



Otto Münzer & Sohn GmbH & Co. KG  
Bergstraße 10  
95197 Schauenstein

## WIR SIND SANIKCLICK!

Unsere Mission ist es, Ihr Wohlbefinden und Ihre Mobilität im Alltag und Berufsleben zu steigern.

In unseren **Sanitätshäusern vor Ort** bieten wir Ihnen kompetente Beratung und exzellenten Service. Unsere **Orthopädie- und Rehathechnik** hilft Ihnen, Ihre Mobilität und Lebensqualität zu verbessern. Unser **Stomazentrum & Homecare Service** bietet umfassende Unterstützung um Ihnen ein selbstbestimmtes und komfortables Leben zu ermöglichen.

### Sanitätshaus Hof

Wunsiedler Str. 59 | 95032 Hof

Telefon: 0 92 81/81 92 20

Mo. - Fr.: 09:00 Uhr - 18:00 Uhr • Mi.: 09:00 Uhr - 15:00 Uhr

### Rehathechnik

Talstraße 18- 20 | 95189 Köditz

Telefon: 09 28 1 - 36 33

### Stomazentrum & Homecare Service

Talstraße 18- 20 | 95189 Köditz

Telefon: 09 28 1 - 83 97 48

Unsere  
Öffnungszeiten  
Montag bis Freitag:

08:00 Uhr bis  
17:00 Uhr



**saniklick**  
hilfsmittel. einfach. günstig.

Ihr Sanitätshaus im Internet.  
**WWW.SANIKCLICK.DE**



**Ambulante Dienste & Hilfen**

<b>Diakoniewerk Martinsberg e.V., Naila</b> .....	4
<b>Hospitalstiftung, Hof</b> .....	28
<b>Hudetz hilft., Hof, Naila</b> .....	38
<b>Diakonie Hochfranken, Hof, Rehau, Schwarzenbach a.d. Saale, Helmbrechts</b> .....	38
<b>proSenio, Hof</b> .....	42

**Apotheke**

<b>Saale-Apotheke, Schwarzenbach a.d. Saale</b> .	50
---	----

**Bauunternehmen**

<b>E. Lein Baugeschäft GmbH, Selbitz</b> .....	6
--	---

**Bestattungsinstitute**

<b>Lang, Gattendorf</b> .....	100
<b>Zeitler, Münchberg</b> .....	104
<b>Söllner, Hof</b> .....	104
<b>Pietät, Hof, Rehau</b> .....	104
<b>Bunzel, Weißdorf, Münchberg Helmbrechts, Stadtsteinach</b> .....	104

**Diakonie**

<b>Diakoniewerk Martinsberg e.V., Naila</b> .....	4
<b>Diakonie Hochfranken, Hof</b> .....	38

**Druckerei**

<b>Müller Fotosatz&amp;Druck, Selbitz</b> .....	106
---	-----

**Festhalle**

<b>Freiheitshalle, Hof</b> .....	2
----------------------------------	---

**Gärtnerei**

<b>Gärtnerei Schnabel, Töpen</b> .....	8
--	---

**Hallenbad**

<b>HofBad, Hof</b> .....	50
--------------------------	----

**Hausmeisterservice**

<b>EmC2, Hof</b> .....	108
------------------------	-----

**Haustechnik**

<b>Münzer Haustechnik, Schauenstein</b> .....	8
---	---

**Hospiz**

<b>Diakoniewerk Martinsberg e.V., Naila</b> .....	4
---	---

**Hörakustik**

<b>Lennartz, Hof</b> .....	50
<b>Hörgeräteladen, Hof</b> .....	107

**Inneneinrichtung**

<b>Kirschner Bodenbeläge, Selbitz</b> .....	6
---	---

**Klinik**

<b>Alexander von Humboldt Klinik, Bad Steben</b> .....	2
<b>GeBO Bezirksklinik, Rehau</b> .....	6

**Menüservice**

<b>Hauswirtschaftsservice H1, Naila</b> .....	4
<b>Hudetz hilft., Geroldsgrün</b> .....	38

**Palliative Versorgung**

<b>SAPV Hochfranken, Hof</b> .....	28
<b>SAPV Palliativnetz, Döhlau</b> .....	62

**Physio- und Ergotherapie  
Krankengymnastik**

<b>Hudetz hilft., Hof, Zedtwitz</b> .....	38
<b>Stefan Stöhr, Schwarzenbach a. d. Saale</b> .....	89
<b>Nicole Schnabel, Oberkotzau</b> .....	91
<b>Sabrina Lang, Münchberg</b> .....	92
<b>Sommermann, Hof</b> .....	95

**Sanitätshaus**

<b>Saniklick, Hof, Zedtwitz &amp; online</b> .....	8
<b>Hudetz hilft., Kronach</b> .....	38
<b>Sperschneider, Hof, Naila</b> .....	61

**Seniorenwohnanlagen****Seniorenhäuser, Betreutes Wohnen**

<b>Diakonie Martinsberg e.V., Naila, Bad Steben, Pausa</b> .....	4
<b>Hospitalstiftung, Hof</b> .....	28
<b>Diakonie Hochfranken, Hof, Rehau, Schwarzenbach a.d. Saale, Helmbrechts Oberkotzau, Konradsreuth</b> .....	38
<b>Hudetz hilft., Zedtwitz, Geroldsgrün</b> .....	38
<b>Seniorenwohngemeinschaft Jägerhof, Hof-Jägersruh</b> .....	50

**Steuerberater**

<b>Marco Roth, Naila</b> .....	6
--------------------------------	---

**Tagespflege**

<b>Hospitalstiftung, Hof</b> .....	28
<b>Diakonie Hochfranken, Helmbrechts</b> .....	38

**Treppenlift**

<b>RevexLift, Schwarzenbach a. Wald</b> .....	54
---	----

**VHS**

<b>VHS Hofer Land</b> .....	96
-----------------------------	----



Foto: Landkreis Hof



Foto: Simon Malik

## Vertretung von Senioreninteressen

**Im Hofer Land hat die Seniorenpolitik einen hohen Stellenwert.**

„Wir wollen gute Angebote für Jung und Alt schaffen. Eine erfolgreiche Senioren- und Inklusionspolitik ist uns wichtig“, sagen Landrat Dr. Oliver Bär und die Oberbürgermeisterin der Stadt Hof, Eva Döhla. Sie beide sowie die Bürgermeister der 27 Landkreiskommunen setzen sich gemeinsam dafür ein, die Lebensqualität für alle Generationen in ihrer Heimat zu erhöhen. Seit Herbst 2015 hat deshalb jede Stadt und Gemeinde sowie jeder Markt des Landkreises und die Stadt Hof einen Ansprechpartner vor Ort installiert – die sogenannten kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten bzw. Seniorenbeiräte. Sie engagieren sich für die gesellschaftliche Teilhabe, Gleichstellung und Selbstbestimmung von älteren Menschen sowie von Menschen mit Behinderung. Eine wichtige Aufgabe der ehrenamtlichen Interessenvertretungen ist es, Anliegen und Wünsche aus der Bevölkerung aufzunehmen und in politische Gremien zu transportieren sowie die Bevölkerung mit den entscheidenden Akteuren zu vernetzen. Zudem nehmen die Beauftragten direkten Einfluss auf das integrierte Gesamtkonzept Senioren und Inklusion für den Landkreis Hof sowie auf das seniorenpolitische Gesamtkonzept der Stadt Hof.

### Wir unterstützen Sie

Die kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten und Seniorenbeiräte des Landkreises Hof sowie der Seniorenrat der Stadt Hof sind erste Anlaufstelle in Fragen um die Themen Älterwerden bzw. Gleichstellung und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung. Bei alltäglichen Themen rund um die Freizeitgestaltung im aktiven Alter oder einer barrierefreien Wohnraumanpassung können sie Ihnen persönlich weiterhelfen bzw. Ihr Anliegen an geeignete Ansprechpartner vermitteln.

### Aufgaben der Senioren- und Behindertenbeauftragten / des Seniorenrates im Überblick

- > Interessenvertretung
- > Informations- und Vermittlungsstelle
- > Unterstützung von Ratsuchenden und Angehörigen
- > Stellungnahmen und Anträge
- > Vernetzung
- > Politikberatung
- > Öffentlichkeitsarbeit
- > Projektmanagement
- > Zusammenarbeit auf Stadt- und Landkreisebene

Kontaktdaten finden Sie ab Seite 12.

## Ihre Ansprechpartner

### Landkreis Hof

#### Seniorenkoordination

#### Landratsamt Hof / Leitstelle Pflege

Berliner Platz 3  
95030 Hof  
Telefon: 09281/5469949-05  
seniorenkoordination@landkreis-hof.de

#### Behindertenbeauftragter

#### Stefan Gebhardt

Landratsamt Hof  
Schaumbergstraße 14  
95032 Hof  
Telefon: 09281/57-290  
stefan.gebhardt@landkreis-hof.de

### Stadt Hof

#### Seniorenbeauftragte

#### Dr. Sandra Häupler

Stadt Hof  
Fachbereich Demografie und Migration  
Karolinenstraße 37  
95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1792  
dr.sandra.haeupler@stadt-hof.de

#### Behindertenbeauftragter

#### Dominik Rehberg

Stadt Hof  
Klosterstraße 23  
95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1795  
dominik.rehberg@stadt-hof.de

## Senioren- und Behindertenbeauftragte des Landkreises Hof

Die Senioren- und Behindertenbeauftragten im Landkreis Hof vertreten mit Unterstützung der Kommune die Anliegen von älteren Menschen, von Menschen mit Behinderung und deren Angehörigen.



Foto: [www.agewithoutlimits.org](http://www.agewithoutlimits.org)

#### Bad Steben

*Thomas Brügel*  
Hauptstraße 2, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/740  
rathaus@badsteben.de

#### Berg

*Sabine Puchta*  
Kirchplatz 2, 95180 Berg  
Telefon: 09293/9430  
gemeinde@berg-ofr.de

## Döhlau

*Karin Schnabel*  
Am Rathaus 2, 95182 Döhlau  
Telefon: 09286/95420-10,  
Telefon: 09286/8204 (priv.)  
karin.schnabel.1@t-online.de

*Jaqueline Mertel*  
Seniorenratsvorsitzende

## Feilitzsch

*Ramona Meyer*  
Hauptstraße 28, 95183 Feilitzsch  
Telefon: 09281/73510  
gemeinde@feilitzsch.de

## Gattendorf

*Erhard Steinhäuser*  
Kirchstraße 24, 95185 Gattendorf  
Telefon: 09281/40730  
gemeinde@gattendorf.de

## Geroldsrün

Regina Röstel  
Keyßerstraße 25, 95179 Geroldsrün  
Telefon: 09288/55172  
rathaus@geroldsrunden.de

## Helmbrechts

*Kitty Weiß*  
Luitpoldstraße 21, 95233 Helmbrechts  
Telefon: 09252/7010  
info@stadt-helmbrechts.de

## Issigau

*Werner Böhm*  
Dorfplatz 2, 95188 Issigau  
Telefon: 09293/301  
issigau@vg-lichtenberg.de

## Konradsreuth

*Jana Hellfritzsch*  
Hofer Straße 8, 95176 Konradsreuth  
Telefon: 09292/959910  
gemeinde@konradsreuth.de

## Köditz

*Andrea Horn*  
Talstraße 2, 95189 Köditz  
Telefon: 09281/706613  
andrea.horn@gemeinde-koeditz.de



Foto: Müller Fotosatz&Druck

Lichtenberger See

## Leupoldsrün

*Katja Oelschlegel*  
*Dagmar Wolf*  
Schulstraße 1, 95191 Leupoldsrün  
Telefon: 09292/415  
gemeinde@leupoldsrunden.de

## Lichtenberg

*Bettina Albig*  
Marktplatz 16, 95192 Lichtenberg  
Telefon: 09288/97370  
info@vg-lichtenberg.de

## Münchberg

*Sabine Hahn*  
Ludwigstraße 15, 95213 Münchberg  
Telefon: 0172/8229723 (priv.)  
seniorenbeauftragte@muenchberg.de  
*Erwin Frisch*  
Seniorenratsvorsitzender

## Naila

*Yvonne Spörl*  
Marktplatz 12, 95119 Naila  
Telefon: 09282/6835  
mail@naila.de

## Oberkotzau

*Markus Retsch*  
Am Rathaus 2, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/97201 (priv.)  
markus.retsche@markt-oberkotzau.de  
*Friedrich Geerling*  
Seniorenbeiratsvorsitzender  
Telefon: 09286/203376 (priv.)  
seniorenbeirat@markt-oberkotzau.de

## **Regnitzlosau**

*Ute Hopperdietzel*  
*Sandra Schnabel*  
Hauptstraße 24, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/943330  
gemeinde@regnitzlosau.de

## **Rehau**

*Birgit Ertl*  
Mehrgenerationenhaus  
Maxplatz 12, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/59240120  
birgit.ertl@diakonie-hochfranken.de  
*Sascha Mainhardt*  
Behindertenbeauftragter

## **Schauenstein**

*Jürgen Gärtner*  
Rathausplatz 1, 95197 Schauenstein  
Telefon: 09252/7895 (priv.)  
stadt@vg-schauenstein.de

## **Schwarzenbach an der Saale**

*Bodo Haas*  
Ludwigstraße 4,  
95126 Schwarzenbach an der Saale  
Telefon: 09284/93325  
bodo.haas@schwarzenbach-saale.de

## **Schwarzenbach am Wald**

*Mirjam Drechsel*  
*Egolf Reuther*  
Frankenwaldstraße 16,  
95131 Schwarzenbach am Wald  
Telefon: 09289/500  
info@schwarzenbach-wald.de  
*Rainer Wiedel*  
Referent für Gesundheit, Pflege und die  
Belange behinderter Menschen

## **Selbitz**

*Helmut Stöcker*  
*Eva Leonhardt*  
Bahnhofstraße 2, 95152 Selbitz  
Telefon: 09280/600  
senioren@selbitz.de

## **Sparneck**

Marktplatz 4, 95234 Sparneck  
Telefon: 09251/99030  
poststelle@sparneck.de

## **Stammbach**

*Sebastian Menzel*  
Rathausstraße 7, 95236 Stammbach  
Telefon: 09256/960090  
rathaus@stammbach.de  
*Daniela Reichel*  
Generationenmanagerin  
Telefon: 09256/9600932  
daniela.reichel@stammbach.de

## **Töpen**

*Hans Herrmann*  
Schleizer Straße 30, 95183 Töpen  
Telefon: 09295/312  
gemeinde@toepen.de

## **Trogen**

*Peter Horst*  
Kirchstraße 4, 95183 Trogen  
Telefon: 09281/46201  
gemeinde@trogen.de

## **Weißdorf**

*Andrea Strunz*  
*Andreas Linhardt*  
Schwarzenbacher Straße 6, 95237 Weißdorf  
Telefon: 09251/99030  
poststelle@weissdorf.de

## **Zell im Fichtelgebirge**

*Reinhard Schubert*  
*Ute Spachtholz*  
Bahnhofstraße 10, 95239 Zell i.F.  
Telefon: 09257/942-11  
info@markt-zell.de



Foto: Landkreis Hof

## Seniorenrat der Stadt Hof

Der Seniorenrat ist die gewählte Vertretung der älteren Bürgerinnen und Bürger der Stadt Hof. Mit seinen Mitgliedern ist er Ansprechpartner für Bürgerinnen und Bürger, Stadtrat, Stadtverwaltung und Verbände.

Kontaktaufnahme über

- > Telefon: 09281/815-1791
- > E-Mail: [seniorenrat@stadt-hof.de](mailto:seniorenrat@stadt-hof.de)
- > Sprechstunden alle zwei Monate
- > Rückantwortkarte
- > Homepage: <https://www.hof.de/rathaus-service/senioren/seniorenrat>



Foto: Stadt Hof



Foto: Landkreis Hof

# Leitstelle Pflege Hofer Land

Berliner Platz 3  
95030 Hof  
Telefon: 09281/5469949  
info@leitstelle-pflege.de

Das Thema Pflege kann jeden treffen. Ob jung, alt, erwerbstätig oder bereits in Rente. Die Leitstelle Pflege vereint vielfältige Angebote und Beratungsstellen zu den Themen Pflege, Demenz und Senioren unter einem Dach.

Mit der Leitstelle Pflege Hofer Land wird den Menschen im Hofer Land ein Überblick über die regionale Pflegelandschaft verschafft und die vielseitigen Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten und deren Anbieter transparent und übersichtlich dargestellt.

Alle Menschen, die mit den Themen Pflege, Senioren und Demenz in Berührung kommen, werden informiert, aber auch entlastet und begleitet. Ziel ist es, bestehende Angebote rund um die Themen zu bündeln, transparent darzustellen und weiter zu entwickeln.

## Leitstelle Pflege

The infographic features a house-shaped graphic with a white roof and a pink and orange body. The text 'LEITSTELLE PFLEGE HOFER LAND' is prominently displayed in the center. To the left, a dark grey circle contains the address 'HOF BERLINER PLATZ 3'. To the right, vertical text reads 'Beratungsstelle und Informationen rund um die Themen: Pflege - Demenz - Senioren'. Below the main title, a white box lists seven services: 'Pflegestützpunkt Hofer Land', 'Wohnberatung Stadt und Landkreis Hof', 'Seniorenbeauftragte Stadt Hof', 'Seniorenkoordination Landkreis Hof', 'Netzwerkstelle Pflege Stadt und Landkreis Hof', 'Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken', and 'Weitere Kooperationspartner'. At the bottom, logos for 'HO FER LAND', 'Landkreis Hof', and 'Stadt Hof' are shown, along with the website 'www.leitstelle-pflege.de'.

# Pflegestützpunkt



Hofer Land

Pflegeberatung  
und -koordination

## Pflegestützpunkt Hofer Land

### Öffnungszeiten

Montag:	9.00 - 13.00 Uhr
Dienstag:	13.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch:	9.00 - 13.00 Uhr
Donnerstag:	13.00 - 17.00 Uhr
Freitag:	9.00 - 13.00 Uhr

Um Terminvereinbarung wird gebeten, gerne vereinbaren wir auch Termine außerhalb der Öffnungszeiten.

**Telefon: 092 81 / 546 994 999**

### Wer wir sind:

Die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes Hofer Land beraten pflegebedürftige Menschen und deren An- und Zugehörige bei allen Fragen aus den Bereichen der Pflege. Im Pflegestützpunkt Hofer Land arbeiten wir eng mit vielen verschiedenen Netzwerkpartnern aus dem Bereich der Pflege zusammen.

### Die Leistungen des Pflegestützpunktes Hofer Land sind:

- > kostenfrei
- > neutral
- > individuell
- > unter Einhaltung der Schweigepflicht

### Wir beraten und unterstützen Sie gerne:

- > telefonisch
- > in den Räumen des Pflegestützpunktes
- > bei Bedarf bei Ihnen zu Hause

### Wir bieten:

- > Neutrale, kostenfreie Auskunft zum Thema Pflegeversicherung und deren Leistungen
- > Informationen zu Pflege- und Betreuungsangeboten
- > Beratung pflegender An- und Zugehöriger
- > Vorbereitung auf die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen
- > Individuelle Beratung nach §7a SGB XI sowie Unterstützung und Begleitung Hilfesuchender
- > Beratung zur häuslichen Versorgung, zum Beispiel mit Unterstützung eines ambulanten Dienstes, einer Tagespflege, einer stundenweisen Betreuung zu Hause
- > Informationen über mögliche Leistungen zur sozialen Sicherung der Pflegeperson, insbesondere Renten- und Unfallversicherung

informieren  
vermitteln  
helfen

## Wir begleiten Sie und Ihre An- und Zugehörigen:

- > Wie wird ein Pflegegrad beantragt?
- > Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- > Welche finanziellen Belastungen kommen auf mich als betroffene Person und auf meine Angehörigen zu?
- > Welche weiteren Sozialleistungen kann ich in Anspruch nehmen?
- > Wo finde ich praktische Unterstützung?
- > Wie kann man sich die Pflege zuhause erleichtern?

Wir **informieren** Sie über das Pflege- und Dienstleistungsangebot in Stadt und Landkreis Hof (u.a. zu ambulanten, teilstationären und vollstationären Angeboten).

Wir **vermitteln** Sie bei Bedarf an weiterführende Beratungs- und Fachstellen (z.B. an die Fachstellen für pflegende Angehörige).

Wir **helfen** Ihnen Lösungswege bei Streitfragen zum Thema Pflege zu finden.



Foto: Landkreis Hof

## Wer hat Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung?

Das Pflegeversicherungsgesetz sichert die Grundfinanzierung für die Folgen von Pflegebedürftigkeit, in dem es sich an den Kosten für ambulante, teil- und vollstationäre Pflege beteiligt, soweit die gesetzlichen Voraussetzungen erfüllt sind.

Die Pflegeversicherung gewährt den Personen Leistungen, die aufgrund einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, einen erheblichen Hilfebedarf haben. Zudem müssen die versicherungsrechtlichen Voraussetzungen erfüllt werden. Die Versicherungszeit beträgt mindestens zwei Jahre innerhalb der letzten zehn Jahre vor der Antragsstellung.

Um Leistungen von der Pflegeversicherung zu erhalten, muss ein Antrag bei der Pflegekasse (angesiedelt bei der jeweiligen Krankenkasse) eingereicht werden. Der Antrag kann von der pflegebedürftigen oder einer bevollmächtigten Person gestellt werden. Die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes unterstützen gerne bei der Antragsstellung.

Die Pflegebedürftigkeit wird durch die Begutachtung des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MD) festgestellt. Dabei werden die Aktivitäten und Fähigkeiten des pflegebedürftigen Menschen in allen Lebensbereichen betrachtet. Zentrale Frage dabei ist: Was kann der pflegebedürftige Mensch selbst bewerkstelligen und wobei braucht er personelle Hilfe und Unterstützung im Alltag? Die Gutachter erheben mittels Fragebogen den Grad der Selbstständigkeit in bestimmten Bereichen und ermitteln unter Anwendung eines gesetzlich vorgegebenen Punkte- und Gewichtungssystem den Pflegegrad.

## Leistungen in den einzelnen Pflegegraden

Stand: 01/2024, alle Angaben pro Monat

Pflegegrad	1	2	3	4	5
Ambulante Leistungen (Geldleistung)	--	✓	✓	✓	✓
Pflegesachleistungen z.B. ambulanter Pflegedienst	--	✓	✓	✓	✓
Vollstationäre Leistung	✓	✓	✓	✓	✓
Teilstationäre Leistungen z.B. Tagespflege	--	✓	✓	✓	✓
Entlastungsbetrag §45b	✓	✓	✓	✓	✓
Pflegehilfsmittel zum Verbrauch z.B. Desinfektionsmittel	✓	✓	✓	✓	✓
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen z.B. Treppenlift	4.180 € pro Maßnahme				

### Informieren können Sie sich bei Ihrer zuständigen Krankenkasse / Pflegekasse sowie beim Pflegestützpunkt Hofer Land.

Die aktuelle Höhe der finanziellen Leistungen der Pflegeversicherung und weitere Informationen erhalten Sie unter:

[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

#### Kontakt:

E-Mail: [pflgestuetzpunkt@leitstelle-pflege.de](mailto:pflgestuetzpunkt@leitstelle-pflege.de)  
Telefon: 092 81/546 994 999

Träger des Pflegestützpunktes sind Stadt und Landkreis Hof.

Gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit, Pflege und Prävention



Nach den Vorschriften des SGB XII besteht die Möglichkeit, Hilfe zur Pflege beim Bezirk Oberfranken zu beantragen, sofern die Leistungen aus der Pflegeversicherung nicht ausreichend oder die Vorversicherungszeiten nicht erfüllt sind.

#### Kontakt:

Bezirk Oberfranken

**Sozialverwaltung**

**Hilfe zur Pflege**

Cottenbacher Straße 23

95445 Bayreuth

Telefon: 0921 / 7846-0

[www.bezirk-oberfranken.de/soziales/hilfen-im-alter-und-zur-pflege](http://www.bezirk-oberfranken.de/soziales/hilfen-im-alter-und-zur-pflege)

#### Landespflegegeld Bayern

Das Landespflegegeld ist eine freiwillige Leistung des Freistaats Bayern an pflegebedürftige Menschen mit Pflegegrad 2 oder darüber, die ihren Hauptwohnsitz in Bayern haben. Mit dem Landespflegegeld sollen pflegebedürftige Menschen eine Wertschätzung und eine finanzielle Unterstützung bekommen.

Bayerisches Landesamt für Pflege

Landespflegegeld

Postfach 13 65

92203 Amberg

Telefon: 09621 9669-2444

[landespflegegeld@lfp.bayern.de](mailto:landespflegegeld@lfp.bayern.de)

[www.lfp.bayern.de](http://www.lfp.bayern.de)

## Wohnberatung Stadt und Landkreis Hof

**Ob Jung, ob Alt:  
bereits heute an morgen denken!**

**Die Wohnberatungsstelle informiert  
und unterstützt für ein möglichst  
langes Leben im eigenen Zuhause.**



Foto: Frank Wunderatsch

Möglichst lange zu Hause in der vertrauten Umgebung wohnen zu bleiben – das ist der Wunsch der meisten Menschen. Allerdings ist das eigene Zuhause oft nicht entsprechend ausgestattet und birgt einige Hindernisse oder Gefahrenquellen. Selbständigkeit und Sicherheit sind im zunehmenden Alter, ob mit oder ohne Pflegebedürftigkeit bzw. Behinderung, die Grundvoraussetzung für ein positives Lebensgefühl.

Barrierefreies Wohnen ist für alle Altersgruppen attraktiv und wert darüber rechtzeitig nachzudenken. Junge Familien können davon profitieren, weil auch der Kinderwagen oder das Bobby-Car schwellenlos hineinfahren kann. Aber eben auch die ältere oder behinderte Person, wenn sie auf einen Rollator oder Rollstuhl angewiesen ist.

Unabhängigkeit, Sicherheit und das individuelle Wohnverhalten stehen im Vordergrund. Krankheiten und gesundheitliche Einschränkungen und der daraus entstehende Hilfebedarf zeigt Ihnen im Alltag die Notwendigkeit einer Veränderung auf. Das Wohnumfeld rechtzeitig nach und nach an die eigenen Bedürfnisse anzupassen bedeutet eine Steigerung der Lebensqualität in der vertrauten Umgebung.

Oft können schon kleine Maßnahmen den Alltag erleichtern und die Sicherheit erhöhen: Handläufe im Eingangsbereich, Stolperfallen vermeiden oder eine Rampe zur Terrasse. Manchmal sind aber auch Umbaumaßnahmen erforderlich, wie etwa ein Einbau eines Treppenliftes, ein Umbau zum barrierefreien Bad oder die Verbreiterung von Türen.

Die Wohnberatung hilft Ihnen, die richtige Lösung zu Ihrer individuellen Lebenssituation zu finden. Sie umfasst Informationen zu Hilfsmittelversorgung und Maßnahmen, die das Wohnumfeld verbessern.

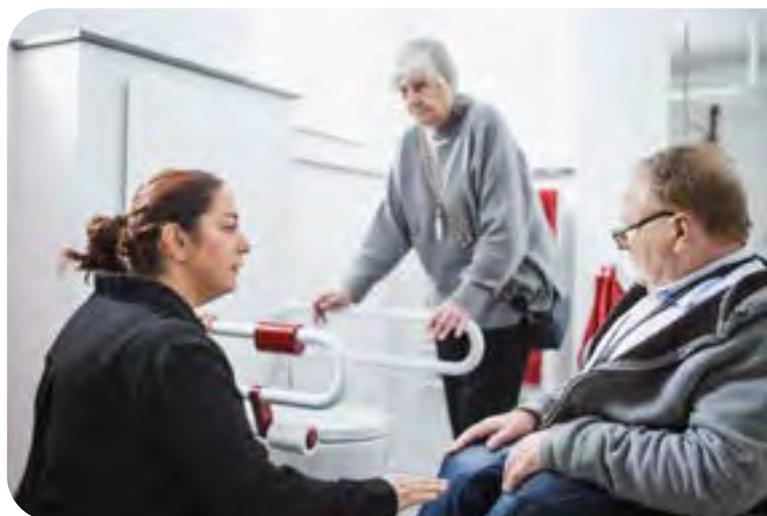


Foto: Frank Wunderatsch

Ebenso werden Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten, alternative Wohnformen sowie barrierefreies Bauen erläutert. Eine barrierefreie Wohnraumanpassung kann eine gute und kostengünstigere Alternative zum Umzug in eine spezielle Einrichtung der Senioren- und Pflegehilfe bedeuten.

## Beispiele der Wohnungsanpassung

Die Anpassung Ihrer Wohnung muss nicht zwingend teuer sein. Es gibt verschiedene Möglichkeiten von Anpassungsmaßnahmen sowie Fördermöglichkeiten, um ihr Wohnumfeld an die Bedürfnisse im Alter anzupassen.

### Einige Beispiele dafür sind:

- > Entfernung unnötiger Möbel, um Bewegungsflächen zu schaffen
- > Beseitigen von Stolperfallen, z.B. Türschwellen oder Teppiche
- > Entfernung von Barrieren, z.B. durch Rampen
- > Nutzen von Alltagshilfen, z.B. Haltegriffe oder Greifzange
- > Einsetzen von Hilfsmitteln, z.B. Badewannenlift, Toilettensitzerhöhung
- > Einbau von technischen Assistenzsystemen, z.B. automatische Herdabschaltung
- > Nutzung ausreichender und blendfreier Beleuchtung z.B. steuerbare Lichtsysteme
- > Umbaumaßnahmen z.B. Türverbreiterung, Einbau eines Treppenliftes, Einbau einer bodengleichen Dusche

Für die Wohnungsanpassung können Sie einen Hausbesuch der Wohnberatung in Anspruch nehmen. Vor Ort wird Ihr individueller Bedarf ermittelt und gemeinsam komfortable Lösungsmöglichkeiten erarbeitet, so dass Sie so lange wie möglich unbeschwert im eigenen Zuhause wohnen bleiben können.

**Die Wohnberatung ist kostenlos, neutral, unabhängig, unverbindlich und unterliegt der Schweigepflicht.**

**Barrierearm/-frei ist der Schlüssel zur aktiven Teilnahme am sozialen Leben.**

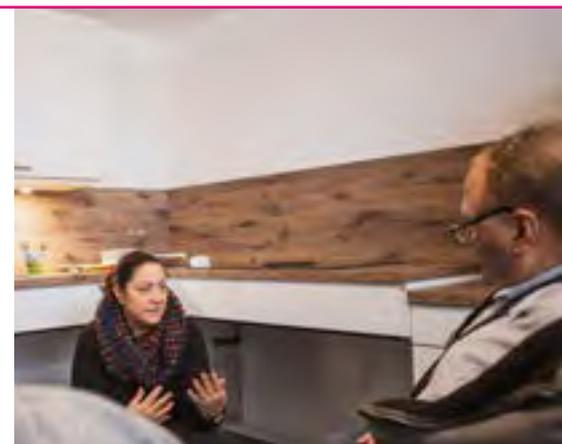
## Barrierefreie Musterwohnung in Hof

Barrierefreies Wohnen in Hof erleben und selbst ausprobieren. In einer Ausstellung in der Ernst-Reuther-Straße 70, 95030 Hof wird gezeigt, wie das Zuhause barrierefrei/-arm gestaltet oder umgebaut werden kann.

Es kann vor Ort ausprobiert werden, wie praktisch Alltagshilfen, Hilfsmittel z.B. beim Anziehen, Essen oder bei der Körperhygiene sind. Ebenso können Sie verschiedene Liftsysteme, ein Aufstehbett, einen Kleiderlift und viele weitere Produkte vor Ort selbst in ihrer Funktionalität testen. Auch technische Unterstützungssysteme können in ihrer Handhabung und Nützlichkeit getestet werden.

**Wenn auch Sie die Musterwohnung besichtigen möchten, wenden Sie sich an die Wohnberatung, um einen Termin vor Ort zu vereinbaren.**

## Barrierefreie Musterwohnung in Hof



Fotos: Frank Wunderatsch

## Ehrenamtliche Wohnberater

Ehrenamtliche Wohnberaterinnen und Wohnberater sind als wichtige Ansprechpartner vor Ort für Stadt und Landkreis Hof tätig. Sie sind in die Wohnberatungsstellen eingebunden und unterstützen bei Beratungen und Hausbesuchen.

Die Ehrenamtlichen haben eine fünftägige Grundlagenschulung erhalten und werden auch stets durch die hauptamtliche Wohnberatung unterstützt und geschult. So besitzen unsere ehrenamtlichen Wohnberater das nötige Wissen und Know-how für Ratsuchende.

### Kontakt Wohnberatung

E-Mail: [wohnberatung@leitstelle-pflege.de](mailto:wohnberatung@leitstelle-pflege.de)

Telefon: Stadt Hof: 09281/546994917

Telefon: Landkreis Hof: 09281/546994907

Internet: <https://www.leitstelle-pflege.de/wohnberatung-stadt-und-landkreis-hof/>

Um Bürgerinnen und Bürger von Stadt und Landkreis Hof für das barrierefreie Wohnen zu sensibilisieren, haben die Ehrenamtlichen einen weiteren Aufgabenbereich. Sie können als Referent oder Referentin zu Vorträgen verschiedener Wohnberatungsthemen, beispielsweise in Seniorenkreisen angefragt werden oder zu Veranstaltungen in der eigenen Gemeinde, wie Aktionstage, Workshops gebucht werden. Über die Mitarbeiterinnen der Wohnberatung werden Ihre Anfragen vermittelt.

**Wenn auch Sie für den Bereich Wohnberatung interessieren und ehrenamtlich tätig sein möchten, melden Sie sich gerne bei der Wohnberatung.**



## Wohnberatung bei Demenz

Eine Erkrankung an Demenz stellt betroffene Menschen, Angehörige und betreuende Personen, aber auch das soziale Umfeld vor sehr große Herausforderungen. Die Wohnberatung kann ein kleiner Baustein sein, den Alltag für alle im Haushalt lebenden und tätigen Personen zu erleichtern.

Einige Beispiele:

- > **Vertrautheit und Orientierung** innerhalb der Wohnung erhalten oder schaffen z.B. durch das Einrichten von Erinnerungsecken, Verwendung von Zeitschaltuhren zur Steuerung von elektrisch angetriebenen Rollläden, Anbringen von Symbolen/Piktogrammen an Türen/ Schränken.
- > Unterstützung von **Fähigkeiten und Vorlieben** sowie Förderung der **Selbstständigkeit** fördern durch z.B. die Installation von Herdsicherungen, Anbringen von Wasserwächtern.
- > **Sicherheit und Schutz** bieten z.B. durch das Anbringen eines Verbrühschutzes an Armaturen, das Entfernen von Schwellen und losen Kabel.

Die Beratung ist immer individuell auf die Bedürfnisse des an Demenz erkrankten Menschen ausgelegt und berücksichtigt besonders die individuellen Lebensumstände. Gerade bei einer fortschreitenden Erkrankung ist es notwendig, gemeinsam mit allen Beteiligten rechtzeitig nach Lösungen zu suchen. Die Wohnberatung sucht gemeinsam mit der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken nach Lösungen, um einer dementiell erkrankten Person das Leben zu Hause so lange wie möglich zu ermöglichen.

## Förder-/Finanzierungsmöglichkeiten

### Beratung und Fördermöglichkeiten

Bevor Sie Maßnahmen zur Wohnungsanpassung einleiten, sollten Sie sich umfassend beraten lassen. Im Rahmen der Beratung können Sie sich zu möglichen Anpassungsvarianten informieren. Dies ist auch im Blick auf eine mögliche Zuschussung der Umbaumaßnahme wichtig, **weil Anträge auf Fördermittel oder Zuschüsse immer vor Beginn der Maßnahme gestellt werden müssen!** Hier sollten Sie auch genügend Zeit für die Bearbeitung des Antrages einplanen, dies kann einige Wochen dauern bis Sie den Bescheid erhalten.

Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, benötigen Sie bei Anpassungsmaßnahmen, die in die Bausubstanz eingreifen, die Zustimmung Ihres Vermieters. In diesem Fall ist es sinnvoll, rechtzeitig Kontakt aufzunehmen, um Ihre Überlegungen mitzuteilen. Dabei können Sie klären, ob es bestimmte Auflagen gibt oder ein Rückbau bei Auszug gefordert wird.

Je nach Maßnahme ist eine Förderung oder Finanzierung über verschiedene Institutionen möglich. Liegt eine Krankheit, Pflegebedürftigkeit oder Behinderung vor, können Umbaumaßnahmen unter bestimmten Voraussetzungen bezuschusst werden, wobei hier unter Umständen oft ein Eigenanteil zu begleichen ist.

## Leistungen der Kranken- und Pflegeversicherung

### Gesetzliche Krankenversicherung

Die Krankenkassen finanzieren Hilfsmittel die im Einzelfall erforderlich sind. Voraussetzung für die Bewilligung von Hilfsmitteln ist eine ärztliche Verordnung. Diese sollte die Bezeichnung des Hilfsmittels und ggfs. die Hilfsmittelnummer enthalten. Dabei können Sie sich im Vorfeld in Ihrem Sanitätshaus fachgerecht beraten lassen.

### Gesetzliche Pflegekassen

Bei bestehender Pflegebedürftigkeit nach Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Pflegekassen, in einem der Pflegegrade 1-5, kann die zuständige Pflegekasse auf Antrag bis zu 4.180 Euro als Zuschuss für Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen bewilligen. Solche Anpassungsmaßnahmen nach § 40 Abs. 4 SGB XI dienen der selbstständigen Lebensführung oder zur Erleichterung der Pflege in der Häuslichkeit. Wohnen mehrere pflegebedürftige Personen zusammen, kann der Zuschuss für maximal vier Pflegebedürftige, also bis zu 16.720 Euro, beantragt werden.

Folgende Leistungen können bezuschusst werden:

- > Maßnahmen, die einen Eingriff in den Baubestand erfordern, wie z.B. Einbau eines Treppenliftes, Rampen oder Türverbreiterungen.
- > Einbau- oder Umbau von vorhandenem Mobiliar, welches aufgrund der konkreten Pflegesituation individuell umgestaltet oder hergestellt werden muss, z.B. Austausch der bestehenden Badewanne durch eine bodengleiche Dusche.
- > Ein Umzug in eine andere Wohnung, die den Bedürfnissen und Anforderungen des Pflege-

bedürftigen gerecht wird, z.B. Umzug in eine barrierefreie Wohnung.

Der PFLLEGESERVICE Bayern dient als Informations- und Anlaufstelle für alle gesetzlich Versicherten zu Fragen rund um das Thema Pflege  
Telefon: 0800/7721111  
www.pflegeservice-bayern.de

### **Beratungsstelle Barrierefreiheit**

Die Beratungsstelle Barrierefreiheit der Bayerischen Architektenkammer bietet in der Leitstelle Pflege am Berliner Platz 3 in 95030 Hof allen Interessierten regelmäßig kostenlose Beratung an. Bei den Beratungstagen beantworten Architekten/Fachberater Fragen zur Barrierefreiheit und informieren auch über finanzielle Fördermöglichkeiten. Für die Teilnahme ist eine Anmeldung bei der Bayerischen Architektenkammer erforderlich.

Telefon: 089/139880-80  
E-Mail: [info@byak-barrierefreiheit.de](mailto:info@byak-barrierefreiheit.de)

### **Wohnungsanpassung bei Behinderung**

Der Freistaat Bayern fördert die behindertengerechte Anpassung von bestehendem Eigen- und Mietwohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung im Rahmen des Bayerischen Wohnungsbauprogramms mit einem leistungsfreien Baudarlehen von bis zu 10.000€. Voraussetzung für eine Förderung ist unter anderem die Einhaltung von bestimmten Einkommensgrenzen sowie ein Grad der Behinderung von mindestens 50.

Nähere Auskunft zur Förderung im Eigenwohnraum erhalten Sie:

### **Für Eigenwohnraum im Landkreis Hof:**

#### **Landratsamt Hof Wohnraumförderung des Landkreises Hof**

Schaumbergstraße 14  
95032 Hof

Telefon: 09281/57-382 oder 57-383

Weitere Informationen unter:  
<https://www.landkreis-hof.de/dienstleistungen/wohnungsbaufoerderung/>

### **Für Eigenwohnraum in der Stadt Hof:**

#### **Wohnraumförderung der Stadt Hof**

Fachbereich Umwelt, Baurecht und Bauordnung  
Karolinenstraße 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1532 und 815-1536  
E-Mail: [wohnungsbaufoerderung@stadt-hof.de](mailto:wohnungsbaufoerderung@stadt-hof.de)  
www.hof.de

### **Nähere Auskunft zur Förderung im Mietwohnraum erhalten Sie bei der Regierung von Oberfranken**

#### **Sachgebiet 35-Wohnungswesen**

Telefon: 0921/ 604-1264  
Fax: 0921/ 604-41258  
E-Mail: [wohnungswesen@reg-ofr.bayern.de](mailto:wohnungswesen@reg-ofr.bayern.de)

### **Förderprogramm der KfW „Altersgerecht umbauen“**

Die Förderung ist unabhängig vom Einkommen, gesundheitlichen Einschränkungen oder Alter. Es kann ein Investitionszuschuss oder ein Darlehen zum barrierefreien Umbau und Einbruchschutz gewährt werden. Die Antragstellung für den Zuschuss erfolgt direkt bei der KfW-Bank, der Antrag für den Kredit über die Hausbank.

Weitere Informationen dazu unter:  
[www.kfw.de](http://www.kfw.de)

### **Bei Fragen bezüglich Förder-/Finanzierungsmöglichkeiten wenden Sie sich an die zuständige Wohnberatungsstelle. Sie werden individuell und fachgerecht beraten!**

Um bestimmte Förderungen zu erhalten, ist teilweise ein Schwerbehindertenausweis oder ein Pflegegrad erforderlich.

### **Seniorenkoordination und -beauftragte**

Die Zusammensetzung der Bevölkerung wird sich in den nächsten Jahrzehnten verändern. Die sinkende Zahl der Menschen im jüngeren Alter und die gleichzeitig steigende Zahl älterer Menschen verschieben den demografischen Rahmen in bisher nicht gekannter Art und Weise. Dieser demografische Wandel stellt Städte und Gemeinden in ganz Bayern vor große Herausforderungen. Zur Unterstützung beschäftigen jeweils Stadt und Landkreis Hof hauptamtlich zuständige Personen.

## Ihre Aufgaben sind:

- > Ermitteln der Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren in unserer Region
- > Altenhilfeplanung
- > Zusammenarbeit, Schulung und Vernetzung der kommunalen Seniorenbeauftragten und des Seniorenrates
- > Organisation von Informations- und Bildungsveranstaltungen
- > Gremienarbeit und Netzwerkmanagement
- > Beratung und Öffentlichkeitsarbeit in Demografie- und Seniorenfragen
- > Erstellung von Informationsbroschüren
- > Zusammenarbeit mit angrenzenden Fachbereichen (Gesundheitsregion<sup>plus</sup> HoferLand, Jugendhilfeplanung, ÖPNV, usw.)
- > Zusammenarbeit mit externen Kooperationspartnern (VHS Hofer Land, Demografiekompetenzzentrum, usw.)

Die Kommunen des Landkreises Hof und die Stadt Hof setzen angesichts der Entwicklung der Altersstruktur der Bevölkerung immer stärker auf die Mitwirkung der älteren Generation. Das Hofer Land hat Seniorenbeauftragte und Seniorenräte als Ansprechpartner für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger bestellt. Diese nehmen die Interessen und Belange der älteren Menschen wahr und beraten zu Fragen des Älterwerdens.

## Kontakt:

### Seniorenbeauftragte Stadt Hof

Karolinenstr. 37  
95032 Hof  
Telefon: 09281/815-1792  
E-Mail: dr.sandra.haeupler@stadt-hof.de

### Seniorenkoordination Landkreis Hof

Berliner Platz 3  
95030 Hof  
Telefon: 09281/5469949-05  
E-Mail: seniorenkoordination@landkreis-hof.de

## Netzwerk Pflege Stadt und Landkreis Hof

Vorrangiges Ziel der Stelle Netzwerk Pflege ist die übergeordnete Vernetzung der Pflegebedürfnisse der Region. Es werden bestehende Angebote rund um das Thema Pflege gebündelt, transparent dargestellt und weiterentwickelt.

## Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken

Die Hauptaufgabe der Fachstelle mit Sitz in Bamberg und Hof ist es, bedarfsgerechte Beratungs- und Unterstützungsstrukturen auf- und auszubauen, insbesondere für Menschen mit Demenz und deren Familien.

Die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken bietet u.a.

### ... pflegebedürftigen Menschen und ihren Angehörigen

- > Assistenz bei der Suche nach Beratungsstellen,
- > Auskünfte über Angebote zur Unterstützung im Alltag,
- > Beratung zur ehrenamtlich tätigen Einzelperson.

### ...Akteurinnen/Akteuren des öffentlichen Lebens im Bereich Demenz

- > einen Schulungs- und Referentenpool,
- > regionale Informationsveranstaltungen und Fachvorträge,
- > einen Demenzparcours zur kostenlosen Ausleihe.

## Hilfe im Alltag für pflegebedürftige Menschen

Sind Sie pflegebedürftig und brauchen Hilfe beim Einkaufen, Wohnungsputz oder anderen Alltags- und hauswirtschaftlichen Tätigkeiten? Sie finden aber keinen professionellen Dienst, der Kapazitäten hat und mit den Pflegekassen abrechnen kann? Der Entlastungsbetrag von 131€ im Monat steht Ihnen jedoch zu.

Wussten Sie, dass Sie Nachbarn oder Bekannte bei der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken als ehrenamtlich tätige Einzelperson registrieren lassen können, die die anfallenden Aufgaben für Sie übernehmen und über den Entlastungsbetrag eine Aufwandsentschädigung erhalten? Dabei sind folgende Dinge zu beachten:

### Die unterstützende Person...

- > muss mindestens 16 Jahre alt sein.
- > darf nicht verwandt oder verschwägert bis zum 2. Grad mit der pflegebedürftigen Person sein und nicht mit ihr in einem Haushalt leben.
- > braucht einen ausreichenden Versicherungsschutz.

- > erhält eine Aufwandsentschädigung unter dem maßgeblichen Mindestlohn.
- > muss eine Online-Schulung mit acht Unterrichtseinheiten oder ein onlinebasiertes Selbststudium mit einem Online-Live-Austausch absolvieren. Diese entfällt, sofern sie über eine nachweisbare einjährige Ausbildung oder eine zweijährige Berufserfahrung in den Bereichen Soziales, Hauswirtschaft, Pflege oder Gesundheit verfügt.

Nähere Informationen finden Sie auf [www.einzelperson-bayern.de](http://www.einzelperson-bayern.de).

Beratung und Schulungstermine, jedoch keine Vermittlung von ehrenamtlich tätigen Einzelpersonen erhalten Sie bei den Mitarbeiterinnen der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken.

#### **Kontakt:**

#### **Büro Außenstelle Leitstelle Pflege Hofer Land**

Berliner Platz 3, 95030 Hof  
Telefon: 09281/57-500  
[info@demenz-pflege-oberfranken.de](mailto:info@demenz-pflege-oberfranken.de)  
[www.demenz-pflege-oberfranken.de](http://www.demenz-pflege-oberfranken.de)

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert.

## **Fachstellen für pflegende Angehörige**

Viele Menschen, die pflegebedürftig sind, werden von Angehörigen versorgt. Diese erhalten Unterstützung bei den Fachstellen für pflegende Angehörige. Fachkompetente Mitarbeitende bieten vorwiegend psychosoziale Beratung, Vermittlung von Betreuungs- und Entlastungsangeboten und Beratung zum Thema Demenz an.

Die Fachstellen für pflegende Angehörige bieten Beratung, Entlastung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen, in Zusammenarbeit mit allen am Betreuungs- und Pflegenetzwerk Beteiligten, insbesondere

- > psychosoziale, auch längerfristige Begleitung von pflegenden Angehörigen
- > Information, Beratung und Begleitung insbesondere von Angehörigen von Menschen mit Demenz
- > Initiierung und Durchführung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag, wie zum Beispiel

Foto: Landkreis Hof



Angehörigengruppen, ehrenamtliche Helferkreise, Betreuungsgruppen

- > Verbesserung der Zusammenarbeit der Betroffenen, Angehörigen sowie mit allen am Betreuungs- und Pflegenetzwerk beteiligten Personen
- > Aktivierung des persönlichen Umfelds

Näheres hierzu erhalten Sie bei folgenden Ansprechpartnern für Stadt und Landkreis Hof.

#### **Kontakt:**

#### **ASD e.V. - Soziale Dienste**

Fachstelle für pflegende Angehörige  
St.-Antonius-Str. 20, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/96230  
E-Mail: [beratungsstelle@asd-sozialdienste.de](mailto:beratungsstelle@asd-sozialdienste.de)  
Internet: [www.asd-sozialdienste.de](http://www.asd-sozialdienste.de)

#### **Caritasverband Stadt und Landkreis Hof e.V.**

Fachstelle für pflegende Angehörige  
Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401716  
E-Mail: [info@caritas-hof.de](mailto:info@caritas-hof.de)  
Internet: <https://caritas-hof.de/einrichtungen/fachstellepflegendeangehoerige>

#### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Fachstelle für pflegende Angehörige  
Gartenstraße 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
E-Mail: [diakoniestation-rehau@rummelsberger.net](mailto:diakoniestation-rehau@rummelsberger.net)  
Internet: [www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau](http://www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau)



## Spezialisierte Ambulante Palliative Versorgung für Stadt + Landkreis Hof + Landkreis Wunsiedel

### SAPV-Team Hochfranken

Lessingstraße 4 | 95028 Hof | 09281 54938 0  
 info@sapv-hochfranken.de  
 www.sapv-hochfranken.de

Die SAPV Hochfranken gGmbH ist ein Zusammenschluss folgender Träger:



## UNSER VERSORGUNGSGEBIET



# Die Hospitalstiftung bietet in Hof:

### Senioren-Häuser

- Seniorenhaus Am Unteren Tor
- Seniorenhaus Christiansreuth Mit Tagespflege und Wohngruppen für Demente

### Senioren-Wohnanlagen

- Betreutes Wohnen
- Unteres Tor 11
- Gabelsbergerstr. 79-83
- Am Bürgerheim 5
- Christiansreuther Str. 27
- Klösterleinsweg 6, 6a
- Lilienthalstr. 9, 11, 15, 17
- Parsevalstr. 14
- Viktor-von-Scheffel-Str. 5, 7

### Seniorentreffs

- Gabelsbergerstr. 81a
- Viktor-von-Scheffel-Str. 7
- Christiansreuther Str. 27

### Ambulanter Pflegedienst

- Pflege
- Betreuung
- Hauswirtschaft

### Tagespflege

- Sinnvolle Beschäftigung
- Liebevolle Betreuung



[www.hospitalstiftung-hof.de](http://www.hospitalstiftung-hof.de)

Tel. 09281/815-0



Foto: www.agewithoutlimits.org

## Beratung, Information und Hilfe

Neben Ihren regionalen Ansprechpartnern, den kommunalen Senioren- und Behindertenbeauftragten und dem Seniorenrat gibt es im Landkreis und in der Stadt Hof zahlreiche Fachberatungsstellen. Im Folgenden finden Sie eine Übersicht zu Ansprechpartnern mit Zuständigkeiten und Hinweisen für weiterführende Informationen.

### Angehörigenberatung

#### **Alzheimer Gesellschaft**

Regionalgruppe Hof/Wunsiedel e.V.

Telefon: 0171/6788455

[www.alzheimer-hof-wunsiedel.net](http://www.alzheimer-hof-wunsiedel.net)

[alzg-ho-wun@gmx.de](mailto:alzg-ho-wun@gmx.de)

Beratung über das regionale Alzheimer-Telefon und häusliche Einzelbetreuung, kostenfreie Schulungen „Hilfe beim Helfen“ für Angehörige und Interessierte, Schulungen von Ehrenamtlichen, Vorträge zum Thema Demenz z.B. Kompaktkurs Demenz Partner ([www.demenz-partner.de](http://www.demenz-partner.de))

#### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH**

Pflegeservicestelle

Klostertor 2, 95028 Hof

Telefon: 09281/837777

[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)

[zds@diakonie-hochfranken.de](mailto:zds@diakonie-hochfranken.de)

Beratung in Stadt und Landkreis Hof

#### **Diakoniewerk Martinsberg e.V.**

Demenzsprechstunde der Zentralen

Diakoniestation Naila

Albin-Klöber-Straße 22, 95119 Naila

Telefon: 09282/95333

[www.dw-martinsberg.de](http://www.dw-martinsberg.de)

[matthias.korn@zds-naila.de](mailto:matthias.korn@zds-naila.de)

Individuelle Terminvereinbarung bei den Betroffenen vor Ort oder im Büro

#### **Gerontopsychiatrische Beratungsstelle - Sozialpsychiatrischer Dienst**

Diakonie Hochfranken

Biengäßchen 5, 95028 Hof

Telefon: 09281/1401210

[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)

[gpbs@diakonie-hochfranken.de](mailto:gpbs@diakonie-hochfranken.de)

Psychosoziale Beratung für Menschen ab 65 Jahren mit emotionalen Problemen und psychischen Erkrankungen sowie deren Angehörige und Bezugspersonen in Stadt und Landkreis Hof.

# Pflegeberatung und Beratungseinsatz

## Pflegeberatung

Sie als versicherte Person haben das Recht auf eine neutrale und umfassende Beratung beim Pflegestützpunkt Hofer Land (siehe S. 18) oder Ihrer Pflegekasse. Hierbei spricht man u. a. von einer Pflegeberatung nach Paragraph 7a SGB XI. Diese dient zur Organisation der Pflege, sobald ein Pflegefall eingetreten oder absehbar ist. Im Rahmen der Beratungen erhalten Sie einen Überblick über die Leistungsansprüche, die Ihnen im Pflegefall zustehen.

Aufgabe der Pflegeberatung ist es insbesondere:

- > Aufgrund Ihres Hilfebedarfs einen für Sie individuellen Versorgungsplan zu erstellen sowie die Durchführung dessen zu überwachen und wenn nötig anzupassen.
- > Falls nötig kann die Pflegeberatung auch auf die für die Durchführung des Versorgungsplans erforderlichen Maßnahmen einschließlich deren Genehmigung durch den jeweiligen Leistungsträger hinwirken.
- > Auch Ihre Angehörigen werden über Leistungen zur Entlastung der Pflegeperson informiert.

Die momentan vorhandenen Datenbanken, in denen Sie Informationen zu Pflege- und Beratungseinrichtungen finden, sind:

Pflegefinder - Die Pflegebörse für Bayern  
<https://www.stmgp.bayern.de/pflege/pflegefinder/>

(Angebot des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention)

<https://pflegefinder.bayern>  
[www.aok-pflegenavigator.de](http://www.aok-pflegenavigator.de)  
(Angebot der AOK)

[www.pflegelotse.de](http://www.pflegelotse.de)  
(Angebot der Ersatzkassen VdEK)

[www.bkk-pflegefinder.de](http://www.bkk-pflegefinder.de)  
(Angebot der Betriebskrankenkasse, Bund)

[www.der-pflegekompass.de](http://www.der-pflegekompass.de)  
(Angebot der Bundesknappschaft)

[www.pflegeberatung.de](http://www.pflegeberatung.de)  
(Angebot der PKV)

## Pflegeservice Bayern

Telefon: 0800/7721111

[www.pflegeservice-bayern.de](http://www.pflegeservice-bayern.de)

Der PFLEGESERVICE Bayern dient als Informations- und Anlaufstelle für alle gesetzlich Versicherten zu Fragen rund um das Thema Pflege.

## compass private pflegeberatung

Telefon: 0800/1018800

[www.pflegeberatung.de](http://www.pflegeberatung.de)

Kontakt für Privatversicherte, zusätzlich bietet die compass private pflegeberatung eine kostenfreie telefonische Erstberatung für sowohl gesetzlich als auch privat Versicherte unter der genannten Telefonnummer an.

## Beratungseinsatz

Nach Paragraph 37 SGB XI müssen Pflegebedürftige, die Pflegegeld erhalten und nicht die Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes in Anspruch nehmen in regelmäßigen Abständen eine Beratung zur Pflege durchführen lassen. Dies wird oft auch als „Beratungseinsatz“ bezeichnet.

Für diese Personen, die zuhause gepflegt werden und ausschließlich Pflegegeld (kein Kombinationsleistung, keine Sachleistung) beziehen, besteht ab Pflegegrad 2 die Verpflichtung, in regelmäßigen Abständen Beratungseinsätze zur Pflege in Anspruch zu nehmen. Bei Pflegegrad 1 und für Menschen, die ab Pflegegrad 2 nur Kombi- und Sachleistungen beziehen, ist die Beratung hingegen freiwillig nutzbar.

Die Beratung kann von den meisten ambulanten Pflegediensten, Sozialstationen (ab Seite 39) oder anderen freien Anbietern oder Beratungsstellen durchgeführt werden. Auch der Pflegestützpunkt Hofer Land kann Sie bei der Suche nach zugelassenen Anbietern unterstützen.

## Betreuung und Vorsorge

Betreuungsstellen und Betreuungsvereine beraten und unterstützen zum Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung. Solange die Geschäftsfähigkeit noch vorhanden ist, empfiehlt es sich frühzeitig vorzusorgen: Mit der Vorsorgevollmacht wird einer anderen Person die Wahrnehmung persönlicher Angelegenheiten übertragen, für den Fall, dies nicht mehr selbst regeln zu können. Durch eine Patientenverfügung legt eine Person fest, ob bestimmte medizinische Maßnahmen bei einem selbst durchgeführt oder unterlassen werden sollen.

## Betreuungsstellen

### Betreuungsstelle Landkreis Hof

Landratsamt Hof  
Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57-250 oder 57-494  
oder 57-464  
<https://www.landkreis-hof.de/dienstleistungen/betreuungsstelle/>  
[betreuungsstelle@landkreis-hof.de](mailto:betreuungsstelle@landkreis-hof.de)  
Beratung und Unterstützung bei Fragen zu rechtlicher Betreuung

### Betreuungsstelle Stadt Hof

Karolinenstr. 44 - Pavillon am Dr.-Wirth-Platz,  
95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1295, 815-1298  
oder 815-1209  
<https://www.hof.de/rathaus-service/soziales/jugend/informationen-zur-behoerdlichen-betreuung-betreuungswesen>  
[betreuungsstelle@stadt-hof.de](mailto:betreuungsstelle@stadt-hof.de)  
Beratung und Unterstützung bei Fragen zu rechtlicher Betreuung

## Betreuungsvereine

### Betreuungsverein betreu.net

Sophienstr. 11, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7532882  
[buero@bbfink.de](mailto:buero@bbfink.de)

### Betreuungsverein - Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof

Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/140-1740 oder 140-1747  
[www.caritas-hof.de](http://www.caritas-hof.de)  
[r.breu@caritas-hof.de](mailto:r.breu@caritas-hof.de)

### Die Diakonie Hof e. V.

Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837237  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[betreuungsverein@diakonie-hochfranken.de](mailto:betreuungsverein@diakonie-hochfranken.de)  
Hilfestellungen, Beratungen und Schulungen in Sachen Anregung und Führen von rechtlichen Betreuungen

## Offene Behindertenarbeit / familienentlastende Dienste

Die Offene Behindertenarbeit will Menschen mit Behinderung ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen. Sie bietet unter anderem Beratung, organisiert Freizeit, Bildungs- und Begegnungsmaßnahmen. Auch der familienentlastende Dienst und die Gewinnung und Schulung von ehrenamtlichen Mitarbeitern, um ein selbstbestimmtes Leben in der Gesellschaft zu gewährleisten, gehört zu ihren Aufgaben. Familienentlastende Dienste übernehmen zeitweise die Betreuung des chronisch kranken und/oder behinderten Angehörigen mit Beeinträchtigung in der Häuslichkeit. Damit werden den Familien Freiräume für Erholungsphasen ermöglicht, um mehr am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können. Teilweise werden haushaltsnahe Dienstleistungen angeboten.

### Diakonie Hochfranken Erwachsenenilfe gGmbH

Offene Hilfen Hof  
Kulmbacher Str. 21, 95030 Hof  
Telefon: 09281/8185888  
<https://www.diakonie-hochfranken.de/erwachsene/offene-behindertenarbeit>  
[offene-hilfen@diakonie-hochfranken.de](mailto:offene-hilfen@diakonie-hochfranken.de)

### HoBS e.V.

*Ursula Rohn*  
Leimitzer Str. 62, 95028 Hof  
Telefon: 09281/889999  
[www.hobs-ev.de](http://www.hobs-ev.de)  
[buero@hobs-ev.de](mailto:buero@hobs-ev.de)  
Offene Behindertenarbeit, Beratung, ambulant betreutes Wohnen, familienentlastender Dienst, Entlastungsleistungen, u.a. hauswirtschaftliche Versorgung nach SGB XI § 45b

### Offene Hilfen der Lebenshilfe Hof

Schaumbergstr. 8, 95032 Hof  
Telefon: 0151/46708935  
[www.lebenshilfe-hof.de](http://www.lebenshilfe-hof.de)  
[lebensfreude@lebenshilfe-hof.de](mailto:lebensfreude@lebenshilfe-hof.de)

## Schwerbehindertenausweis

Menschen mit einer Behinderung, welche länger als sechs Monate körperliche, seelische, geistige oder Sinnesbeeinträchtigungen haben, die sie an der gleichberechtigten Teilhabe in der Gesell-

schaft hindern, können auf Antrag den Grad der Behinderung feststellen lassen. Liegen oben genannte Voraussetzungen vor, stellt das Zentrum Bayern Familie und Soziales einen Schwerbehindertenausweis aus. Je nach Grad der Behinderung und festgestellter Merkmale können Betroffene bestimmte Vergünstigungen wie z.B. Anpassung von bestehendem Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung wie z.B. Einbau Treppenlift, Einbau behindertengerechter sanitärer Anlagen, Befreiung von Rundfunkgebühren etc. erhalten. Nähere Auskünfte erhalten Sie beim

### **Zentrum Bayern Familie und Soziales Region Oberfranken**

Hegelstraße 2, 95447 Bayreuth  
Telefon: 0921/6054411  
ZBFS - Regionalstelle Oberfranken in Bayreuth (bayern.de)  
poststelle.ofr@zbfbs.bayern.de  
Online-Terminvereinbarung möglich

## **Inklusion / Teilhabe**

### **Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (BBSB e.V.)**

*Rainer Winterling*  
Fohrenreuth 11, 95111 Rehau  
Telefon: 09283-818448  
<https://bbsb.org/>  
rainer.winterling@bbsb.org  
Rat und Hilfe bei Sehverlust für Betroffene und deren Angehörige

### **Beratungsstelle für Familien mit behinderten Angehörigen in Oberfranken**

Leibnizstraße 6, 95447 Bayreuth  
Telefon: 0921/990087334  
[www.paritaet-bayern.de](http://www.paritaet-bayern.de)  
familienberatung@paritaet-bayern.de  
Beratung zu Behinderungen und Erkrankungen, Hilfe bei Antragstellungen, Hausbesuche möglich, kostenfreie Beratung

### **Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) - Stadt Hof**

Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837240; 09281/837241  
<http://www.eutb-hof.de>  
info@eutb-hof.de  
Öffnungszeiten: Dienstag von 13.00 Uhr bis 17.00 Uhr in den Beratungsräumen der EUTB Stadt Hof in der Geschäftsstelle der Diakonie Hochfranken

Foto: [www.agewithoutlimits.org](http://www.agewithoutlimits.org)



### **Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) - Landkreis Hof**

Marktplatz 8, 95119 Naila  
Telefon: 09281/837240; 09281/837241  
<http://www.eutb-hofland.de>  
info@eutb-hofland.de  
Offene Sprechzeiten im Landkreis Hof: Freitag 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Beratungsraum 2 im Erdgeschoss des Haus der Diakonie in Naila

### **Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung in Oberfranken (ISSO)**

Ernst-Reuter-Str. 117, 95030 Hof  
Telefon: 0921/9900873-31  
<https://oberfranken.paritaet-bayern.de/hilfe-und-angebote/isso>  
ISSO@paritaet-bayern.de  
Beratung zu allen Arten von Hörschädigungen in Oberfranken, z.B. Schwerhörigkeit, Gehörlosigkeit und Taubblindheit, Hausbesuche möglich, kostenfreie Beratung

## **Sonstige Beratungsstellen**

### **Beratungsstellen im Landratsamt Hof**

#### **Gesundheitsregion<sup>plus</sup> HoferLand**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57167  
<https://www.landkreis-hof.de/dienstleistungen/gesundheitsregionplus/>  
gesundheitsregionenplus@landkreis-hof.de

#### **Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtungen, Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA)**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57251 oder 09281/57536  
[www.landkreis-hof.de](http://www.landkreis-hof.de)  
fqa@landkreis-hof.de

**Grundsicherung im Alter und  
bei Erwerbsminderung**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57414, 09281/57467,  
09281/57300, 09281/57607  
www.landkreis-hof.de  
soziales@landkreis-hof.de

**Kriegsopferfürsorge**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57251  
www.landkreis-hof.de  
poststelle@landkreis-hof.de

**Schwerbehindertenrecht**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57250  
www.landkreis-hof.de  
poststelle@landkreis-hof.de

**Versicherungsamt**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57250  
www.landkreis-hof.de  
poststelle@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe A-Ei**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57380  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe Ej-G**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57273  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe H-Kq**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57284  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe Kr-Nh**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57448  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe Ni-Schv**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57572  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Wohngeld-Buchstabe Schw-Z**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Telefon: 09281/57286  
www.landkreis-hof.de  
wohngeld@landkreis-hof.de

**Landratsamt Hof -**

**Fachbereich Gesundheitswesen**

Theaterstr. 8, 95028 Hof  
Telefon: 09281/72110  
www.landkreis-hof.de  
gesundheit@landkreis-hof.de  
Individuelle Beratungsgespräche, auch in Form  
von Hausbesuchen sowie Vermittlung an weiter-  
führende Personen, Einrichtungen und Institu-  
tionen

**Beratungsstellen der Stadt Hof**

**Fachbereich Bürgeramt**

**(Sachgebiet Standesamt, Staatsangehörigkeit,  
Sozialversicherung)**

**nur mit Terminvereinbarung**

Karolinenstr. 40, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1493  
www.hof.de  
standesamt@stadt-hof.de

**Betreuung der Obdachlosen**

Jägerzeile 77, 95028 Hof  
Telefon: 09281/54055622  
www.hof.de  
arbeitenundlernen@stadt-hof.de

**Fachstelle für Pflege- und Behinderten-  
einrichtungen, Qualitätsentwicklung und  
Aufsicht (FQA), Notunterkünfte**

Karolinenstr. 44 - Pavillon am Dr.-Wirth-Platz,  
95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1214  
www.hof.de  
fqa@stadt-hof.de

**Grundsicherung im Alter  
und bei Erwerbsminderung**

Schloßgasse 7, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815 1240 oder 1241  
www.hof.de  
jugendundsoziales@stadt-hof.de

**Wohngeld/Wohnungsbindung**

Schloßgasse 7, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-7997  
www.hof.de  
wohnungsangelegenheiten@stadt-hof.de

### **Immobilienoffensive der Stadt Hof**

Fachbereich Umwelt, Baurecht und Bauordnung  
Karolinenstraße 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281 815-1536  
immobilienoffensive@stadt-hof.de  
www.hof.de

### **Bauberatung der Stadt Hof**

Fachbereich Umwelt, Baurecht und Bauordnung  
Karolinenstraße 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281 815-1558 (Bauberatung)  
oder 1559 (Bauakteneinsicht)  
dlz.bau@stadt-hof.de  
www.hof.de

### **Klimaschutzmanagement der Stadt Hof**

Fachbereich Stadtplanung  
(Energie- und Fördermittelberatung)  
Karolinenstraße 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281 815 1522 und -1523  
klimaschutz@stadt-hof.de  
www.hof.de

### **Seniorenbetreuerin Hospitalstiftung Hof**

Unteres Tor 11, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1356  
www.hospitalstiftung-hof.de  
elke.zuber@hospitalstiftung-hof.de

### **Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen**

#### **Psychologische Beratung bei Ehe- und Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen**

Marienstr. 58, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401721  
www.psychologische-beratung.erzbistum-bamberg.de  
efl.hof@erzbistum-bamberg.de

#### **Psychologische Beratungsstelle Ehe-, Partnerschaft- und Lebensberatung der Diakonie Hochfranken**

Schellenbergweg 20, 95028 Hof  
Telefon: 09281/160710-200  
<https://www.diakonie-hochfranken.de/erwachsene/beratung-und-hilfe/ehe-partnerschafts-und-lebensberatung>  
beratungsstelle@diakonie-hochfranken.de  
Außensprechstellen in Naila, Rehau und Münchenberg. Für die Beratung sowohl in Hof als auch an den Außensprechstellen bitten wir um vorherige telefonische Anmeldung.

### **Beratung durch Wohlfahrtsverbände**

#### **Advent-Wohlfahrtswerk e.V. Helferkreis Hof**

Baukondukteur-Baumann-Allee 23,  
95111 Rehau  
Telefon: 09283 4136  
www.aww.info  
detlef.reichelt@gmx.de

#### **Arbeiterwohlfahrt KV Hof Stadt und Land e.V.**

Ernst-Reuter-Straße 115, 95030 Hof  
Telefon: 09281/540080  
www.awo-hof.de  
info@awo-hof.de

#### **Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Hof**

Ernst-Reuter-Str. 66 b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/6293-0  
www.kvhof.brk.de  
info@kvhof.brk.de

#### **Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof e.V.**

Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/140170  
www.caritas-hof.de  
info@caritas-hof.de

#### **Diakonie Hochfranken gGmbH**

Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/8370  
www.diakonie-hochfranken.de  
info@diakonie-hochfranken.de

#### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
www.rummelsberger-diakonie.de/altenhilfe  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

#### **Der Paritätische Bezirksverband Oberfranken**

Leibnizstraße 6, 95447 Bayreuth  
Telefon: 0921/990087330  
<https://oberfranken.paritaet-bayern.de/hilfe-und-angebote/beratungsstelle-fuer-familienmit-behinderten-angehoerigen>  
oberfranken@paritaet-bayern.de oder  
familienberatung@paritaet-bayern.de  
Dienst der überregionalen offenen Behindertenarbeit in Oberfranken

## Weitere Beratungsstellen im Hofer Land

### Diakonie Hochfranken

Bezirksstelle KASA / Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit  
Sophienstr. 18a  
95028 Hof  
Telefon: 09281/540390580  
www.diakonie-hochfranken.de  
verwaltung-kasa@diakonie-hochfranken.de  
Hilfen für Menschen in schwierigen Lebenslagen  
Allgemeine Sozialberatung u. Offene Altenhilfe,  
Evangelische Blinden- und Sehbehindertenseel-  
sorge

### Frauennotruf Hof

Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/77677  
www.diakonie-hochfranken.de  
frauennotruf@diakonie-hochfranken.de  
Beratung, Begleitung und Unterbringung von  
gewaltbetroffenen Frauen und Mädchen in eine  
Schutzwohnung oder ein Frauenhaus, Gewalt-  
prävention an Schulen, Öffentlichkeitsarbeit  
(Vorstellung des Dienstes in Kirchengemeinden,  
Interessensgruppen)

### Israelitische Kultusgemeinde Hof K.D.Ö. R.

Oberkotzauer Str. 66, 95032 Hof  
Telefon: 09281/51741 oder 09281/7500

### Krisendienst Oberfranken Hilfe bei psychischen Krisen

Telefon: 0800/6553000 (kostenlos)  
www.krisendienste.bayern/oberfranken  
Der Krisendienst bietet erste Entlastung und Ori-  
entierung. Betroffene, Angehörige, Bezugsperso-  
nen und Hilfesuchende aus dem sozialen Umfeld  
werden fachkundig beraten und informiert. In  
dringlichen Fällen kann der Einsatz erfahrener  
Fachkräfte am Ort der Krise die richtige Hilfe sein.

### Männer\*Beratung Oberfranken

www.maennerberatung-oberfranken.de  
Am Bürgerheim 7, 95030 Hof  
info@maennerberatung-oberfranken.de  
Telefon: 09281 7798682  
Das Projekt Männer\*Beratung Oberfranken  
ist ein Projekt des Vereins Schutzhöhle e.V.  
und richtet sich an Männer\*, die in Ihrer Kind-  
heit und Jugend sexualisierte Gewalt erfahren  
haben. Wir bieten Betroffenen\*, deren Angehö-  
rigen und Menschen aus dem sozialen Nahfeld  
betroffener Männer\* sowie Fachkräften aus dem  
Raum Oberfranken unsere Unterstützung und  
Beratung an.

### OHO OpferHilfe Oberfranken e.V.

Ines Mergner  
Sophienstraße 8, 95028 Hof  
Telefon: 0171/3032827  
www.opferhilfe-oberfranken.de  
info@opferhilfe-oberfranken.de  
Opferbetreuung & Prävention

### Psychosoziale Krebsberatungsstelle Hof der Bayerischen Krebsgesellschaft e.V.

Monja Huber  
Konrad-Adenauer-Platz 1, 95028 Hof  
Telefon: 09281/540090  
www.bayerische-krebsgesellschaft.de  
kbs-hof@bayerische-krebsgesellschaft.de  
Eingang über Poststraße, Treppenhaus 3,  
1. Obergeschoss

### Schuldner- und Insolvenzberatung

Diakonie Hochfranken  
Erwachsenenhilfe gGmbH  
Sophienstraße 18a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837560  
www.diakonie-hochfranken.de  
schuldnerberatung@diakonie-hochfranken.de

### Sozialverband VdK Bayern Kreisverband Hof

Birgit Stelzer  
Blücherstr. 4, 95028 Hof  
Telefon: 09281/783100  
www.by.vdk.de/kv-hof  
kv-hof@vdk.de  
Beratung und Vertretung der Mitglieder in allen  
Bereichen des Sozialrechts

### Stiftungsfamilie Bahn-Sozialwerk - Eisenbahn-Waisenhort

Heinrich Pöhland  
Bahnhofsplatz 6, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7790537  
bsw-os-hof@arcor.de  
Sozial-Beratung

### Verbraucherzentrale Bayern e.V., Beratungsstelle Hof

Meinhard Kreams  
Hans-Böckler-Str. 1a, 95032 Hof  
Telefon: 089/5527940  
www.verbraucherzentrale-bayern.de  
hof@vzbayern.de  
Rechtsberatung, Versicherungsberatung, Alters-  
vorsorgeberatung, Geldanlage- und Kreditbera-  
tung, Energieberatung, Informationen zu Um-  
welt und Nachhaltigkeit sowie zu Lebensmittel  
und Ernährung

## Rente und Pension

Wer davon spricht, dass er demnächst in Rente gehen will, meint damit seine Altersrente. Was viele aber nicht wissen: Es gibt verschiedene Altersrenten mit unterschiedlichen Zugangsbedingungen. Je nachdem, welchen beruflichen Lebensweg man zurückgelegt hat, passt die eine oder andere der Varianten besser. Aber nicht nur im Alter, sondern auch bei vorzeitiger Erwerbsminderung oder bei einem Todesfall ist die gesetzliche Rentenversicherung ein verlässlicher Partner.

Weitere Informationen gibt es bei allen Auskunfts- und Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung, am kostenlosen ServiceTelefon unter 0800 1000 4800 oder bei einem von zahlreichen ehrenamtlichen Versichertenberatern in der unmittelbaren Nachbarschaft. Die Kontaktdaten der Anlaufstellen sind abrufbar im Internet unter: [www.deutsche-rentenversicherung.de/beratungsstellen](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/beratungsstellen).

Auf der Internetseite [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) wird über viele Themen informiert. Vordrucke und Broschüren können heruntergeladen oder bestellt werden. Darüber hinaus kann mit den Online-Diensten auch per Computer, Tablet oder Smartphone sicher mit der Deutschen Rentenversicherung kommuniziert werden.

### Deutsche Rentenversicherung

Blücherstr. 6, 95030 Hof

Telefon: 09281/540120

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)

[beratung-hof@drv-nordbayern.de](mailto:beratung-hof@drv-nordbayern.de)

Montag von 7.30-12.00 Uhr

13.00-15.30 Uhr

Dienstag von 7.30-12.00 Uhr

13.00-15.30 Uhr

Mittwoch von 7.30-12.00 Uhr

13.00-15.30 Uhr

Donnerstag von 7.30-12.00 Uhr

13.00-17.00 Uhr

Am Freitag in der Zeit von 7.30 bis 12.00 Uhr wird die Beratung ausschließlich per Video oder Telefon angeboten. Persönliche Beratungen werden bevorzugt telefonisch durchgeführt. Für individuelle Beratungen vor Ort ist zwingend eine vorherige Terminvereinbarung erforderlich! Viele Beratungsanliegen können auch durch Nutzung unserer Online-Dienste erledigt werden.

### Die Deutsche Rentenversicherung bietet außerdem im Landkreis Hof Sprechtag an:

#### Geroldsgrün, Rathaus

Keyßerstraße 25, 95179 Geroldsgrün

Telefon: 09288/96118

Persönliche Beratungen werden bevorzugt telefonisch durchgeführt. Für persönliche Beratungen vor Ort ist zwingend eine vorherige Terminvereinbarung erforderlich.

#### Helmbrechts, Rathaus

Luitpoldstr. 21, 95233 Helmbrechts

Telefon: 09252/70150

Persönliche Beratungen werden bevorzugt telefonisch durchgeführt. Für persönliche Beratungen vor Ort ist zwingend eine vorherige Terminvereinbarung erforderlich.

Beamte, die im Ruhestand eine Pension beziehen, wenden sich an die für sie zuständige Behörde auf Bundes-, Landes- oder kommunaler Ebene.

#### Rathaus Regnitzlosau

Hauptstraße 24, 95194 Regnitzlosau

Tel. 09294/94333-0

Persönliche Beratungen werden bevorzugt telefonisch durchgeführt. Für persönliche Beratungen vor Ort ist zwingend eine vorherige Terminvereinbarung erforderlich.

Beratung zur Rente erhalten Sie außerdem bei den ehrenamtlichen Versichertenältesten der Deutschen Rentenversicherung.

*André Zeitler*

Schulstr. 2, 95145 Oberkotzau

Telefon: 09286 941-22

*Andreas Hopperdietzel*

Inselweg 5, 95194 Regnitzlosau

Telefon: 09294/226089

[versichertenaeltester-drv@kabelmail.de](mailto:versichertenaeltester-drv@kabelmail.de)

*Claudia Grimm*

Burgsteinstraße 39, 95179 Geroldsgrün

Telefon: 09288/2899986

[claudi-delfin@arcor.de](mailto:claudi-delfin@arcor.de)

*Erwin Simon*

Peuntstr. 2, 95180 Berg

Telefon: 09293/223

## Seelsorge

Seelsorge ist die persönliche und geistliche Unterstützung eines Menschen, insbesondere in Lebenskrisen durch einen entsprechend ausgebildeten Seelsorger, meist einem Geistlichem der jeweiligen Konfession. Wenn Sie sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden und ein Gespräch unter vier Augen wünschen, lassen Sie sich Trost spenden und Orientierung geben. Wenden Sie sich bitte an Ihre jeweilige Kirchengemeinde.

### Altenheimseelsorge

*Susanne Biegler*  
Telefon: 0175/6066944  
susanne.biegler@elkb.de

*Rainer Mederer*  
Telefon: 09281/7794934  
rainer.mederer@elkb.de

*Jens Güntzel*  
Telefon: 0160/5393806  
jens.guentzel@hotmail.de  
dekanat.hof@elkb.de  
www.dekanat-hof.de

### Evangelische Blinden- und Sehbehindertenseelsorge

*Brigitte Haßmann*  
Egidienplatz 33, 90403 Nürnberg  
Telefon: 0911/81005455  
www.bss-bayern.de  
info@bss-bayern.de

### Katholische Seelsorge, Tod- und Trauerbewältigung in Seniorenheimen, Kliniken und Kureinrichtungen

Verwaltungssitz Katholischer Seelsorgebereich Hofer Land  
Nailaer Str. 7, 95030 Hof  
Telefon: 09281/7067-0  
<https://katholische-kirche-hof.de/>  
<https://ssb-hoferland.de/>  
ssb.hofer-land@erzbistum-bamberg.de

### Krankenhausseelsorge/Notfallseelsorge

*Pfarrer Michael Zippel*  
Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837-114  
www.dekanat-hof.de  
dekanat.hof@elkb.de  
erreichbar über Diakonie Hochfranken gGmbH



Foto: Müller Fotosatz&Druck, Selbitz

### Psychosoziale Notfallversorgung für Stadt und Landkreis Hof

*Pfarrer Jens Güntzel*  
Kirchberg 5, 95185 Gattendorf  
Telefon: 09281/40361  
<https://dekanat-muenchberg.de/leben/psychosoziale-notfallversorgung-psnv/>  
pfarramt.gattendorf@elkb.de

## Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen sind selbstorganisierte Zusammenschlüsse von Menschen, die ein gleiches Anliegen haben und gemeinsam etwas bewirken möchten. Selbsthilfegruppen dienen im Wesentlichen dem Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen und Angehörigen, der praktischen Lebenshilfe sowie der gegenseitigen emotionalen Unterstützung und Motivation. Die Selbsthilfekontaktstelle informiert über bestehende Selbsthilfegruppen und vermittelt Kontakte.

### Diakonie Hochfranken gGmbH

Selbsthilfekontaktstelle  
Sophienstraße 18a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/540390590  
selbsthilfe-kontakt@diakonie-hochfranken.de  
www.diakonie-hochfranken.de



**Diakonie  
Hochfranken**

**Nah** in allen  
**Lebenslagen**



## Ambulante Hilfen, Beratung und Versorgung

**Zentrale Diakoniestation Hof**  
Hof, Klostertor 2, Tel. 09281 837-777

**Diakoniestation Rehau**  
Rehau, Maxplatz 15, Tel. 09283 2727

**Diakoniestation Schwarzenbach/ Saale**  
Schwarzenbach/Saale, Bahnhofstr. 20,  
Tel. 09284 317

**Zentrale Diakoniestation  
Münchberg / Helmbrechts**  
Helmbrechts, Luitpoldstraße 4,  
Tel.: 09252 914 00

**Tagespflege - Haus der Diakonie**  
Helmbrechts, Kulmbacher Str. 63,  
Tel.: 09252 9613020

## Stationäre Altenhilfeeinrichtungen

**Haus am Kirchberg**  
Helmbrechts, Am Altersheim 4,  
Tel. 09252 387-0

**Seniorenhaus Helmbrechts  
mit Betreutem Wohnen**  
Helmbrechts, Jahnstraße 2,  
Tel. 09252 350733-0

**Haus am Klosterhof**  
Hof, Lessingstraße 4,  
Tel. 09281 837-300

**Seniorenhaus Rosenbühl**  
Hof, August-Mohl-Straße 35,  
Tel. 09281 5492-0

**Seniorenhaus Konradsreuth**  
Konradsreuth, Am Wiesengrund 19-25,  
Tel. 09292 977889-0

**Lutherstift**  
Oberkotzau, Döhlauer Berg 5, Tel. 09286 70-0

**Martin-Luther-Haus mit Betreutem Wohnen**  
Rehau, Am Schild 13, Tel. 09283 869-0

**Seniorenhausgemeinschaften im  
Mehrgenerationenhaus Rehau**  
Rehau, Maxplatz 12, Tel. 09283 59240-100

**Haus Saalepark**  
Schwarzenbach/S., Spitalstr. 6, Tel. 09284 930-0

[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)

PFLEGE | GESUNDHEIT | MENÜSERVICE | HILFSMITTEL



**hudetz  
hilft.**

**09281/140180**  
**www.hudetz.de**

## IHR GESUNDHEITSPARTNER IN DEN BEREICHEN

Physio- und Ergotherapie  
Logopädie & Podologie  
Naturheilpraxis & Mental  
**in Hof & Zedtwitz**

Ambulante Pflege  
**in Hof & Naila**  
Stationäre Pflege  
**Zedtwitz & Geroldsrün**

Menüservice  
**in Geroldsrün**  
Sanitätshaus  
**in Kronach**



Foto: unsplashPlus

## Unterstützung für das Leben im Alter

Für das eigenständige Leben zu Hause gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten.

### Ambulante Pflegedienste und Sozialstationen

Ambulante Pflegedienste bieten Dienstleistungen, auch für Menschen mit Demenz. Pflegeberatung, Grund- und Behandlungspflege, Entlastungsleistungen, haushaltsnahe Dienstleistungen, (häusliche) Schulungen und Palliativbegleitung, sind nur einige Maßnahmen, die pflegebedürftige Menschen unterstützen. Die Angebotspalette der einzelnen Dienste kann sich unterscheiden. Deshalb empfehlen wir, sich direkt bei den Anbietern Ihres Einzugsgebietes beraten zu lassen.

#### **Ambulante PflegeEngel**

Am Mechlenreuther Weg 1, 95237 Weißdorf  
Telefon: 09251/4306781  
[www.pflegeengel-weissdorf.de](http://www.pflegeengel-weissdorf.de)  
[Pflegeengel-weissdorf@web.de](mailto:Pflegeengel-weissdorf@web.de)  
Münchberg, Schwarzenbach an der Saale,  
Sparneck, Stammbach, Weißdorf,  
Zell im Fichtelgebirge;  
Kirchenlamitz, Weißenstadt je nach Bedarf

#### **Ambulante STERNENPFLEGE GmbH**

Hauptstr. 60,  
95131 Schwarzenbach am Wald  
Telefon: 09289/9604923  
[www.ambulante-sternenpflege.de](http://www.ambulante-sternenpflege.de)  
[info@ambulante-sternenpflege.de](mailto:info@ambulante-sternenpflege.de)  
10 km um Schwarzenbach am Wald

#### **Ambulanter Pflegedienst D. Jurowsky GmbH & Co.KG**

Josef-Witt-Straße 3a, 95152 Selbitz  
Telefon: 09280/9845450  
[www.pflegedienst-jurowsky.de](http://www.pflegedienst-jurowsky.de)  
[amb.pflegedienst-jurowsky@web.de](mailto:amb.pflegedienst-jurowsky@web.de)  
Helmbrechts, Köditz, Leupoldsgrün, Lippertsgrün, Marxgrün, Naila, Schauenstein, Schlegel, Selbitz

### **Ambulanter Pflegedienst Hospitalstiftung Hof**

Christiansreuther Straße 25, 95032 Hof  
Telefon: 09281/8157518  
www.hospitalstiftung-hof.de  
christine.geisser@hospitalstiftung-hof.de  
Berg, Döhlau, Feilitzsch, Gattendorf, Hof, Kautendorf, Köditz, Konradsreuth, Leupoldsgrün, Oberkotzau, Regnitzlosau, Schwarzenbach an der Saale, Tauperlitz, Töpen, Trogen

### **Ambulanter Pflegedienst Rödel GmbH**

Joditzer Weg 43, 95030 Hof  
Telefon: 09281/5493670  
www.pflegedienst-roedel.de  
info@pflegedienst-roedel.de  
Feilitzsch, Hof, Joditz, Köditz, Töpen, Trogen

### **Ambulanter Pflegedienst Waldsteinpflege-lebenswert GmbH**

Karl-Flehmgig-Straße 2, 95234 Sparneck  
Telefon: 09251/8996380  
Waldsteinpflege-lebenswert@web.de  
Radius bis ca. 15 km um Sparneck

### **ASD e.V. - Soziale Dienste**

St.-Antonius-Straße 20, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/96230  
www.asd-sozialdienste.de  
info@asd-sozialdienste.de  
Hof, Oberkotzau, Schwarzenbach an der Saale und Umgebung

### **AWO Kreisverband Hof Stadt und Landkreis e.V., AWO Sozialstation**

Beethovenstraße 1, 95032 Hof  
Telefon: 09281/5400818  
www.awo-hof.de  
sozialstation@awo-hof.de  
Hof (24 Stunden Notfall-Telefon: 0171/7538 140)

### **BRK Kreisverband Hof**

Sozialstation  
Wölbattendorfer Weg 18, 95030 Hof  
Telefon: 09281/629314  
www.kvhof.brk.de  
info@kvhof.brk.de  
Feilitzsch, Hof, Köditz, Töpen, Trogen



Foto: unsplashPlus

### **Caritas gGmbH**

St. Heinrich und Kunigunde  
Caritas Sozialstation Stadtsteinach  
Alte Pressecker Str. 51  
95346 Stadtsteinach  
mit Außenstelle Kulmbach und Münchberg  
Telefon: 09225/9569860  
sst.stadtsteinach@caritas-ggmbh.de  
www.sozialstation-stadtsteinach.de  
Helmbrechts, Münchberg und Umland  
(Radius ca. 5 km)

### **Christlicher Pflegedienst Andrea Frauenholz**

Oberkotzauer Straße 11, 95032 Hof  
Telefon: 09281/5406054  
www.christlicherpflegedienst.de  
christl.pflegedienst@web.de  
Hof, Jägersruh, Tauperlitz

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH**

Zentrale Diakoniestation Hof  
Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837777  
www.diakonie-hochfranken.de  
zds@diakonie-hochfranken.de  
Berg, Hof bis Leupoldsgrün, Konradsreuth mit umliegenden Dörfern, Rudolfstein bis Grenzgebiet Sachsen-Thüringen

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH**

Zentrale Diakoniestation Hof Außenstelle Rehau  
Maxplatz 15, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/2727  
www.diakonie-hochfranken.de  
ds.rehau@diakonie-hochfranken.de  
Döhlau, Eulenhämmer, Faßmannsreuth, Neuhausen, Pilgramsreuth, Rehau, Schönwind, Tauperlitz, Trogenau, Woja, Wurlitz

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH**

Zentrale Diakoniestation Hof Außenstelle  
Schwarzenbach an der Saale  
Bahnhofstr. 20,  
95126 Schwarzenbach an der Saale  
Telefon: 09284/317  
www.diakonie-hochfranken.de  
ds.schwarzenbach@diakonie-hochfranken.de  
Fattigau, Förbau, Hallerstein, Martinlamitz, Oberkotzau, Schwarzenbach an der Saale, Seulbitz, Stobersreuth, Stollen, Weißdorf

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH**

Zentrale Diakoniestation  
Münchberg/Helmbrechts  
Luitpoldstraße 4, 95233 Helmbrechts  
Telefon: 09252/91400  
www.diakonie-hochfranken.de  
zds-muenchberg-helmbrechts@diakonie-hochfranken.de  
Helmbrechts, Münchberg, Presseck, Stambach und dazugehörige Gemeinden

### **Diakoniestation Regnitzlosau**

Ambulante Kranken- und Altenpflege  
Schulstraße 14, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/9590  
www.diakonie-regnitzlosau.de  
leitung@diakonie-regnitzlosau.de  
Faßmannsreuth, Gattendorf, Regnitzlosau und alle Ortsteile

### **Diakoniewerk Martinsberg e.V.**

Zentrale Diakoniestation Naila  
Albin-Klöber-Straße 22, 95119 Naila  
Telefon: 09282/95333  
www.dw-martinsberg.de  
matthias.korn@zds-naila.de  
Bad Steben, Berg, Bernstein, Dürrenwaid, Geroldsgrün, Issigau, Lichtenberg, Marxgrün, Naila, Schauenstein, Schwarzenbach am Wald, Selbitz

### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Diakoniestation der Rummelsberger  
Gartenstraße 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/597093  
www.rummelsberger-diakonie.de/ds-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net  
Döhlau, Fattigau, Förbau, Hallerstein, Kautendorf, Martinlamitz, Oberkotzau, Rehau mit umliegenden Gemeinden, Schwarzenbach an der Saale, Seulbitz, Stobersreuth, Stollen, Tauperlitz

### **HP Hochfränkischer Pflegedienst e.K.**

Schloßstraße 8, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/4863000  
www.hochfraenkischer-pflegedienst.de  
info@hochfraenkischer-pflegedienst.de  
Döhlau, Hof, Konradsreuth, Oberkotzau, Schwarzenbach an der Saale, Tauperlitz

### **Pflegedienst Hudetz GbR**

Ziegelackerstraße 9, 95030 Hof  
Telefon: 09281/3649  
www.hudetz.de  
ambulant@hudetz.de  
Feilitzsch, Hof, Isaar, Münchenreuth, Töpen, Trogen, Zedtwitz

### **Pflegedienst Humanitas GmbH**

Dr.-Hans-Künzel-Straße 7, 95119 Naila  
Telefon: 09282/1305  
www.hudetz.de  
humanitas@hudetz.de  
Bad Steben, Berg, Geroldsgün, Issigau, Lichtenberg, Naila, Schwarzenbach am Wald



Foto: Müller Fotosatz&Druck, Selbitz Untreusee

## Hauswirtschaftliche Dienstleistungen

Folgende Dienstleister bieten Hilfen im Haushalt und Alltagsbegleitung an. Sie sind vom Landesamt für Pflege anerkannt, um den Entlastungsbetrag von 131€ im Monat mit den Pflegekassen abrechnen zu können. Erkundigen Sie sich bitte nach dem individuellen Leistungsangebot bei den einzelnen Anbietern.

### Agentur für Haushaltshilfe GmbH

Kreis Hof  
Telefon: 09284/3789820  
www.agfh.de  
kreis-hof@agfh.de

### CAT Garten- und Heimservice Unternehmen für Hausdienstleistungen

Von-Welden-Str. 29, 95028 Hof  
Telefon: 09281/9287729  
Mobil: 0151/61405613  
cat.gartenundheimservice@gmail.com

**Diakoniewerk Martinsberg e.V.  
Seniorenwohnpark Bad Steben  
mit Hauswirtschaftsservice H1 Naila**  
im Diakoniewerk Martinsberg  
Am Steinbühl 13, 95119 Naila  
Telefon: 09282/932-5000  
www.hauswirtschaft.de  
mail@hauswirtschaft1.de

### EmC2 Alltagshilfe

Waldstraße 5, 95032 Hof  
Telefon: 09281/5915900  
https://emczwei.de/  
kontakt@e-m-c-2.de

### FiZ gGmbH

Hauswirtschaftliche Dienste  
und Alltagsbegleitung  
Fröbelstraße 5, 95030 Hof  
Telefon: 09281/796080  
www.fiz-hof.de  
info@fiz-hof.de

### Haushaltshilfe Hochfranken h3o gUG

Münchberger Straße 20, 95176 Konradsreuth  
Telefon: 0176/46743623  
www.h3o.ug  
h3o@online.de

### Home Service - Gebäudereinigung & Haushaltshilfe Issigau

Kirchplatz 2, 95188 Issigau  
Telefon: 09293/9338866  
https://www.home-service-issigau.de/  
j.jaeger@home-service-issigau.de

### proSenio gfi gGmbH

Karolinenstraße 52, 95028 Hof  
Telefon: 09281/725435  
www.hfr.die-gfi.de  
prosenio-hochfranken@die-gfi.de  
cornelia.schaller@die-gfi.de

## Nah am Menschen

Prävention | Intervention | Integration



Übergangspflege nach  
Krankenhausaufenthalt

Hilfe bei der Alltagsbewältigung

Haushaltsnahe Dienstleistungen

Verhinderungspflege



Karolinenstraße 52 | 95028 Hof  
Tel.: 09281 7254-35

Gesellschaft zur Förderung  
beruflicher und sozialer Integration (gfi) gGmbH



www.die-gfi.de

## Häusliche Einzelbetreuung

Bei der Einzelbetreuung besucht ein geschulter ehrenamtlicher Helfer den Menschen mit Demenz stundenweise in der eigenen Wohnung oder im Rahmen gemeinsamer Unternehmungen auch außerhalb. Der Helfer übernimmt soziale Betreuung, nicht aber pflegerische und hauswirtschaftliche Aufgaben. Während dieser Zeit können Angehörige in Ruhe ihre Angelegenheiten erledigen und Freiräume nutzen. Die Betreuung kann über die Pflegeversicherung abgerechnet werden, das Pflegegeld wird davon nicht beeinflusst. Bitte fragen Sie das jeweilige Einzugsgebiet bei den Anbietern an.

### **ASD e.V. - Soziale Dienste - "Die Insel"**

St.-Antonius-Straße 20, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/96230  
www.ASD-sozialdienste.de  
info@asd-sozialdienste.de

### **Caritasverband Stadt und Landkreis Hof e.V.**

Fachstelle für pflegende Angehörige  
Marienstraße 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401716  
www.caritas-hof.de  
c.froehlich@caritas-hof.de

### **Diakoniewerk Martinsberg e.V.**

Zentrale Diakoniestation Naila  
Albin-Klöber-Straße 22, 95119 Naila  
Telefon: 09282/95333  
www.dw-martinsberg.de  
matthias.korn@zds-naila.de

### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Fachstelle für pflegende Angehörige  
Gartenstraße 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

## 24-Stunden-Betreuung

### **CPS 24 Markus Ott**

Burgsteinstraße 4, 95179 Geroldsdgrün  
Telefon: 0800/2042040  
Mobil: 0171/7129923  
www.cps24.info  
info@cps24.info

## Intensivpflege

Ambulante Intensivpflege ist die Versorgung von schwerpflegebedürftigen Menschen außerhalb einer Klinik.

### **Atemzeit Bayern GmbH**

Kressenstein 15, 95326 Kulmbach  
Telefon: 09221/8277470  
www.atemzeit-bayern.de  
verwaltung@atemzeit-bayern.de  
Stadt und Landkreis Hof

### **Ambulante Intensivpflege ape - WG Hof**

Jahnstr. 44, 95030 Hof  
Telefon: 09661/8778900  
www.intensivpflege-ape.de  
info@intensivpflege-ape.de

### **Karbstein Care GmbH**

abWG für außerklinische Intensivpflege  
Bahnhofstraße 22, 95111 Rehau  
Telefon: 0170/2648233  
www.karbstein.care  
nm@karbstein.care

## Tagespflege

Tagespflege bietet die Möglichkeit tagsüber betreut und beschäftigt zu werden und abends wieder in die gewohnte Umgebung nach Hause zurückzukehren. Die Anzahl der Besuchstage bestimmen Sie, je nach freien Kapazitäten. Gemeinsame Mahlzeiten werden angeboten. Die Tagespflege inklusive Fahrdienst kann über die Pflegeversicherung finanziert werden, der Bezug von Pflegegeld wird dadurch nicht beeinflusst. Aufgenommen werden nach individueller Absprache Menschen mit den Pflegegraden 1-5. Eingestreuete Tagespflegemöglichkeiten bieten auch bestimmte Senioren- und Pflegeeinrichtungen.

### **Alternaktiv Leben GmbH Tagespflege**

Bahnhofsstraße 1a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7907000  
www.tagespflege-hof.de  
info@tagespflege-hof.de

### **AWO Tagespflege Lichtenberg**

Bad Stebener Str. 2A, 95192 Lichtenberg  
Telefon: 09288/9703461  
www.awo-hof.de  
tagespflege@awo-hof.de



**Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH  
Tagespflege Helmbrechts - Haus der Diakonie**  
Kulmbacher Str. 63, 95233 Helmbrechts  
Telefon: 09252/961302-0  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[tagespflege.helmbrechts@diakonie-hochfranken.de](mailto:tagespflege.helmbrechts@diakonie-hochfranken.de)

**Hospitalstiftung Hof  
Tagespflege Lieblingsplatz**  
Christiansreuther Str. 25, 95032 Hof  
Telefon: 09281/8157520  
<https://www.lieblingsplatz-hof.de>  
[tagespflege@hospitalstiftung-hof.de](mailto:tagespflege@hospitalstiftung-hof.de)

**Losauer Tagesoase**  
Tagespflege Traudl  
Südstraße 5, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/9754730  
[www.diakonie-regnitzlosau.de](http://www.diakonie-regnitzlosau.de)  
[tagespflege@diakonie-regnitzlosau.de](mailto:tagespflege@diakonie-regnitzlosau.de)

**Senioren-Tagespflege am Perlenbach**  
Rummelsberger Diakonie  
Gartenstr. 16, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970940  
[www.seniorentagespflege.de](http://www.seniorentagespflege.de)  
[senta-rehau@rummelsberger.net](mailto:senta-rehau@rummelsberger.net)

**Tagespflege Caritas-Seniorenzentrum St. Otto**  
Kolpingshöhe 2, 95032 Hof  
Telefon: 09281/54000-60  
[www.caritasheim-hof.de](http://www.caritasheim-hof.de)  
[ah.hof@caritas-bamberg.de](mailto:ah.hof@caritas-bamberg.de)

**Tagespflege Sonnenstrahl**  
Layritzstraße 9, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7799835  
[www.tagespflege-sonnenstrahl.de](http://www.tagespflege-sonnenstrahl.de)  
[ts-sonnenstrahl@gmx.de](mailto:ts-sonnenstrahl@gmx.de)

**Tagespflege Weißdorf**  
Am Mechlenreuther Weg 1, 95237 Weißdorf  
Telefon: 09251/4306780  
[www.pflegeengel-weissdorf.de](http://www.pflegeengel-weissdorf.de)  
[tagespflegeweissdorf@web.de](mailto:tagespflegeweissdorf@web.de)

## Kur / Urlaub

Die Kurberatung berät und vermittelt Kuren und Urlaube für pflegende Angehörige mit und ohne Begleitung der Erkrankten.

**AWO Kurberatung Außenstelle Oberfranken**  
Franz-Heinrich-Straße 10, 95100 Selb  
Telefon: 09287/8005607  
[www.awo-omf.de](http://www.awo-omf.de)  
[rotraut.stein-sommerfeldt@awo-gesundheits-service.de](mailto:rotraut.stein-sommerfeldt@awo-gesundheits-service.de)

Beratung bei Antragsstellung, Kliniksuche und Vermittlung für Vorsorge (§23) und Rehabilitation (§40 SGB V) für pflegende Angehörige, Beratungszeiten 9.00-14.00 Uhr u. nach Absprache

**Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof e.V. - Kurberatung**  
Marienstraße 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401748  
[www.caritas-hof.de](http://www.caritas-hof.de)  
[b.richter@caritas-hof.de](mailto:b.richter@caritas-hof.de)

**Diakonie Hochfranken  
Bezirksstelle KASA /  
Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit**  
Kur- und Erholungshilfe  
Heike Echternkamp  
Sophienstr. 18a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/540 390 595  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[heike.echternkamp@diakonie-hochfranken.de](mailto:heike.echternkamp@diakonie-hochfranken.de)

## Urlaub mit an Demenz erkrankten Menschen

**Deutsche Alzheimer Gesellschaft  
Landesverband Bayern e.V.  
Selbsthilfe Demenz**  
Frauentorgraben 73, 90443 Nürnberg  
Telefon: 0911/44 66 784  
[www.alzheimer-bayern.de](http://www.alzheimer-bayern.de)  
[info@alzheimer-bayern.de](mailto:info@alzheimer-bayern.de)

**Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.  
Selbsthilfe Demenz**  
Keithstr. 41, 10787 Berlin  
Telefon: 030/25937950  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)  
[info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de)

## Essen auf Rädern und Mahlzeitendienste

Im Hofer Land gibt es etliche Dienstleister, die Sie mit warmen oder kalten Mahlzeiten sowie mit Lebensmitteln zuhause versorgen. Fragen Sie auch bei Ihrem Pflegedienst an, der bei der Vermittlung gerne behilflich ist.

Weitere Informationen zu den Serviceleistungen und den Kosten erhalten Sie direkt bei den Einrichtungen/Organisationen.

### **Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Hof-Stadt & Land e.V.**

Fuhrmannstraße 3, 95032 Hof  
Telefon: 09281/54008-0  
[www.awo-hof.de](http://www.awo-hof.de)  
[grosskueche@awo-hof.de](mailto:grosskueche@awo-hof.de)

### **Diakoniestation Regnitzlosau Ambulante Kranken- und Altenpflege**

Schulstraße 14, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/9590  
[www.diakonie-regnitzlosau.de](http://www.diakonie-regnitzlosau.de)  
[leitung@diakonie-regnitzlosau.de](mailto:leitung@diakonie-regnitzlosau.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Menüservice Schwarzenbach/Saale Haus Saalepark**

Spitalstraße 6,  
95126 Schwarzenbach an der Saale  
Telefon: 09284/93051  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[haus-saalepark@diakonie-hochfranken.de](mailto:haus-saalepark@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Menüservice Helmbrechts**

Am Altersheim 4, 95233 Helmbrechts  
Telefon: 09252/3870  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[andrea.reiher@diakonie-hochfranken.de](mailto:andrea.reiher@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Menüservice Oberkotzau**

Döhlauer Berg 5, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/700  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[lutherstift@diakonie-hochfranken.de](mailto:lutherstift@diakonie-hochfranken.de)



Foto: unsplashPlus

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Menüservice Diakoniestation Rehau**

Maxplatz 15, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/2727  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[ds.rehau@diakonie-hochfranken.de](mailto:ds.rehau@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakoniewerk Martinsberg e.V. Seniorenwohnpark Bad Steben mit Hauswirtschaftsservice H1 Naila**

Am Steinbühl 13, 95119 Naila  
Telefon: 09282/932-5000  
<https://www.dw-martinsberg.de/hauswirtschaft-h1/>  
[mail@hauswirtschaft1.de](mailto:mail@hauswirtschaft1.de)

### **Menüservice Hudetz**

Steinbacher Str. 174, 95179 Langenbach  
Telefon: 09288/971112  
[www.hudetz.de](http://www.hudetz.de)  
[menueservice@hudetz.de](mailto:menueservice@hudetz.de)

### **Mobiler Mahlzeitendienst-Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/597093  
[www.rummelsberger-diakonie.de/mahlzeit-diakoniestation-rehau@rummelsberger.net](http://www.rummelsberger-diakonie.de/mahlzeit-diakoniestation-rehau@rummelsberger.net)

## Hausnotruf

Hierbei handelt es sich um ein kleines Gerät, das Sie im Haus ständig bei sich tragen. Über dieses kann in kritischen Situationen schnell eine Notrufzentrale verständigt werden. Je nach persönlicher Vereinbarung verständigt diese dann Angehörige, Bekannte, Nachbarn oder Ihren Pflegedienst. Da diese Notrufsysteme nicht kostenfrei sind, können Pflegebedürftige ab Pflegegrad I einen Kostenzuschuss von der Pflegekasse erhalten. Nähere Auskünfte erteilt Ihre zuständige Krankenkasse. Fragen Sie auch bei Ihrem Pflegedienst an, der Sie gerne über Anbieter informiert.

### **AWO Kreisverband Hof Stadt e.V.**

Beethovenstr. 1, 95032 Hof  
Telefon: 09281/5400818  
www.awo-hof.de  
info@awo-hof.de

### **BRK Kreisverband Hof**

Ernst-Reuter-Straße 66b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/62930  
www.kvhof.brk.de  
hausnotruf@kvhof.brk.de

### **Diakoniestation Regnitzlosau Ambulante Kranken- und Altenpflege**

Schulstr. 14, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/9590  
www.diakonie-regnitzlosau.de  
leitung@diakonie-regnitzlosau.de

### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/597093  
www.rummelsberger-diakonie.de/ds-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

### **Pflegedienst Rödel**

Joditzer Weg 43, 95030 Hof  
Telefon: 09281/5493670  
www.pflegedienst-roedel.de  
info@pflegedienst-roedel.de

## Notfallmappe

Im Notfall kann es äußerst entscheidend sein, dass persönliche Daten schnell zur Verfügung stehen. So hat die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Hofer Land in Zusammenarbeit mit vielen Kooperationspartnern eine Notfallmappe für die Bürgerinnen und Bürger in Stadt und Landkreis Hof zusammengestellt. Sie enthält u.a. wichtige Adressen und Telefonnummern von Angehörigen und Ärzten über Gesundheits- und Vorsorgedaten bis hin zu wichtigen Notfallnummern. Alle wichtigen Infos sind so im Notfall für Angehörige, Ersthelfer und Ärzte schnell griffbereit. Diese Mappe hilft, im Notfall schnell und bestmöglichst medizinisch versorgt zu werden. Zeitraubende Sucherei oder Nachfragen bleiben erspart und auch ein Großteil zeitaufwändiger Bürokratie zum Beispiel bei Aufnahme in einer Klinik kann abgekürzt werden. Durch Informationen ist ein sofortiger Behandlungsbeginn durch den Notarzt, Klinikärzte und Pflegepersonal möglich. Es kann kostbare Zeit für den raschen Behandlungsbeginn gewonnen werden. Die Notfallmappen gibt es kostenlos im Landratsamt Hof, im Rathaus der Stadt Hof und in der Leitstelle Pflege Hofer Land.

## Notfalldose

Immer mehr Menschen haben zu Hause einen Notfall- oder Impfpass, Medikamentenplan, eine Patientenverfügung usw. Meist ist es für die Hilfleistenden (Rettungs- oder Sozialdienst) unmöglich herauszufinden, wo diese Notfalldaten in der Wohnung aufbewahrt werden. Die Lösung steht im Kühlschrank! Ihre Notfalldaten kommen in die Notfalldose und werden in die Kühlschranktür gestellt. Nun haben Sie einen festen Ort und können in jedem Haushalt einfach gefunden werden! Sind die Retter bei Ihnen eingetroffen und sehen auf der Innenseite Ihrer Wohnungstür und auf der Kühlschranktür den Aufkleber „Notfalldose“, so kann die Notfalldose umgehend aus Ihrer Kühlschranktür entnommen werden und es sind sofort wichtige und notfallrelevante Informationen verfügbar. Nicht jedem gelingt es in einer Notfallsituation Angaben zum Gesundheitszustand und anderen wichtigen Details zu machen. Auch kann es sein, dass in einer solchen Stresssituation ein wichtiges Detail vergessen wird zu beschreiben – abgesehen von Ohnmacht oder Bewusstlosigkeit.

## Betreuung durch ehrenamtliche Helfer

Bei der Einzelbetreuung besucht ein geschulter ehrenamtlicher Helfer den Menschen stundenweise in der eigenen Wohnung oder im Rahmen gemeinsamer Unternehmungen auch außerhalb. Der Helfer übernimmt soziale Betreuung, nicht aber pflegerische und hauswirtschaftliche Aufgaben. Während dieser Zeit können Angehörige in Ruhe ihre Angelegenheiten erledigen und Freiräume nutzen. Die Betreuung kann über die Pflegeversicherung abgerechnet werden, das Pflegegeld wird davon nicht beeinflusst. Bitte fragen Sie das jeweilige Einzugsgebiet bei den Anbietern an.

**ASD e.V. Soziale Dienste - "Die Insel" -  
Fachstelle für pflegende Angehörige**  
St. Antonius-Str. 20, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/96230  
www.asd-sozialdienste.de  
beratungsstelle@asd-sozialdienste.de

**Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof e.V. -  
Fachstelle für pflegende Angehörige"**  
Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/14017-16  
www.caritas-hof.de  
c.froehlich@caritas-hof.de

**Diakoniewerk Martinsberg e.V. -  
Zentrale Diakoniestation Naila**  
Albin-Klöber-Str. 22, 95119 Naila  
Telefon: 09282/95333  
www.dw-martinsberg.de  
matthias.korn@zds-naila.de

**Die Rummelsberger Dienste  
für Menschen im Alter gGmbH -  
Fachstelle für pflegende Angehörige**  
Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

## Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz

Die Betreuungsgruppen werden durch die genannten Anbieter in regelmäßigen Abständen für Menschen mit Demenz angeboten. Betroffene haben außerhalb der eigenen vier Wände die Möglichkeit an verschiedenen Aktivierungs- und Beschäftigungsangeboten teilzunehmen. Bitte fragen Sie weitere Informationen und Termine bei den Anbietern an.

**Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof  
Betreuungsgruppe**  
Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401716  
www.caritas-hof.de  
c.froehlich@caritas-hof.de  
Betreuungsgruppe ab Pflegegrad 1

**Diakonieverein Waldstein e.V.**  
Luisenburgstr. 2, 95237 Weißdorf  
Telefon: 0151/41388701  
www.weissdorf-evangelisch.de  
auch ohne Pflegegrad möglich

**Die Rummelsberger Dienste  
für Menschen im Alter gGmbH -  
Fachstelle für pflegende Angehörige**  
Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

## Gesprächsangebote für Angehörige

**Alzheimer Gesellschaft  
Regionalgruppe Hof-Wunsiedel e.V.**  
Telefon: 0171/6788455  
www.alzheimer-hof-wunsiedel.net  
alzg-ho-wun@gmx.de

**ASD e.V. Soziale Dienste**  
St. Antonius-Straße 20, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/96230  
www.ASD-sozialdienste.de  
info@asd-sozialdienste.de

### **Caritasverband Stadt- und Landkreis Hof Angehörigengruppe**

Marienstr. 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/14017  
www.caritas-hof.de  
c.froehlich@caritas-hof.de

### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH**

Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

## **Patientenfahrdienste**

### **ASB-Kreisverband Hochfranken e.V.**

Feldstraße 16, 95152 Selbitz  
Telefon: 09280/5683  
<https://www.asbhochfranken.de>  
info@asbhochfranken.de  
bernd.vogel@asbhochfranken.de  
Rollstuhltransport möglich, keine Liegendtransporte, Krankentransporte

### **CNB Patientenfahrdienst UG**

Herr Mert Canbay  
Hofer Str. 55b  
95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/2150315  
Mobil: 0151/59898563  
info@cnb-patientenfahrdienst.de  
www.cnb-patientenfahrdienst.de  
Krankentransporte, Rollstuhltransport möglich

### **Diakonie Hochfranken**

Klostertor 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837140, 09281/837150  
<https://www.diakonie-hochfranken.de/dienstleistungen>  
katja.wuehr@diakonie-hochfranken.de  
oliver.muenchberger@diakonie-hochfranken.de  
Rollstuhltransport möglich, kein Tragestuhl für Transport über Stufen / Treppen, keine Liegendtransporte, Krankentransporte

### **Mietauto Grüner Naila**

Kronacher Str. 49, 95119 Naila  
Telefon: 0171/7217557  
minibus-gruener@t-online.de  
kein Rollstuhltransport möglich, Krankenfahrten

### **Taxi Can Rehau**

Faßmannsreuther Str. 18, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/8983344  
can06@live.de  
kein Rollstuhltransport möglich, Krankenfahrten

### **Taxi Klaus Hartbauer**

Kulmbacher Straße 5, 95213 Münchberg  
Telefon: 0171/7847058  
post@taxi-muenchberg.de  
Rollstuhltransport möglich, kein Tragestuhl für Transport über Stufen / Treppen, Krankenfahrten

### **TAXI 3033 Klaus Herrmann GmbH Co.KG**

Uferstraße 41, 95028 Hof  
Telefon: 09281/3033  
<https://taxi3033.de/>  
info@taxi3033.de  
Rollstuhltransport möglich, kein Tragestuhl für Transport über Stufen / Treppen, Krankenfahrten

### **Taxi 8088**

Luisenburgstraße 9, 95032 Hof  
Telefon: 09281/8088  
<https://www.taxi8088.de>  
info@taxi8088.de  
kein Rollstuhltransport möglich, Krankenfahrten

## **Nachbarschaftshilfen**

Bei der Nachbarschaftshilfe handelt es sich um einen ehrenamtlichen Dienst, den engagierte Bürgerinnen und Bürger freiwillig stundenweise leisten. Sie bieten Menschen in ihrer häuslichen Umgebung Hilfen im Alltag an, wie zum Beispiel beim Einkaufen, bei Arztbesuchen, bei der Kinderbetreuung, bei Reparaturen, beim Schneeschippen oder Hund ausführen. Ziel der Nachbarschaftshilfe ist es, ein Miteinander zu schaffen und Treffpunkt der Generationen zu sein, unter dem Motto „Gemeinsam und nicht einsam - Helfen macht Dich glücklich!“. Junge, ältere und alte Menschen profitieren voneinander. Sie helfen und unterstützen sich gegenseitig in einem nachbarschaftlichen Verhältnis.

### **Nachbarn für Nachbarn Bad Steben**

Hauptstraße 2, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/ 7427  
<https://www.markt-badsteben.de/nachbarschaftshilfe>  
nachbarschaftshilfe@badsteben.de  
Nachbarschaftshilfe in der Marktgemeinde Bad Steben und ihren Ortsteilen mit Taschengeldbörse

### **Nachbarn für Nachbarn Geroldsgrün**

Keyßerstraße 25, 95179 Geroldsgrün  
Telefon: 09288/96129, 0151/10295783  
<https://www.geroldsgruen.de/leben-wohnen/nachbarschaftshilfe>  
nachbarschaftshilfe-geroldsgruen@gmx.de  
Nachbarschaftshilfe in der Gemeinde Geroldsgrün und ihrer Ortsteile mit Taschengeldbörse

### **Nachbarn für Nachbarn Selbitz**

Bahnhofstr. 2, 95152 Selbitz  
Telefon: 09280/6024  
[www.selbitz.de](http://www.selbitz.de)  
nachbarschaftshilfe@selbitz.de  
generationenübergreifende Nachbarschaftshilfe inklusive Taschengeldbörse

### **Weitere Hilfsangebote**

#### **Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH, Ehrenamtsbörse**

Gartenstr. 12-14, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/5970932  
[www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau](http://www.rummelsberger-diakonie.de/fs-rehau)  
diakoniestation-rehau@rummelsberger.net

#### **Taschengeldbörse Oberkotzau - Gemeindejugendarbeit**

Am Rathaus 2, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/94150  
[www.oberkotzau.de](http://www.oberkotzau.de)  
rathaus@oberkotzau.de  
Die Taschengeldbörse vermittelt Senioren und Familien mit Jugendlichen. Gegen ein kleines Taschengeld kann Hilfe im Alltag erfolgen, z.B. bei Gartenarbeiten, als Besuchsdienst oder als Hilfe beim Einkaufen.

#### **Tauschring Hof**

Tanja Schmalfuß  
Wirthstr. 70, 95028 Hof  
Telefon: 09281/18779  
[www.tauschring-hof.de](http://www.tauschring-hof.de)  
tauschring-hof@web.de

## **Schulungen für pflegende Angehörige und Interessierte**

### **Alzheimer Gesellschaft**

#### **Regionalgruppe Hof-Wunsiedel e.V.**

Telefon: 0171/6788455  
[www.alzheimer-hof-wunsiedel.net](http://www.alzheimer-hof-wunsiedel.net)  
alzg-ho-wun@gmx.de  
Kostenfreie Schulungen "Hilfe beim Helfen" für Angehörige und Interessierte, Schulungen von Ehrenamtlichen, Vorträge zum Thema Demenz z.B. Kompaktkurs Demenz Partner ([www.demenz-partner.de](http://www.demenz-partner.de))

### **Netzwerk EduKation demenz®**

Im Herrnlöh 8, 91054 Buckenhof  
Telefon: 0172/8105850  
<https://schulung-demenz.de/diagnose-demenz/schulungen-in-ihrer-region/info@edukation-demenz.de>  
Unterschiedliche Schulungs- und Fortbildungsprogramme (auch online), die auf dem Konzept „EduKation demenz“ basieren. „EduKation demenz®“ steht für „Entlastung durch Förderung der Kommunikation bei Demenz“. Gemeinsames Ziel dieser Programme ist die bessere Bewältigung der Krankheitsfolgen einer Demenz.

## **Persönliche Assistenz**

Persönliche Assistenz ist eine Hilfe für Menschen mit Behinderung in verschiedenen Bereichen des Lebens. Assistentinnen und Assistenten unterstützen bei allen Tätigkeiten des Alltags. Zum Beispiel im Haushalt, bei der Arbeit, in der Schule oder bei Freizeit-Aktivitäten. Dadurch können Menschen mit Behinderung ein selbstbestimmtes Leben führen. Sie entscheiden selbst, wann, wo und von wem sie Unterstützung bekommen möchten. Die EUTB-Beratungsstellen beraten zu allen Themen aus dem Bereich Behinderung und Teilhabe. In den EUTB-Beratungsstellen haben viele Beraterinnen und Berater selbst eine Behinderung. Sie können dort anrufen, eine E-Mail schreiben oder persönlich dort vorbeigehen. Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 32.

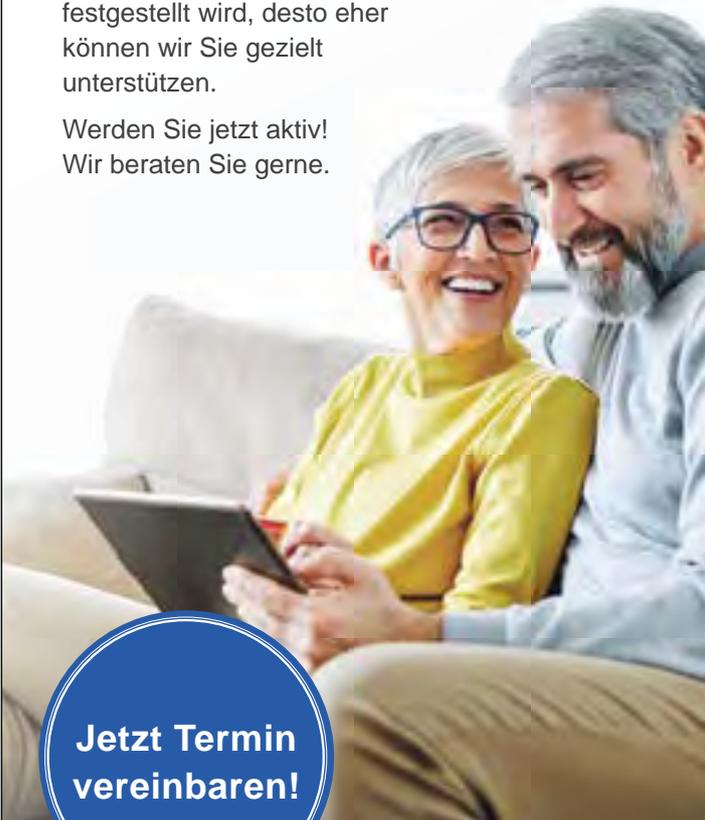


# WIEDER BESSER VERSTEHEN

## Unsere klare Empfehlung:

Je früher eine Hörminderung festgestellt wird, desto eher können wir Sie gezielt unterstützen.

Werden Sie jetzt aktiv!  
Wir beraten Sie gerne.



Jetzt Termin vereinbaren!

**Lennartz**  
HÖRAKUSTIK

HÖREN NEU ERLEBEN!

**terzo**  
Wir hören uns.

2x für Sie in Hof: Karlstraße 2/4 · 09281 2460  
Sophienstraße 17 · 09281 1602419  
lennartz-hoerakustik.de  

Selbstbestimmtes Leben  
in familiärer Gemeinschaft

## „Seniorenwohngemeinschaft Jägerhof“



Weidmannsweg 14 – 95028 Hof-Jägersruh  
Ansprechpartner: Doris Wunderlich  
Telefon 0151 46403449 – [www.seniorenwg-hof.de](http://www.seniorenwg-hof.de)

Saale  
**Apotheke**  
...in Bewegung!



24-Stunden-Abholbox - Lieferservice - Apotheken-App

Kirchenlamitzer Str. 1 - 95126 Schwarzenbach an der Saale  
Tel. 09284 949 000 - Fax 09284 949 009  
**Shop:** <https://shop.saale-apo.de>  
[info@saale-apo.de](mailto:info@saale-apo.de) - [www.saale-apo.de](http://www.saale-apo.de)

Entdecken Sie  
das HofBad -  
Ihr Ort der Bewegung und  
Entspannung!

**HOFBAD**

Unser Tipp:  
Fit werden und  
bleiben dank unserer  
**Aquakurse**

HofBad - Obere Anger 4 - 95028 Hof  
[www.hofbad.de](http://www.hofbad.de)



Foto: unsplashPlus

## Wohnen im Alter

Selbstständig, aber nicht allein

### Betreutes Wohnen

Beim Betreuten Wohnen oder Servicewohnen leben Sie selbstständig in Ihren eigenen vier Wänden, meist innerhalb einer größeren Wohnanlage. Dort können Sie bestimmte Dienstleistungen buchen, die Ihnen den Alltag erleichtern. Diese Leistungen reichen vom Reinigungs- und Wäscheservice bis hin zu ambulanter Pflege.

#### Folgende Einrichtungen gibt es in der Stadt Hof:

##### **Betreutes Wohnen der AWO Stadt Hof e.V.**

Enoch-Widman-Str. 6, 95028 Hof  
 Telefon: 09281/84022-603  
[www.awo-hof.de](http://www.awo-hof.de)  
[l.trampler@awo-hof.de](mailto:l.trampler@awo-hof.de)

##### **Betreutes Wohnen der Hospitalstiftung**

Unteres Tor 11, 95028 Hof  
 Telefon: 09281/8316550 oder 8151360  
[www.hospitalstiftung-hof.de](http://www.hospitalstiftung-hof.de)  
[michael.kiessling@hospitalstiftung-hof.de](mailto:michael.kiessling@hospitalstiftung-hof.de)

##### **Haus Rosengarten**

##### **“Betreutes Wohnen für Senioren”**

Wölbattendorfer Weg 18/20, 95030 Hof  
 Telefon: 09281/8501883  
[www.rosengarten-seniorenwohnen.de](http://www.rosengarten-seniorenwohnen.de)  
[haus-rosengarten@gmx.de](mailto:haus-rosengarten@gmx.de)

#### Folgende Einrichtungen gibt es im Landkreis Hof:

##### **ASD e.V. Betreutes Wohnen im Haus Sonnenschein**

Fasanenweg 7-9,  
 95126 Schwarzenbach an der Saale  
 Telefon: 09284/948178  
[www.asd-sozialdienste.de](http://www.asd-sozialdienste.de)  
[info@asd-sozialdienste.de](mailto:info@asd-sozialdienste.de)

##### **Betreutes Wohnen der AWO Stadt Hof e.V.**

Bad Stebener Str. 2 a, 95192 Lichtenberg  
 Telefon: 09281/84022-603  
<https://awo-hof.de>  
[l.trampler@awo-hof.de](mailto:l.trampler@awo-hof.de)

**Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH,  
Seniorenhaus Helmbrechts**  
Jahnstraße 2, 95233 Helmbrechts  
Telefon: 09252/3507330  
www.diakonie-hochfranken.de  
seniorenhaus-helmbrechts@diakonie-hochfranken.de

**Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH,  
Martin-Luther-Haus, Betreutes Wohnen**  
Am Schild 13, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/8690  
www.diakonie-hochfranken.de  
martin-luther-haus-rehau@diakonie-hochfranken.de

**Diakoniewerk Martinsberg e.V.  
Betreutes Wohnen**

**Bad Steben "Am Kurpark" Haus Badstraße**  
Badstraße 7, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/920-101  
www.seniorenwohnpark-bad-steben.de  
info@seniorenwohnpark-bad-steben.de

**Bad Steben "Am Kurpark"  
Haus Steinbacher Straße**  
Steinbacher Straße 19, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/920-101  
www.seniorenwohnpark-bad-steben.de  
info@seniorenwohnpark-bad-steben.de

**Betreutes Wohnen Bad Steben "Am Kurpark"  
Haus Wenzstraße**  
Wenzstraße 7, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/920-101  
www.seniorenwohnpark-bad-steben.de  
info@seniorenwohnpark-bad-steben.de

**Betreutes Wohnen Naila**  
Neulandstr. 10, 95119 Naila  
Telefon: 09288/920-101  
www.dw-martinsberg.de  
wohnen@dw-martinsberg.de

**Betreutes Wohnen Schwarzenbach am Wald**  
Hans-Richter-Straße 25,  
95131 Schwarzenbach a.W.  
Telefon: 09288/920-101  
www.dw-martinsberg.de  
wohnen@dw-martinsberg.de

**EJF Betreutes Wohnen Münchberg**  
Luitpoldstraße 25-27, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/8998090  
www.ejf.de  
pantos.christina@ejf.de

Foto: unsplashPlus



## Seniorenwohnanlagen

**Hospitalstiftung Hof mit folgenden Anlagen**

Postanschrift  
Klosterstr. 3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1360  
www.hospitalstiftung-hof.de  
michael.kiessling@hospitalstiftung-hof.de

Am Bürgerheim 5

Christiansreuther Straße 27

Gabelsbergerstraße 79,81,83

Klösterleinsweg 6 und 6a

Lilienthalstraße 9,11,15,17

Parsevalstraße 14

Viktor-von-Scheffel-Straße 5 und 7

## Ambulant betreute Wohngemeinschaften

**Seniorenwohngemeinschaft Jägerhof**

Weidmannsweg 14, 95028 Hof  
Telefon: 0151/46403449  
www.seniorenwg-hof.de  
wunderlich.selbitz@freenet.de

## Sonstige alternative Wohnformen

**Wohngemeinschaft des**

**Diakonievereines Regnitzlosau**

Schwesendorfer Weg 11, 95194 Regnitzlosau  
Telefon: 09294/9590  
www.diakonie-regnitzlosau.de  
leitung@diakonie-regnitzlosau.de

## Senioren- und Pflegeheime

In Stadt und Landkreis Hof gibt es viele gut ausgestattete Pflegeeinrichtungen. Die hier aufgeführten Senioren- und Pflegeheime des Hofer Landes versorgen auch Bewohner mit Demenzerkrankungen. In allen Einrichtungen finden Sie Angebote der Kurzzeitpflege. Das Seniorenhaus Am Unteren Tor in Hof verfügt über drei fixe Kurzzeitpflegeplätze mit der Option des Vorbuchens. Einige Anbieter verfügen auch über eingestreuete Tagespflegeplätze. Für Menschen, die gefährdet sind, sich ohne Orientierung aus der Einrichtung wegzubewegen und den Weg nicht mehr zurückzufinden, gibt es beschützende Bereiche. Für die Unterbringung in einem solchen Bereich ist ein richterlicher Beschluss notwendig. Alle Einrichtungen bieten individuell spezielle Versorgungsformen an und verfügen über gerontopsychiatrisches Fachpersonal.

### **AWO Haus Kamilla**

Am Hohen Münster 8, 95030 Hof  
Telefon: 09281/78910  
www.awo-hof.de  
info@awo-hof.de

### **AWO MichaelisHof**

Enoch-Widman-Straße 4, 95028 Hof  
Telefon: 09281/840220  
www.awo-hof.de  
info@awo-hof.de

### **Caritas-Seniorenzentrum St. Josef**

Richard-Hofmann-Weg 1, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/87970  
www.caritas-ggmbh.de/ah-muenchberg  
ah.muenchberg@caritas-ggmbh.de

### **Caritas-Seniorenzentrum St. Otto**

Kolpinghöhe 2, 95032 Hof  
Telefon: 09281/5400060  
www.caritasheim-hof.de  
ah.hof@caritas-bamberg.de

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Martin-Luther-Haus Rehau**

Am Schild 13, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/8690  
www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime  
martin-luther-haus-rehau@diakonie-hochfranken.de

### **Hospitalstiftung Hof, Seniorenhaus Am Unteren Tor**

Gerbergasse 4, 95028 Hof  
Telefon: 09281/8316-0  
www.hospitalstiftung-hof.de  
hl-am-unteren-tor@hospitalstiftung-hof.de

### **Seniorenheim Haus Frankenhöhe**

Steinbacher Straße 174,  
95179 Geroldsgrün-Langenbach  
Telefon: 09288/97110  
www.hudetz.de  
frankenhoehe@hudetz.de

### **Seniorenheim Haus Regnitztal**

Kösseinestraße 25, 95183 Zedwitz  
Telefon: 09281/140180  
www.hudetz.de  
regnitztal@hudetz.de

### **Seniorenstift Martinsberg**

Lichtenberger Straße 9, 95119 Naila  
Telefon: 09282/9410  
www.seniorenstift-martinsberg.de  
info@seniorenstift-martinsberg.de



Foto: unsplashPlus

## Einrichtungen mit offenen Wohnbereichen und eingestreuter Tagespflege

### **Alten- und Pflegeheim Walter-Hümmer-Haus**

Wildenberg 31, 95147 Selbitz  
Telefon: 09280/690  
www.christusbruderschaft.de  
walterhuemmerhaus@christusbruderschaft.de

### **BAWOS-Seniorenheim-Betriebs-GmbH, Seniorenheim "am Döbraberg"**

Hochstraße 26, 95131 Schwarzenbach am Wald  
Telefon: 09289/9360  
www.bawos.de  
info@bawos.de

**BRK SeniorenWohnen Hof**  
Erlhofer Straße 10, 95032 Hof  
Telefon: 09281/73070  
[www.seniorenwohnen.brk.de](http://www.seniorenwohnen.brk.de)  
[info.hof@ssg.brk.de](mailto:info.hof@ssg.brk.de)

**Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH,  
Haus Saalepark**  
Spitalstraße 6, 95126 Schwarzenbach a.d. Saale  
Telefon: 09284/9300  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[haus-saalepark@diakonie-hochfranken.de](mailto:haus-saalepark@diakonie-hochfranken.de)

**Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH,  
Lutherstift Oberkotzau**  
Döhlauer Berg 5, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09286/700  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[lutherstift@diakonie-hochfranken.de](mailto:lutherstift@diakonie-hochfranken.de)

**Seniorenwohnpark SWR gGmbH, Bad Steben**  
Dr.-Gebhardt-Steuer-Straße 22-32,  
95138 Bad Steben  
Telefon: 09288/920101  
[www.seniorenwohnpark-bad-steben.de](http://www.seniorenwohnpark-bad-steben.de)  
[info@seniorenwohnpark-bad-steben.de](mailto:info@seniorenwohnpark-bad-steben.de)

## Einrichtungen mit offenen und beschützenden Wohnbereichen

**Die Rummelsberger Dienste für Menschen im Alter gGmbH, Diakonisches Sozialzentrum Rehau**  
Schildstr. 29, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/8410  
[www.altenhilfe-rummelsberg.de](http://www.altenhilfe-rummelsberg.de)  
[diak.sozialzentrum-rehau@rummelsberger.net](mailto:diak.sozialzentrum-rehau@rummelsberger.net)  
Beschützender Garten mit Terrasse

**Seniorenhaus Zell GmbH**  
Waldsteinweg 23, 95239 Zell i.F.  
Telefon: 09257/9440  
[www.seniorenhaus-zell.de](http://www.seniorenhaus-zell.de)  
[info@seniorenhaus-zell.de](mailto:info@seniorenhaus-zell.de)  
Beschützender Bereich mit sozialtherapeutischer Betreuung



**TREPPENLIFTE**  
AUS DEM FRANKENWALD FÜR DIE REGION

- Vielfältige Montagemöglichkeiten
- Unverbindliche Beratung vor Ort
- TÜV geprüft
- Fertigung in Deutschland
- Beratung zur höchstmöglichen Förderung

Service Hotline  
**09289 970 1100**  
[www.revex-care.de](http://www.revex-care.de)

**Revex LIFT**  
TREPPENLIFTE & MEHR



Foto: Müller Fotosatz&amp;Druck, Selbitz

## Einrichtungen mit offenen und beschützenden Wohnbereichen sowie eingestreuter Tagespflege

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Demenzzentrum Haus am Kirchberg**

Am Altenheim 4, 95233 Helmbrechts  
 Telefon: 09252/3870  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[hausamkirchberg@diakonie-hochfranken.de](mailto:hausamkirchberg@diakonie-hochfranken.de)  
 Pflegeoase für Schwerstpflegebedürftige, Einrichtung nur für Menschen mit Demenz

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Haus am Klosterhof**

Lessingstraße 4, 95028 Hof  
 Telefon: 09281/837300  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[haus-am-klosterhof@diakonie-hochfranken.de](mailto:haus-am-klosterhof@diakonie-hochfranken.de)  
 Einzel- und Gruppenangebote, Beratung von Angehörigen im Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen durch gerontopsychiatrische Fachkräfte

### **Hospitalstiftung Hof, Seniorenhaus Christiansreuth**

Christiansreuther Straße 29, 95032 Hof  
 Telefon: 09281/7864-0  
[www.hospitalstiftung-hof.de](http://www.hospitalstiftung-hof.de)  
[manuela.koppmeier@hospitalstiftung-hof.de](mailto:manuela.koppmeier@hospitalstiftung-hof.de)  
 Ethikberatung, hauseigene Tiere und beschützter Garten

### **Seniorenwohnpark SWR gGmbH, Bad Steben**

Dr.-Gebhardt-Steuer-Straße 22-32  
 95138 Bad Steben  
 Telefon: 09288/920101  
[www.seniorenwohnpark-bad-steben.de](http://www.seniorenwohnpark-bad-steben.de)  
[info@seniorenwohnpark-bad-steben.de](mailto:info@seniorenwohnpark-bad-steben.de)

## Einrichtungen mit Hausgemeinschaften und eingestreuter Tagespflege

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Seniorenhaus Helmbrechts**

Jahnstraße 2, 95233 Helmbrechts  
 Telefon: 09252/3507330  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[seniorenhaus-helmbrechts@diakonie-hochfranken.de](mailto:seniorenhaus-helmbrechts@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Seniorenhaus Konradsreuth**

Am Wiesengrund 19-25, 95176 Konradsreuth  
 Telefon: 09292/9778890  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[verwaltung.konradsreuth@diakonie-hochfranken.de](mailto:verwaltung.konradsreuth@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Seniorenhausgemeinschaften im Mehrgenerationenhaus Rehau**

Maxplatz 12, 95111 Rehau  
 Telefon: 09283/59240100  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[seniorenhausgemeinschaften-rehau@diakonie-hochfranken.de](mailto:seniorenhausgemeinschaften-rehau@diakonie-hochfranken.de)

### **Diakonie Hochfranken Altenhilfe gGmbH, Seniorenhaus Rosenbühl**

August-Mohl-Str. 35, 95030 Hof  
 Telefon: 09281/54920  
[www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime](http://www.diakonie-hochfranken.de/senioren-und-pflege/alten-und-pflegeheime)  
[seniorenhaus-rosenbuehl@diakonie-hochfranken.de](mailto:seniorenhaus-rosenbuehl@diakonie-hochfranken.de)



Foto: unsplashPlus



Foto: signelements

## Medizinische Versorgung

Ein Klinikaufenthalt kann das Leben eines Menschen nachhaltig verändern und beeinflussen. Allen Patienten steht ein individuelles **Entlassmanagement** zu. Wenden Sie sich bitte an den jeweiligen Sozialdienst in der Klinik, welcher Sie unterstützt, die Versorgung nach dem Krankenhausaufenthalt zu organisieren. Das Krankenhaus muss für die notwendige Weiterversorgung zu Hause nach einer stationären Behandlung sorgen. Dies wird im Rahmen des Entlassmanagements (häufig als Sozialdienst oder Überleitungspflege bezeichnet) bereits vor der Entlassung organisiert, um mögliche Versorgungslücken für den Patienten zu vermeiden. Das Entlassmanagement erfolgt patientenindividuell, ressourcen- und teilhabeorientiert und trägt in enger Abstimmung mit den Patientinnen und Patienten und - sofern erforderlich - dessen gesetzlichem Vertreter/Betreuer dem individuellen Hilfe- und Unterstützungsbedarf des Patienten Rechnung. Der Anspruch des Patienten auf ein Entlassmanagement im Rahmen der Krankenhausbehandlung besteht gegenüber dem Krankenhaus, während gegenüber der Krankenkasse bzw. Pflegekasse ein Anspruch auf Unterstützung des Entlassmanagements besteht. Hierzu werden die weiteren Einzelheiten im Rahmenvertrag Entlassmanagement (gemäß § 39 Abs. 1a Satz 9 SGB V i.V.m. § 118a Abs. 2 Satz 2 SGB V) geregelt.

## Regionale Kliniken

In allen Kliniken im Hofer Land stehen Ihnen geschulte ehrenamtliche "Grüne Damen und Herren" zur Verfügung. Den Klinikaufenthalt für Patienten menschlicher und freundlicher gestalten, Stunden der Einsamkeit überbrücken, unterstützend zur Seite stehen - all das möchte der ehrenamtliche Besuchsdienst bewirken. Insbesondere demenzkranken und älteren Menschen, für die ein Krankenhausaufenthalt eine anstrengende Zeit bedeuten kann, lässt sich damit eine gewisse Sicherheit geben.

### **Kliniken Hochfranken, Klinik Münchberg**

Hofer Str. 40, 95213 Münchberg

Telefon: 09251/872-0

[www.kliniken-hochfranken.de](http://www.kliniken-hochfranken.de)

[info@kliniken-hochfranken.de](mailto:info@kliniken-hochfranken.de)

### **Sozialdienst der Kliniken Hochfranken/Münchberg**

Telefon: 09251/872-7783 oder 872-7114

[sozialdienst.muenchberg@kliniken-hochfranken.de](mailto:sozialdienst.muenchberg@kliniken-hochfranken.de)



### **Kliniken Hochfranken, Klinik Naila**

Hofer Str. 45, 95119 Naila  
 Telefon: 09282/60-0  
[www.kliniken-hochfranken.de](http://www.kliniken-hochfranken.de)  
[info@kliniken-hochfranken.de](mailto:info@kliniken-hochfranken.de)

#### **Sozialdienst der Kliniken Hochfranken/Naila**

Telefon: 09282/60-617 oder 60-627  
[pme.naila@kliniken-hochfranken.de](mailto:pme.naila@kliniken-hochfranken.de)

### **Kliniken Hochfranken, Klinik Naila**

Telefon: 09282/60-171  
[akutgeriatrie.naila@kliniken-hochfranken.de](mailto:akutgeriatrie.naila@kliniken-hochfranken.de)  
 Akutgeriatrie, Frührehabilitation

### **Sana Klinikum Hof GmbH**

Eppenreuther Str. 9, 95032 Hof  
 Telefon: 09281/98-0  
[www.sana.de/hof](http://www.sana.de/hof)  
[skh-info@sana.de](mailto:skh-info@sana.de)

Das Sana Klinikum Hof gehört mit seinen 465 vollstationären Betten und 22 teilstationären Plätzen zu den größten somatischen Akutkrankenhäusern in Bayern. In 15 Fachabteilungen und einer Vielzahl zertifizierter Zentren behandelt das Haus der Schwerpunktversorgung jährlich etwa 19.000 stationäre und 32.000 ambulante Patienten.

#### **Sozialdienst des Sana Klinikums Hof**

Telefon: 09281/98-2206  
[skh-entlassmanagement@sana.de](mailto:skh-entlassmanagement@sana.de)

## **Fachkliniken**

Die Bezirksklinik Rehau ist ein Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik und Teil der Gesundheitseinrichtungen des Bezirks Oberfranken. Im Rahmen der stationären Behandlung mit diagnostischen Maßnahmen inkl. psychiatrischer Untersuchungen und therapeutischen Angeboten stehen zwei gerontopsychiatrische Stationen in beschützender als auch offener Form zur Verfügung.

### **Bezirksklinik Rehau Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik**

Fohrenreuther Str. 48, 95111 Rehau  
 Telefon: 09283/599-0  
<https://www.gebo-med.de/standorte/bezirksklinik-rehau>  
[rehau@gebo-med.de](mailto:rehau@gebo-med.de)

#### **Sozialdienst der Bezirksklinik Rehau**

Telefon: 09283/599-0

## **Stationäre Rehabilitation**

Die Alexander von Humboldt Klinik hat sich zu einem überregionalen Zentrum für die rehabilitative Behandlung von Alterspatienten entwickelt. In der Fachklinik werden in der Regel Patienten in direktem Anschluss an den Aufenthalt in einer Akutklinik behandelt mit dem Ziel, ihre Mobilität und soziale Selbständigkeit möglichst vollständig wieder herzustellen, um in den häuslichen Bereich zurückkehren zu können.

### **Fachklinik für Geriatrische Rehabilitation Alexander von Humboldt Klinik**

Dr.-Gebhardt-Steuer-Straße 24,  
 95138 Bad Steben  
 Telefon: 09288/920400  
[www.humboldtklinik.de](http://www.humboldtklinik.de)  
[info@humboldtklinik.de](mailto:info@humboldtklinik.de)

## Mobile Rehabilitation

Reha daheim! Für Menschen, insbesondere wenn Einschränkungen vorliegen, ist eine stabile und gewohnte Umgebung von besonderer Bedeutung. Die mobile Rehabilitation bringt mit ihrem multiprofessionellen, erfahrenen Team die Rehabilitationsbehandlung nach Hause in das gewohnte Lebensumfeld ihrer Patientinnen und Patienten, um bedürfnis- und lebensweltorientiert die Selbständigkeit, Lebensqualität und Gesundheit älterer oder stark beeinträchtigter Menschen effektiv zu fördern.

Anträge für die mobile Reha werden von Haus- und Facharztpraxen sowie im Krankenhaus vom zuständigen Sozialdienst gestellt.

### MoRe-Life GmbH - Mobile Rehabilitation

Bahnhofstraße 25, 95028 Hof  
 Telefon: 09281/7960300  
 Telefax: 09281/7960399  
 www.more-life.net  
 info@more-life.net  
 Wir bringen die Reha nach Hause  
 (auch in Pflegeeinrichtungen)

## Entlassmanagement

Krankenhäuser und Rehabilitationseinrichtungen müssen für Patienten und Rehabilitanden ein Entlassmanagement anbieten und organisieren. Ziel ist eine bedarfsgerechte und kontinuierliche ambulante Weiterbehandlung nach einem stationärem Aufenthalt (gemäß § 39 Abs. 1a SGB V). Zum Entlassmanagement gehört beispielsweise die Vermittlung an den weiterbehandelnden Vertragsarzt beziehungsweise an den weiterversorgenden Leistungserbringer, das Ausstellen von Verordnungen oder das Bescheinigen einer Arbeitsunfähigkeit in der Übergangszeit.

## Ärztetnetze – medizinische Versorgung

Ärztetnetze sind regionale Gesundheitsnetze, zu denen sich Haus- und Fachärzte aus Stadt und Landkreis Hof sowie aus dem nördlichen Teil des Landkreises Wunsiedel zusammengeschlossen haben. Teilnehmende Patientinnen und Patienten profitieren von einer medizinischen Versorgung auf hohem Niveau. Nähere Informationen über die beiden Ärztenetze im Hofer Land erhalten Sie hier:

### Ärztegenossenschaft Hochfranken eG (ÄGH)

Reuthlas 17, 95176 Konradsreuth  
 Telefon: 09292/94280  
 www.aegh.de  
 troeger@aegh.de

### Unternehmung Gesundheit Hochfranken UGHO GmbH & Co.KG (UGHO)

Münch-Ferber-Str. 1, 95028 Hof  
 Telefon: 09281/8402592  
 www.ugho.de  
 info@ugho.de



Foto: signelements

## Sanitätshäuser – Versorgung mit Hilfsmitteln

Ein Sanitätshaus ist ein Dienstleistungsunternehmen der Gesundheitsbranche, das überwiegend die Versorgung mit medizinischen Hilfsmitteln und Verbrauchsmaterial anbietet. Sanitätshäuser sind unterschiedlich stark spezialisiert. Viele decken daher nur einen Teil der möglichen Produktpalette ab. Kern des Angebotes sind im Regelfall die im Hilfsmittelverzeichnis der gesetzlichen Krankenversicherung aufgeführten Produktgruppen (außer Hör- und Sehhilfen, die überwiegend von Hörgeräteakustikern bzw. Optikern abgedeckt werden). Dazu gehören Bandagen, Orthesen, Prothesen, Rollstühle, Pflegebetten, Gehhilfen, Kompressionsstrümpfe, Toilettenstühle und orthopädische Einlagen. Viele Sanitätshäuser verfügen über eigene Werkstätten, in denen beispielsweise Beinprothesen und Einlagen gefertigt oder Fertigprodukte wie Rollstühle repariert werden können. Das Angebot wird häufig ergänzt mit Wellnessartikeln, Gesundheitsschuhen, Miederwaren und ähnlichen Artikeln, die im Regelfall nicht mit den Krankenkassen abgerechnet werden können.

### **Jahn Orthopädie GmbH**

Luitpoldstr. 25, 95028 Hof  
Telefon: 09281/81942-0  
www.jahn-ot.de  
info@jahn-ot.de

### **Jahn Orthopädie GmbH**

Eppenreuther Str. 28, 95032 Hof  
Telefon: 09281/8500270  
www.jahn-ot.de  
info@jahn-ot.de

### **Jahn Orthopädie GmbH**

Torgasse 3, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/899340  
www.jahn-ot.de  
info@jahn-ot.de

### **Jahn Orthopädie GmbH**

Hauptstr. 2a, 95119 Naila  
Telefon: 09282/9848690  
www.jahn-ot.de  
info@jahn-ot.de

### **Jahn Orthopädie GmbH**

Bahnhofstr. 10, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/591208  
www.jahn-ot.de  
info@jahn-ot.de

### **Orthopädie-Technik Recknagel-Fakesch GmbH**

Ossecker Str. 10, 95030 Hof  
Telefon: 09281/833552  
www.sanitaetshaus-hof.de  
kontakt@recknagel-fakesch.de

### **Reha Service Hof**

Mühltdamm 18  
95028 Hof  
Telefon: 09281/1441666  
reha-service-hof@t-online.de  
www.reha-service-hof.de

### **reha team Nordbayern-Filiale Hof**

Eppenreuther Str. 9, 95032 Hof  
Telefon: 09281/790647  
www.rehateam-nordbayern.de  
hof@rehateam-nordbayern.de

### **reha team Nordbayern-Filiale Münchberg**

Lindenstr. 17, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/96188  
www.rehateam-nordbayern.de  
muenchberg@rehateam-nordbayern.de

### **reha team Nordbayern-Filiale Schwarzenbach**

Thiemitztalstr. 6, 95131 Schwarzenbach am Wald  
Telefon: 09251/96188  
www.rehateam-nordbayern.de  
schwarzenbach@rehateam-nordbayern.de

### **Saniklick Hof**

Wunsiedler Str. 59, 95032 Hof  
Telefon: 09281/819220  
www.saniklick.de  
hof@saniklick.de

### **Saniklick Rehatechnik**

Talstr. 18-20, 95189 Köditz  
Telefon: 09281/3633  
www.saniklick.de  
rehatechnik@saniklick.de

### **Saniklick Stomazentrum**

Talstr. 18-20, 95189 Köditz  
Telefon: 09281/3633  
www.saniklick.de  
stomazentrum@saniklick.de

### **Sanitätshaus & Rehatechnik Schuhmann & Landstorfer GmbH**

Martinsberger Str. 8, 95119 Naila  
Telefon: 09282/984688  
www.rehatechnik-sl.de  
naila@rehatechnik-sl.de

**Sperschneider Sanitätshaus GmbH**  
Königstr. 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7779777  
www.sperschneider-hof.de  
info@sperschneider-hof.de

**Sperschneider Sanitätshaus GmbH**  
Ludwigstr. 8, 95028 Hof  
Telefon: 09281/840844  
www.sperschneider-hof.de  
info@sperschneider-hof.de

**Sperschneider Sanitätshaus GmbH**  
Kronacher Str. 19, 95119 Naila  
Telefon: 09282/5784  
www.sperschneider-hof.de  
ladennaila@sperschneider-hof.de

## Orthopädienschuh-Technik

**Anton Hager KG**  
Orthopädienschuhtechnik  
Friedrichstraße 18  
95028 Hof  
Telefon: 09281 / 3384  
hager-hof@t-online.de

**Sens Orthopädie Schuhtechnik**  
Bismarckstr. 53  
95028 Hof  
Telefon: 09281/2960  
<https://www.orthopaedie-sens.de/>  
info@orthopaedie-sens.de

**Orthopädie-Schuhtechnik Thomas SchöNZart**  
Ludwigstr. 8, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/1669  
www.ortho-schöNZart.de  
info@ortho-schöNZart.de

## Wundmanagement

Die Wundbehandlung oder das Wundmanagement ist die Beurteilung, Reinigung und Versorgung von Wunden.

**Reha Service Hof**  
Mühldamm 18  
95028 Hof  
Telefon: 09281/1441666  
reha-service-hof@t-online.de  
www.reha-service-hof.de

**Saniklick Stomazentrum**  
Talstr. 18-20, 95189 Köditz  
Telefon: 09281/3633  
www.saniklick.de  
stomazentrum@saniklick.de

**Wundmanagement Gabi Weigold**  
Triffeldstr. 5, 95182 Döhlau  
Telefon: 09286/9543914  
info@wgv-hof.de  
www.wgv-hof.de

## Orthopädietechnik · Rehatechnik · Sanitätsfachhandel · Home Care

Ihr regionaler Partner für  
**Treppenlifte**

Kostenloses Angebot  
und Beratung bei Ihnen  
zu Hause – Förderungen  
möglich



**Kranken- und  
Pflegebetten**

Von der individuellen  
Beratung in Ihrem Wohn-  
umfeld bis zur Aufstellung  
und Wartung – alles für  
die Pflege daheim



09281 777 9 777  
www.sperschneider-hof.de

Jetzt  
Termin  
verein-  
baren!

Sanitätshaus  
**Sperschneider**  
Hof - Selb - Naila



**SAPV  
PALLIATIVNETZ**  
IM DREILÄNDERECK

# TEAM

## ÄRZTETEAM



**Dr. Annette Stoidner-Amann**  
Ärztliche Leitung, Prakt. Ärztin,  
Palliativmedizinerin, Psycho-  
onkologin, Ethikberaterin (AEM),  
Trauerbegleiterin



**Michaela Hagen-Mey**  
Internistin, Altersmedizinerin,  
Palliativmedizinerin,  
stellv. ärztliche Leitung



**Dr. Christian Schröfl**  
FA für Innere Medizin,  
Palliativmediziner



**Dr. Libuscha Leykauf**  
FA für Allgemeinmedizin,  
Palliativmedizinerin

## PFLEGETEAM



**Gabriele Hüfner**  
Exam. Krankenschwester,  
Fachkraft für Gerontopsychiatrie  
und Palliativ-Care, Ethikberaterin,  
Pflegerische Leitung



**Bianca Thiel**  
Exam. Altenpflegerin,  
Palliativ-Care Fachkraft,  
Pain Nurse, Trauerbegleiterin,  
stellv. pflegerische Leitung



**Martin Möschwitzer**  
Exam. Krankengfeger,  
Palliativ-Care Fachkraft



**Manuel Lingen Marin**  
Exam. Gesundheits-  
und Krankenpfleger,  
Palliativ-Care Fachkraft



**Marco Wurzbacher**  
Gesundheits- u. Krankenpfleger,  
Palliativ-Care Fachkraft,  
Pain Nurse



**Judith Pößnecker**  
Exam. Krankenschwester,  
Aromaexpertin, Pain Nurse,  
Palliativ-Care Fachkraft



**Annett Müller**  
Fachkinderkrankenschwester,  
Palliativ-Care Fachkraft,  
Praxisanleiterin



**Annemarie Sochor-Dellian**  
Exam. Krankenschwester,  
Palliativ-Care Fachkraft

## HINTER DEN KULISSEN



**Julia Baier**  
Verwaltungsfachkraft





Foto: unsplashPlus

## Hospiz- und Palliativversorgung

Im Mittelpunkt der Hospiz- und Palliativversorgung im Hofer Land steht der schwerstkranke oder sterbende Mensch mit seiner Familie und Freunden. Ziel ist die Lebensqualität und die Selbstbestimmung von Menschen in der letzten Lebensphase so weit wie möglich zu erhalten, zu fördern und zu verbessern. Unterstützung erhalten Sie durch folgende Einrichtungen und Dienste.

### Ambulante Hospizarbeit und Hospizmobil

Die ambulante Hospizarbeit wird durch Hospizvereine kostenfrei für Sie organisiert und durch hauptamtliche Koordinatoren verantwortet. Die Begleitung von schwerkranken sterbenden Menschen und deren Angehörigen wird von geschulten Ehrenamtlichen geleistet. Die ehrenamtlichen Hospizbegleiter werden dort eingesetzt, wo sie gebraucht werden. Sie kommen nach Hause, in stationäre Einrichtungen (z.B. Seniorenheime), in Kliniken und auch ins stationäre Hospiz. Sie sind bereit zum Zuhören, Dasein und Reden. Die ambulanten Hospizdienste bieten fachkundige Beratung, auch für An- und Zu-

gehörige, über die spezifischen Möglichkeiten der palliativen Versorgung für Schwerstkranke und Sterbende. Sie beraten zur Patientenverfügung und organisieren regionale Angebote der Trauerbegleitung (Beratung und Gruppenangebote). Die Hospizvereine bieten thematische Veranstaltungen an und ermutigen und befähigen Menschen sich mit der eigenen Endlichkeit auseinander zu setzen und ihre Angehörigen bis zum Lebensende zu begleiten (z.B. Letzte-Hilfe-Kurs). Ihre Ansprechpartner im Hofer Land sind der Hospizverein Hof e.V. sowie der Hospizverein Frankenwald e.V.

Darüber hinaus organisiert das BRK Hof mit dem Herzenswunschemobil Krankentransporte, die nicht von den Krankenkassen übernommen werden. Im Radius einer eintägigen Reise können Patienten so z. B. an Familienfeiern teilnehmen, den eigenen Garten und die ehemalige Wohnstätte oder Konzerte und Veranstaltungen besuchen. Mitfahren kann entweder ein Angehöriger oder ein ehrenamtlicher Hospizbegleiter. Für Patienten fallen keine Kosten an, das Projekt finanziert sich aus Spendenmitteln.

**Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst**  
Hospizverein Hof e.V.  
Münch-Ferber-Str. 1, 95028 Hof  
Telefon: 0173/3531109  
www.hospizverein-hof.de  
hospizvereinhof@yahoo.de  
Einzugsgebiet: Stadt und Landkreis Hof

**Hospizverein Frankenwald e.V.**  
Ambulanter Hospizdienst  
Kronacher Str. 31, 95119 Naila  
Telefon: 0151/57830427  
www.hospizverein-frankenwald.de  
info@hospizverein-frankenwald.de  
Einzugsgebiet: westlicher Landkreis Hof

**Herzenswunsch Hospizmobil  
BRK Kreisverband Hof**  
Wünsche erfüllen am Lebensende  
Ernst-Reuter-Str. 66b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/629317  
www.kvhof.brk.de  
info@kvhof.brk.de

## Stationäres Hospiz

Ein stationäres Hospiz ist eine vollstationäre Einrichtung für schwerkranke und sterbende Menschen und deren Angehörige. Die Selbstbestimmung und ein würdevolles Sterben stehen im Mittelpunkt. Ist eine Versorgung zu Hause z.B. auf Grund Ihrer Wohnsituation oder Ihres familiären Umfeldes nicht möglich, oder wenn Sie die Sicherheit benötigen, dass immer jemand in unmittelbarer Reichweite ist, können Sie sich an Ihren behandelnden Arzt oder den Sozialdienst der Kliniken wenden und die weiteren Möglichkeiten besprechen.

In ein stationäres Hospiz aufgenommen werden alle erwachsenen Menschen unabhängig von Alter, Nationalität und Religion, die eine Krankheit haben, welche unheilbar und weiter fortschreitend verläuft. Die Hospiznotwendigkeit wird von einem Arzt (Hausarzt/Klinikarzt) festgestellt. Um die weiteren Schritte (z.B. Anträge bei Kranken- und Pflegekassen) kümmert sich das Hospiz. Interessierte können sich jederzeit vor Ort informieren und das Haus nach vorheriger telefonischer Absprache besuchen.

Allein die persönliche Bedürftigkeit, nicht die finanzielle Situation, entscheidet über die Aufnahme im Hospiz. Der Gast selbst hat keine Zuzahlungen zu leisten.

**Diakoniewerk Martinsberg e.V.**  
Hospiz Naila  
Neulandstr. 12, 95119 Naila  
Telefon: 09282/963810  
www.dw-martinsberg.de  
info@hospiz-naila.de  
pdl@hospiz-naila.de

## Palliativstation

Palliativstationen sind eigenständige, an ein Krankenhaus angebundene oder integrierte Stationen, die sich u.a. in der Gestaltung und Atmosphäre vom herkömmlichen Krankenhausbetrieb unterscheiden. Patienten mit einer weit fortgeschrittenen unheilbaren Erkrankung, bei denen schwere Symptome (z.B. Schmerzen, Luftnot, Übelkeit) oder auch psychische Belastungen bestehen, werden dort stationär aufgenommen und durch ein multiprofessionelles Team versorgt. Das Ziel ist es, den Patienten bei ausreichender Symptomlinderung wieder nach Hause oder eine stationäre Einrichtung, wie z.B. ein Hospiz zu entlassen. Die Aufnahme erfolgt durch telefonische Anmeldung des behandelnden Arztes, des Patienten oder deren Angehörige in Absprache mit der Palliativstation. Ein Einweisungsschein ist nicht zwingend erforderlich. Übernahmen innerhalb des Krankenhauses erfolgen über einen Konsiliardienst. Der Aufenthalt auf einer Palliativstation ist meist zeitlich begrenzt und wird von den Krankenkassen finanziell getragen.

**Sana Klinikum Hof - Palliativstation**  
Eppenreuther Str. 9, 95032 Hof  
Telefon: 09281/98-2524  
www.sana.de/hof  
skh-palliativstation@sana.de

Unser interdisziplinäres und multiprofessionelles Team besteht aus Ärzten und Pflegekräften, Sozialarbeitern, Physio- und Ergotherapeuten, Seelsorgern und Psychologen. Das Team erfährt Unterstützung durch ehrenamtliche Helfer des Hospizvereins Hof.

Unser Angebot: umfassende medizinische und pflegerische Betreuung, multimodale Schmerztherapie, Linderung von Beschwerden, wie Übelkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit und Atemnot, Behandlung seelischer Probleme, wie z. B. Angst und Depressionen, Kommunikation und Gesprächstherapie für Patienten, Seelsorgerische Betreuung, Begleitung und Unterstützung von Angehörigen, Planung und Vorbereitung



Foto: © Schwarzenbach-Fotografie

Palliativ-Station Sana Klinikum Hof

der häuslichen Weiterversorgung oder Verlegung in ein Hospiz, Komplementärpflege mit ätherischen Ölen.

Die Aufnahme erfolgt durch telefonische Anmeldung des Patienten, der Angehörigen oder der behandelnden Ärzte in Absprache mit der Palliativstation.

## **SAPV – Spezialisierte ambulante Palliativversorgung**

Ein SAPV-Team besteht aus speziell ausgebildeten Ärzten und Pflegekräften (unterstützt durch Therapeuten, Hospizbegleitern, Seelsorgern usw.). Diese stehen rund um die Uhr für die häusliche Begleitung der schwerkranken und sterbenden Menschen und deren Angehörigen bereit. Im Erstgespräch werden die aktuelle Erkrankungssituation und individuelle Bedürfnisse erörtert. Welche therapeutischen Maßnahmen zum Tragen kommen, wird mit dem Erkrankten, den Angehörigen und dem behandelnden Hausarzt abgestimmt. Ziel ist es, eine Situation zu schaffen, in der die Begleitung des Patienten mit dessen Angehörigen möglichst lange in seiner gewohnten Umgebung sichergestellt werden kann. Die Leistung kann auch ambulant begleitend in einer stationären Pflegeeinrichtung erbracht werden. Die SAPV ist von einem Vertrags- oder Klinikarzt zu verordnen. Der Krankenhausarzt kann die Verordnung jedoch nur für

7 Tage ausstellen, niedergelassene Vertragsärzte für maximal 30 Tage. Besteht danach weiterhin ein SAPV-Bedarf beim Patienten, können weitere Folgeverordnungen ausgestellt werden. Kostenträger ist die Krankenkasse. Der Patient muss keine Zuzahlung leisten.

### **SAPV Palliativnetz im Dreiländereck GmbH**

*Annett Müller*

Postberg 2, 95182 Döhlau/Kautendorf

Telefon: 09283/8833995

[www.palliativnetz.bayern](http://www.palliativnetz.bayern)

[info@palliativnetz.bayern](mailto:info@palliativnetz.bayern)

Einzugsgebiet: Stadt und Landkreis Hof, Landkreis Wunsiedel

### **SAPV Team Hochfranken**

Lessingstr. 4, 95028 Hof

Telefon: 09281/549380

[www.sapv-hochfranken.de](http://www.sapv-hochfranken.de)

[info@sapv-hochfranken.de](mailto:info@sapv-hochfranken.de)

Einzugsgebiet: Stadt und Landkreis Hof, außer Bad Steben, Lichtenberg, Naila, Schauenstein, Schwarzenbach am Wald, Selbitz

### **Sozialstiftung Bamberg - SAPV Stützpunkt Naila**

Hofer Str. 45, 95119 Naila

Telefon: 09282/9638485

[www.sozialstiftung-bamberg.de](http://www.sozialstiftung-bamberg.de)

[sapv@sozialstiftung-bamberg.de](mailto:sapv@sozialstiftung-bamberg.de)

Einzugsgebiet: Bad Steben, Geroldsgrün, Issigau, Lichtenberg, Naila, Schauenstein, Schwarzenbach am Wald, Selbitz

## **Ethikberatung**

### **Ambulante Ethikberatung für Hochfranken e.V.**

*Gabi Weigold*

Heiligengrabstr. 60, 95028 Hof

Telefon: 0176 21299107

[www.ethikberatung-hochfranken.de](http://www.ethikberatung-hochfranken.de)

[info@ethikberatung-hochfranken.de](mailto:info@ethikberatung-hochfranken.de)

Jeder Mensch hat ein Recht auf ein Sterben unter würdigen Bedingungen. Die Ethikberatung moderiert ethische Fragestellungen. Dies dient dem Zweck einer gemeinsamen Entscheidungsfindung über das zukünftige Vorgehen und fördert die Kommunikation zwischen Patienten und Angehörigen sowie mit bzw. zwischen unterschiedlichen Berufsgruppen.



Foto: Landkreis Hof



Foto: Landkreis Hof

## Mobil im Hofer Land

### Im Hofer Land unterwegs

Mobilität bedeutet Lebensqualität. Während in größeren Städten und Ballungsräumen, der öffentliche Personennahverkehr (ÖPNV) stark ausgebaut ist, ist Mobilität ohne eigenes Auto auf dem Land noch keine Selbstverständlichkeit.

Das Hofer Land entwickelt daher ein flächendeckendes, leicht zugängliches ÖPNV-Angebot. Mit dem Angebot auf Schienen den Regionalbuslinien und dem Hofer Landbus verfügt das Hofer Land bereits über ein dichtes Haltestellenetz und Fahrtmöglichkeiten von früh bis spät während der ganzen Woche.

#### **Ihr Ansprechpartner im Landkreis Hof für Fragen zum ÖPNV:**

Michael Stumpf, Telefon 09281/57425, Email: [oePNV@landkreis-hof.de](mailto:oePNV@landkreis-hof.de)

#### **Kontakt für Fragen in der Stadt Hof zum ÖPNV:**

Telefon 09281/815-0, Email: [post@stadt-hof.de](mailto:post@stadt-hof.de)

# Verkehrsverbund Großraum Nürnberg (VGN) – Tarif und Fahrpläne

Die Stadt und der Landkreis Hof sind seit dem 01.01.2024 Mitglied der Verkehrsgemeinschaft Großraum Nürnberg (VGN). Damit wurden die Fahrkarten und Tarife von Bussen und Bahnen vereinheitlicht und der Zugang zu einem der flächengrößten Verkehrsräume Deutschlands geschaffen. Von Hof bis Ansbach, von Coburg bis Weißenburg-Gunzenhausen gilt nun ein einheitlicher Fahrschein und Tarif.

## Verbundgebiet 2024

Stand: 13.12.2023

### Legende:

- Fürth kreisfreie Stadt
- FÜRTH Landkreis
- EICHSTÄTT\* Landkreis nicht in den Verbundgrenzen vertreten
- SONNEBERG\* nur Bahnhof Sonneberg Hbf im VGN integriert
-  Schienenstrecken innerhalb VGN
-  Schienenstrecke außerhalb VGN
-  Landkreisgrenze
-  Verbundgebiet



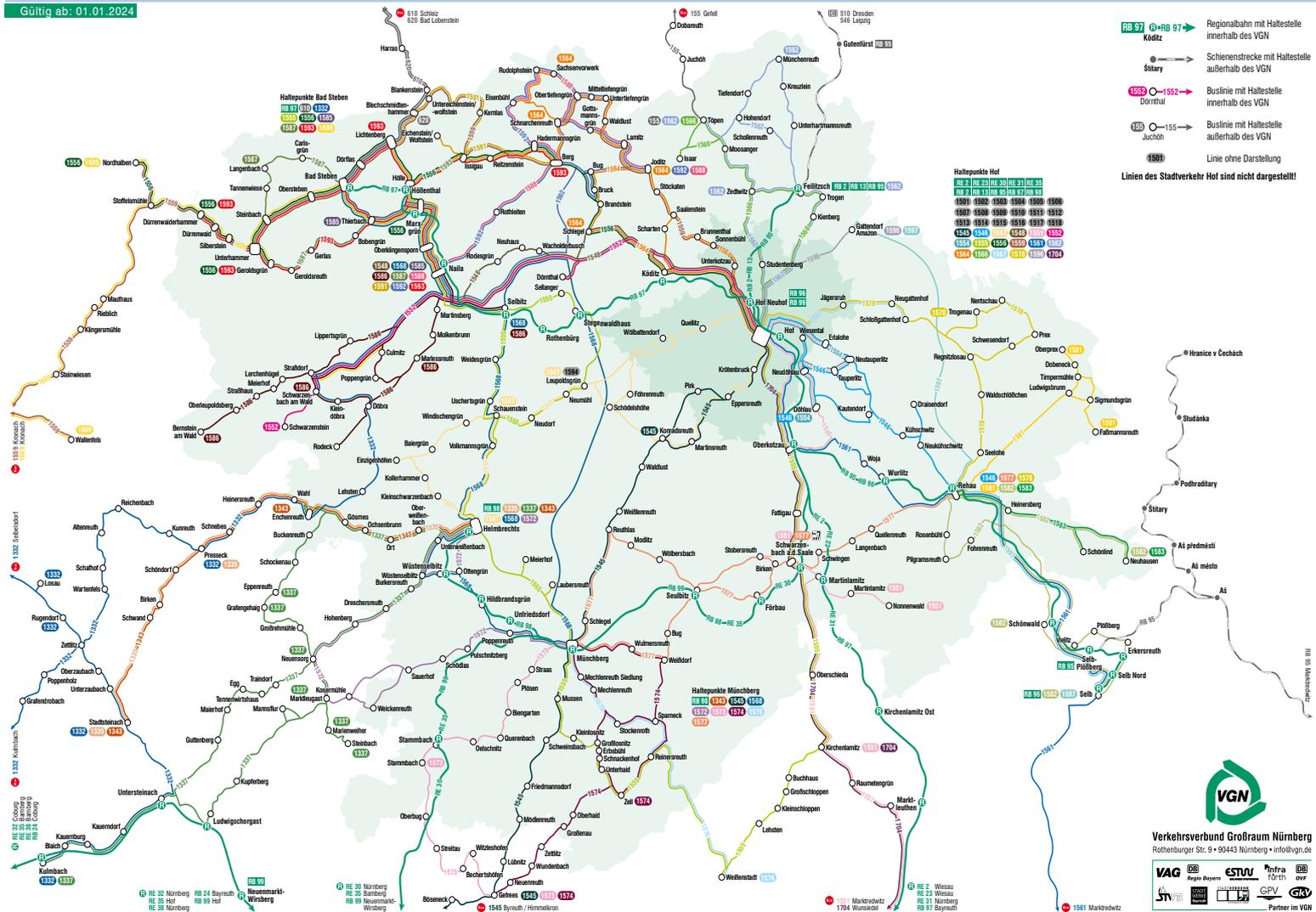
Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

# Linienetz Landkreis und Stadt Hof

## Linienetz

### Landkreis und Stadt Hof

Gültig ab: 01.01.2024



Informationen zu Fahrplänen und Tarifen sowohl für die Stadt, als auch den Landkreis Hof finden Sie unter:

<https://www.vgn.de/>  
<https://www.vgn.de/service/mobilitaetsberater/>

oder unter

[www.bahn.de](http://www.bahn.de)  
<https://bahnland-bayern.de>

Weiterhin bietet der VGN ein interessantes Angebot an Freizeittipps:

<https://www.vgn.de/freizeit/>

Die Fahrpläne in Papierform sind weiterhin im Landratsamt, in den Rathäusern und an den üblichen Stellen erhältlich.

## Hofer Landbus

Der Hofer Landbus erweitert als Verkehrssystem des Landkreises Hof den Bus- und Bahnverkehr in unserer Region. Er erschließt in der Fläche auch kleinste Ortsteile und schafft für alle Kommunen ein innerörtliches ÖPNV-Angebot.



Aktuell steht das Angebot des Hofer Landbus in den Gemeinden Bad Steben, Berg, Döhlau, Feilitzsch, Gattendorf, Geroldsdgrün, Helmbrechts, Issigau, Köditz, Konradsreuth, Leupoldsgrün, Lichtenberg, Naila, Oberkotzau, Rehau, Regnitzlosau, Schauenstein, Schwarzenbach a.d. Saale, Schwarzenbach am Wald, Selbitz, Töpen und Trogen zur Verfügung. Es ist geplant das Angebot auf den gesamten Landkreis Hof auszudehnen.

Der Hofer Landbus verfügt über ein enges Haltestellennetz - auch in Ihrer Nähe. Statt eines Fahrplanes fragen Sie die Fahrt über die App „Hofer LandBus“ an. Diese teilt Ihnen mit, wann ein Fahrzeug die gewünschte Haltestelle anfährt. Vorausbuchungen sind ebenfalls möglich. In diesem Fall können Sie den Hofer Landbus zur gewünschten Zeit zwischen den ausgewählten Haltestellen nutzen. Sie finden die Hofer LandBus-App in den Appstores von Apple und Google.

### Die App bietet viele Vorteile:

- > Anzeige der Haltestellenposition
- > Stets aktualisierte Schätzung der Ankunftszeit
- > Hinterlegen der Nutzerdaten
- > Zielauswahl per Karte
- > Vorausbuchung

Fahrten können auch telefonisch gebucht werden.

Der Hofer Landbus ist Montag bis Sonntag von 6.00 Uhr bis 23.00 Uhr telefonisch unter der **Telefon-Nr.: 0800/7703300** erreichbar.

Eine Fahrt kostet aktuell (Januar 2025), streckenunabhängig, 3,00 €. Dabei ist es egal, welche Strecke zurückgelegt wird. Für Kinder unter 6 Jahren und Fahrgäste mit Behindertenausweis und Wertmarke G ist die Fahrt kostenfrei. Im Jahr 2025 wird der Hofer Landbus in das Tarifsystem des VGN integriert. Dann gelten die Preise des VGN auch im Hofer Landbus. Sämtliche Fahrkarten des VGN und das Deutschland-Ticket werden bereits jetzt im Hofer Landbus anerkannt.

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.hofer-landbus.de](http://www.hofer-landbus.de)





## Anruf-Sammel-Taxi (AST)

Anruf-Sammel-Taxis fahren nur nach vorheriger telefonischer Fahrtwunschanmeldung.

### AST der Stadtwerke Münchberg

Fahrtwunschanmeldung unter Telefon: 09251/2220. Das AST Münchberg bedient flächendeckend das gesamte Stadtgebiet von Münchberg und alle Ortsteile. Weitere Informationen erhalten sie bei den Stadtwerken Münchberg unter Telefon: 09251/9918-27 [www.stadtwerke-muenchberg.de/verkehr/anruf-sammel-taxi](http://www.stadtwerke-muenchberg.de/verkehr/anruf-sammel-taxi)

### AST Schwarzenbach am Wald

Das AST Schwarzenbach am Wald stellt die Anbindung von Schwarzenbach am Wald an die Stadt Hof und zurück sicher. Das AST Schwarzenbach am Wald verkehrt Montag bis Sonntag. Fahrten mit dem AST Schwarzenbach am Wald müssen mindestens 90 Minuten vor Fahrtbeginn unter Telefon: 09281/7795715 angemeldet werden. [www.landkreis-hof.de/file/2021/12/09\\_Hof\\_SchwarzenbachW\\_Kronach2022.pdf](http://www.landkreis-hof.de/file/2021/12/09_Hof_SchwarzenbachW_Kronach2022.pdf)

## Bürgerbusse

Eine Besonderheit im Landkreis Hof sind die, größtenteils von ehrenamtlichen Fahrern bedienten, Bürger- und Citybusse.

### Stadt Helmbrechts

Der Citybus Helmbrechts fährt innerstädtisch dienstags, donnerstags und freitags (außer an Feiertagen). Während der Sommersaison vom 01. April bis zum 31. Oktober fährt der Citybus zudem Mittwochvormittags. Feiertage sind ausgenommen.

Tageskarte: 2,00 €.

Menschen mit Behinderung fahren kostenlos. <https://stadt-helmbrechts.de/leben-wohnen/citybus>

Ansprechpartner: Stadt Helmbrechts, Herr Seifert, Telefon 09252 701-23

### Gemeinde Leupoldsgrün

Der Bürgerbus der Gemeinde Leupoldsgrün fährt Dienstagnachmittag nach Selbitz und Donnerstagvormittag nach Konradsreuth. Feiertage sind ausgenommen.

Einfache Fahrt 1,00 € Tagesticket 2,00 €

Menschen mit Behinderung fahren kostenlos. <https://www.leupoldsgruen.de/rathaus/buergerbus>

Ansprechpartner: Gemeinde Leupoldsgrün, Telefon 09292 415

## Markt Oberkotzau

Der Bürgerbus Oberkotzau fährt Dienstagvormittag und Donnerstagvormittag. Feiertage sind ausgenommen.

Die Mitfahrt ist kostenlos. <https://oberkotzau.de/leben/buergerbus/>

Ansprechpartner: Markt Oberkotzau,  
Herr Hopperdietzel, Telefon: 09286 941-21

## Stadt Schwarzenbach a.d. Saale

Fahrten finden innerstädtisch immer Dienstag und Donnerstag und zu den Außenorten freitags statt. Feiertage sind ausgenommen.

Einfache Fahrt 1,00 €

Tageskarte 2,00 €

Menschen mit Behinderung fahren kostenlos.

<https://www.schwarzenbach-saale.de/der-schwarzenbacher-buergerbus/>

Ansprechpartner: Stadt Schwarzenbach a.d. Saale, Herr Opitz, Telefon: 09284 933-39

## Stadt Selbitz

Fahrten finden dienstags ganztägig und freitags am Vormittag innerhalb der Stadt statt. Feiertage sind ausgenommen.

Einfache Fahrt 1,00 € Tageskarte 2,00 €

Menschen mit Behinderung fahren kostenlos.

<https://www.selbitz.de/seite/236582/buergerbus.html>

Ansprechpartner: Stadt Selbitz, Frau Dannat,  
Telefon: 09280 60-26

## Mobil in der Stadt Hof

Die Bus- und Bahnfahrpläne der Stadt Hof finden sie unter:

<https://www.vgn.de/netz-fahrplaene/li-nien/>

Hier können Sie die Stadt Hof auswählen.

oder

<https://www.hof.de/bauen-wirtschaft/verkehr/oeffentlicher-personennahverkehr-oepnv>

<https://www.stadtwerke-hof.de/bus>

In der Stadt Hof gilt der VGN Tarif.

Ansprechpartner: Stadtwerke Hof,  
Telefon: 09281/812-600

## EgroNet – Mit einem Ticket vier Regionen entdecken

Das EgroNet verbindet Sachsen, Thüringen, Bayern und Böhmen. Das gleichnamige Ticket ermöglicht Fahrten über die Grenzen von Verkehrsverbänden und Nationen hinaus. Bis zu fünf Personen können mit dem EgroNet Tagesticket zusammen zum Vierländereck reisen. Einen Tag lang können Zug, Bus und Straßenbahn in der EgroNet-Region genutzt werden. Das Ticket kostet für eine Person 30,00 €, jede weitere Person (bis maximal 5 Reisende) zahlt 8,00 € zu. Pro Ticket können zusätzlich drei Kinder zwischen 6 und 14 Jahren kostenlos mitgenommen werden. Das Ticket eignet sich beispielsweise für Ausflüge nach Plauen, Zwickau, Gera, Karlovy Vary oder Cheb.

Weitere Informationen unter [www.egronet.de](http://www.egronet.de)

Preisstand Januar 2025



Foto: Müller Fotosatz&Druck, Selbitz  
Kurpark Bad Steben



Foto: www.agewithoutlimits.org

## Finanzielle Hilfen von A bis Z

### Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren

Wer einkommensabhängig bestimmte Sozialleistungen bezieht, kann sich vom Rundfunkbeitrag befreien lassen.

Wenn Sie bestimmte Sozialleistungen wie zum Beispiel Grundsicherung oder Bürgergeld (früher Arbeitslosengeld II) erhalten, können Sie sich von der Rundfunkbeitragspflicht befreien lassen. Der Antrag kann online ausgefüllt, ausgedruckt, unterschrieben und mit den erforderlichen Nachweisen an den Beitragsservice geschickt werden. Das Formular erhalten Sie auch bei den zuständigen Behörden der Städte und Gemeinden.

**Wichtig:** Bitte stellen Sie keinen Antrag, wenn der erforderliche Nachweis noch nicht vorliegt. Eine Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht kann bis zu drei Jahren rückwirkend gewährt werden.

Für die **Befreiung** von der Rundfunkbeitragspflicht eignet sich eine **gut lesbare Kopie** eines der folgenden Dokumente:

- > Bescheinigung der Behörde
- > Bewilligungsbescheid

Es ist zwingend notwendig, dass aus den Nachweisen **alle** der folgenden Voraussetzungen ersichtlich sind:

- > Name des Leistungsempfängers
- > Welche Leistung gewährt wird
- > Leistungszeitraum

Informationen dazu finden Sie hier:

[www.rundfunkbeitrag.de](http://www.rundfunkbeitrag.de)

Telefon: 01806 999 555 10\* (\*20 Cent pro Anruf aus allen deutschen Netzen)

Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio, 50656 Köln

## Eintrittskartenermäßigung

Für Rentnerinnen, Rentner und Menschen mit Schwerbehindertenausweis gibt es häufig Eintrittskartenermäßigungen gegen Vorlage des jeweiligen Ausweises. Auch Begleitpersonen können von Vergünstigungen profitieren. Fragen Sie einfach bei den Veranstaltungen oder an den Kassen nach.

## Entsorgungskosten Abfall

Der Landkreis Hof bietet für an Inkontinenz leidenden Personen die kostenfreie Abholung von „Windelsäcken“ an. Nach Vorlage eines ärztlichen Attestes und Antrag beim Landratsamt erhalten Sie einen Berechtigungsschein. Mit diesem können Sie zusätzliche Abfallsäcke (max. 12 Stück/Jahr) gebührenfrei bei Ihrer Gemeinde bzw. im Landratsamt abholen.

Anträge hierzu erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde oder online beim Landratsamt:  
Abfallbeseitigung Telefon: 09281/57-499  
E-Mail: [abfallbeseitigung@landkreis-hof.de](mailto:abfallbeseitigung@landkreis-hof.de)  
[www.landkreis-hof.de](http://www.landkreis-hof.de)

## Gebrauchtwaren

### BRK-Kleiderladen

Jaspisstein 17, 95028 Hof  
Telefon: 09281/6293-0  
E-Mail: [info@kvhof.brk.de](mailto:info@kvhof.brk.de)

### Caritas Store Second Chance / Kleiderkammer

Bayreuther Straße 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/140170  
E-Mail: [info@caritas-hof.de](mailto:info@caritas-hof.de)

### Hilfswerk der Diakonie Hochfranken - Diakonie am Park

Sophienstraße 18 a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/59535-10  
E-Mail: [info@diakonie-hochfranken.de](mailto:info@diakonie-hochfranken.de)

### Integra Hof gGmbH

Leimitzer Straße 62, 95028 Hof  
Telefon: 09281/140797-0  
E-Mail: [post@integra-hof-ggmbh.de](mailto:post@integra-hof-ggmbh.de)



Foto: [www.agewithoutlimits.org](http://www.agewithoutlimits.org)

### Rappelkiste - der Kinderladen

Jaspisstein 17, 95028 Hof oder Ernst-Reuter-Straße 66 b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/62930  
E-Mail: [info@kvhof.brk.de](mailto:info@kvhof.brk.de)

### Zweitwerk der Diakonie Hochfranken

Schollenteichstraße 34, 95032 Hof  
Telefon: 09281/59535-20  
E-Mail: [zweitwerk@diakonie-am-campus.de](mailto:zweitwerk@diakonie-am-campus.de)

## Kulturloge Diakonie Hochfranken

Erleben Sie kostenlos Theater, Konzerte, Kino oder eine Lesung. Die Kulturloge vermittelt Ihnen Karten für interessante Veranstaltungen. Alles, was dafür nötig ist, ist eine Anmeldung als Kulturgast.

### Kulturloge Hof

Theresienstraße 3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/837-563  
E-Mail: [melanie.marsango@diakonie-hochfranken.de](mailto:melanie.marsango@diakonie-hochfranken.de)

## Telefongebührenermäßigung

Die Telefongebührenermäßigung muss schriftlich bei der Telekom beantragt werden: unter Vorlage des Antrags, des BAföG-Bescheids, des Schwerbehindertenausweises, des Feststellungsbescheids des Versorgungsamts und/oder einer Bescheinigung der Rundfunkbeitragsbefreiung oder -ermäßigung des ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice.

Telekom Deutschland GmbH  
<https://www.telekom.de/kontakt>  
Telefon: 0800 33 01000

Eine Ermäßigung der Telefongebühren erhalten bestimmte Personen (z.B. schwerbehinderte Menschen mit dem Merkzeichen RF) bei der Telekom (sog. Sozialtarif).

Eine Vergünstigung in Höhe von **6,94 € netto** (Sozialtarif 1) erhalten Personen,

- > die wegen verminderter Erwerbsfähigkeit oder geringem Einkommen vom Rundfunkbeitrag befreit sind oder Anspruch auf einen ermäßigten Rundfunkbeitrag haben (Näheres unter <https://www.betanet.de/rundfunkbeitrag-befreiung-ermaessigung.html>).
- > die einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen RF besitzen.
- > die BAföG-Leistungen beziehen.

Eine Vergünstigung in Höhe von **8,72 € netto** (Sozialtarif 2) erhalten Personen,

- > die blind, gehörlos oder sprachbehindert sind und einen GdB von mindestens 90 haben.
- > die mit einem Angehörigen, der diese Voraussetzungen erfüllt, in einem Haushalt leben.



Foto: [www.agewithoutlimits.org](http://www.agewithoutlimits.org)

## Tafeln

Die „Tafeln“ versorgen bedürftige Menschen mit Lebensmitteln und Waren des täglichen Bedarfs. Berechtigt sind grundsätzlich Bezieher von Arbeitslosengeld II sowie von Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung. In weiteren Fällen gibt es eine Einzelfallprüfung.

### **Ausgabestelle „Die Hofer Tafel e. V.“ in Hof**

Jägerzeile 47, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1407860  
E-Mail: [info@die-hofer-tafel.de](mailto:info@die-hofer-tafel.de)  
[www.die-hofer-tafel.de](http://www.die-hofer-tafel.de)  
Ausgabezeiten: Samstag: 09:00 Uhr - 13:00 Uhr  
und 14:00 Uhr - 16:00 Uhr

### **Ausgabestelle „Die Hofer Tafel e. V.“ in Naila**

Ringstraße 14, Gemeindesaal der katholischen Kirche, 95119 Naila  
Telefon: 09281/1407860  
E-Mail: [info@die-hofer-tafel.de](mailto:info@die-hofer-tafel.de)  
[www.die-hofer-tafel.de](http://www.die-hofer-tafel.de)  
Ausgabezeiten: Mittwoch: 15:30 Uhr - 16:30 Uhr

### **Ausgabestelle „Die Hofer Tafel e. V.“ in Rehau**

Bahnhofstraße 16, 95111 Rehau  
Telefon: 09281/1407860  
E-Mail: [info@die-hofer-tafel.de](mailto:info@die-hofer-tafel.de)  
[www.die-hofer-tafel.de](http://www.die-hofer-tafel.de)  
Ausgabezeiten: Mittwoch: 15:00 Uhr - 17:00 Uhr

### **Ausgabestelle „Die Hofer Tafel e. V.“ in Schwarzenbach an der Saale**

Frankenstraße 8, Gleis 2, 95126 Schwarzenbach an der Saale  
Telefon: 09281/1407860  
E-Mail: [info@die-hofer-tafel.de](mailto:info@die-hofer-tafel.de)  
[www.die-hofer-tafel.de](http://www.die-hofer-tafel.de)  
Ausgabezeiten:  
Donnerstag: 15:30 Uhr - 16:30 Uhr

### **Tafel Münchberg (KASA)**

Ausgabestelle: Stammbacher Str. 34A, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/8993220  
<https://www.diakonie-muenchberg.de/muenchberger-tisch>  
Ausgabezeiten: Samstag von 14.15 Uhr - 16.00 Uhr (ausgenommen Feiertage)

### **Hofer Tiertafel**

Ludwigstraße 1, 95028 Hof  
Telefon: 01522/3278684  
E-Mail: [hofer-tiertafel@gmx.de](mailto:hofer-tiertafel@gmx.de)  
<https://www.hofer-tiertafel.de>  
Ausgabezeiten: Jeden dritten Samstag des Monats





Foto: istockphoto.com

## Zuzahlungsbefreiung bei Medikamenten und anderen medizinischen Leistungen

Wer im Jahr mehr als zwei Prozent des gesamten jährlichen Bruttoeinkommens für Zuzahlungen, zum Beispiel für Medikamente ausgeben muss, kann sich den zu viel gezahlten Betrag von seiner Krankenversicherung erstatten lassen. Auf Wunsch ist sogar eine Befreiung für das komplette nächste Kalenderjahr möglich. Bei einer chronischen Erkrankung (auch innerhalb der Familie) ist eine Reduzierung der Zuzahlungsgrenze auf ein Prozent des jährlichen Bruttoeinkommens möglich. Den Antrag können Sie direkt bei Ihrer Krankenkasse stellen.

Das bedeutet also: Liegen Ihre Ausgaben für Arzneimittel, stationäre Behandlungen, Heil- und Hilfsmittel oder häusliche Krankenpflege über der Belastungsgrenze, müssen Sie für den Rest des Jahres keine weiteren gesetzlichen Zuzahlungen mehr leisten.

Der Pflegestützpunkt Hofer Land informiert Sie gerne dazu:

**Kontakt:**

Berliner Platz 3, 95030 Hof

E-Mail: [pfligestuetzpunkt@leitstelle-pflege.de](mailto:pfligestuetzpunkt@leitstelle-pflege.de)

Telefon: 09281/546994999



Foto: Landkreis Hof



Foto: Landkreis Hof

## Aktiv im Hofer Land

Aktivität und Engagement sind für Senioren wichtiger denn je. Das Hofer Land bietet vielfältige Angebote zur Freizeitgestaltung. Es gibt zahlreiche Seniorenkreise und Begegnungsstätten, die sich über neue Mitglieder freuen. Wer aktiv sein will, kann zwischen den Angeboten zahlreicher Vereine sowie kirchlicher Einrichtungen wählen. Auch in den Bereichen Kultur und Weiterbildung herrscht ein reges Leben.

### Treffpunkte

Gesellige Stunden mit Gleichgesinnten, sportliche Aktivitäten, Weiterbildungsangebote, ehrenamtliches Engagement und spannende Hobbys sind aus dem Alltag der älteren Generation nicht mehr weg zu denken. Seniorenclubs und Begegnungsstätten, Seniorentreffen, Sing- und Tanzabende oder Seniorennachmittage sind nur ein paar Beispiele, um sich miteinander auszutauschen und soziale Kontakte zu knüpfen. Viele Treffpunkte für Seniorinnen und Senioren finden sich in Gemeinschaftszentren. Wer sein Leben bereichern und die freie Zeit besser nutzen möchte, kann derartige Angebote bei den Vereinen und Sozialträgern der Kommunen, der Kirchen oder der Sozialverbände erfragen. Bitte wenden Sie sich auch an die jeweiligen Ansprechpersonen, um die Termine, Örtlichkeiten und Aktivitäten zu erfahren.

#### **Diakonie Hochfranken Mehrgenerationenhaus Stadt Hof**

*Natalja Schaller*  
Sophienstr. 18a, 95028 Hof  
Telefon: 09281/540390578  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[natalja.schaller@diakonie-hochfranken.de](mailto:natalja.schaller@diakonie-hochfranken.de)

#### **Diakonie Hochfranken Mehrgenerationenhaus Landkreis Hof**

*Birgit Ertl*  
Maxplatz 12, 95111 Rehau  
Telefon: 09283/59240120  
[www.diakonie-hochfranken.de](http://www.diakonie-hochfranken.de)  
[birgit.ertl@diakonie-hochfranken.de](mailto:birgit.ertl@diakonie-hochfranken.de)

## **Projekt „WEGE miteinander“ der VHS Hofer Land**

*Anne Browa*

Ludwigstraße 7, 95028 Hof

Telefon: 09281/7145-0

[www.vhshoferland.de/wege](http://www.vhshoferland.de/wege)

[info@vhshoferland.de](mailto:info@vhshoferland.de)

Im Projekt finden Interessierte ein vielseitiges und kostenfreies Angebot. Dazu gehören VHS Smartphone-Stammtische, „Mensch-ärgere-dich-nicht“-Spiele-Runden, Spaziergänge und Exkursionen, Vorträge und vieles mehr. Das gemeinsame Ziel der Teilnehmenden ist es, Gemeinsamkeiten zu stärken und Einsamkeit zu verhindern.

## **Seniorenkreise, -clubs Stadt Hof**

### **Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft**

*Werner Bouse*

Büro EVG Hof: 09281/87355

[ov.nordostoberfranken@evg-mail.org](mailto:ov.nordostoberfranken@evg-mail.org)

### **Landmannschaft der Ost- und Westpreußen**

*Jutta Starosta*

Telefon: 09281/63655

[juttastarosta@gmx.de](mailto:juttastarosta@gmx.de)

monatliche Treffen im Jahnheim, Jahnstr. 5, 95030 Hof, mit kulturellen Beiträgen zu verschiedenen Themen, Jahresübersicht des Programms mit Terminen, Quartalsheft mit Informationen und Kulturbeiträgen

### **Seniorenclub der AWO Hof-Stadt**

*Rosemarie Kramer*

Telefon: 09281/40484

[www.awo-hof.de](http://www.awo-hof.de)

[rosemarie-kramer@t-online.de](mailto:rosemarie-kramer@t-online.de)

Treffpunkt 12.00 Uhr - donnerstags im Schützenhaus Jägersruh, wöchentliche Clubtreffen, einen Samstag im Monat Halbtagesfahrt 9.30 Uhr - 17.30 Uhr mit Einkehr und Musik

### **Senioren- und Behindertenkreis BRK**

*Beate König*

Telefon: 09281/6293-17

[www.kvhof.brk.de](http://www.kvhof.brk.de)

[info@kvhof.brk.de](mailto:info@kvhof.brk.de)

### **Seniorengruppe Feuerwehr**

*Joachim Klein*

Telefon: 09281/66266

[www.ffwhof.de](http://www.ffwhof.de)

[joa.klein@t-online.de](mailto:joa.klein@t-online.de)

### **Seniorengruppe Frankenwaldverein e.V.**

*Lothar Raithel*

Telefon: 09281/94857

[www.frankenwaldverein.de](http://www.frankenwaldverein.de)

[fwv-og-hof@t-online.de](mailto:fwv-og-hof@t-online.de)

### **Seniorengruppe Naturfreunde**

*Karl Schmalz*

Telefon: 09281/45449

[www.naturfreunde-hof.de](http://www.naturfreunde-hof.de)

[info@naturfreunde-hof.de](mailto:info@naturfreunde-hof.de)

### **Seniorentreff ABS St. Lorenz**

*Natalja Schaller*

*Alexandra Schmidt*

Telefon: 09281/87606

[www.lorenzkirche-hof.de](http://www.lorenzkirche-hof.de)

[abs@lorenzkirche-hof.de](mailto:abs@lorenzkirche-hof.de)

Offen für alle Bürger, ganz gleich ob sie einer Konfession oder Kirchengemeinde angehören

### **Seniorentreffs der Hospitalstiftung Hof**

*Elke Zuber*

Gabelsbergerstraße 81a, 95028 Hof

Christiansreuther Straße 27, 95032 Hof

Viktor-von-Scheffel-Straße 7, 95032 Hof

Telefon: 09281/8151356

Telefon: 0177/6532541

[www.hospitalstiftung-hof.de](http://www.hospitalstiftung-hof.de)

[elke.zuber@hospitalstiftung-hof.de](mailto:elke.zuber@hospitalstiftung-hof.de)

### **Senioren-Union**

*Esther Zwurtschek*

[esther.zwurtschek@csu-hof.de](mailto:esther.zwurtschek@csu-hof.de)

### **SPD-AG 60plus Stadt Hof**

*Peter Jakobi*

Telefon: 09281/71490

[www.spd-hof.de/partei/arbeitsgemeinschaften/ag60plus@spd-hof.de](http://www.spd-hof.de/partei/arbeitsgemeinschaften/ag60plus@spd-hof.de)

Informationsveranstaltungen, Besichtigungen, Vorträge und politische Bildung, Weihnachtsfeiern, Grillfeste

### Stiftungsfamilie Bahn-Sozialwerk

Heinrich Pöhland  
Telefon: 09281/7790537  
www.stiftungsfamilie.de  
bsw-os-hof@arcor.de  
Sprechzeiten am Dienstag und Freitag von  
09.00 Uhr - 11.00 Uhr

### Sudetendeutsche Landsmannschaft

Jochen Ulshöfer  
Telefon: 0179/6977826  
juhof@gmx.de

### ver.di-Senioren

Klaus Fritsch  
Telefon: 09281/79223  
https://oberfranken-ost.verdi.de  
ver.di-senioren-hof@kabelmail.de

## Kirchliche Seniorenkreise Stadt Hof

### Advent-Wohlfahrtswerk e.V. Helferkreis Hof

Detlef Reichelt  
Telefon: 09283/4136  
www.aww.info  
detlef.reichelt@gmx.de

### Ev. Seniorenkreis Auferstehungskirche Treff 65 plus

Telefon: 09281/51162  
www.auferstehungskirche-hof.de  
pfarramt.auferstehung.hof@elkb.de

### Ev. Seniorenkreis Christuskirche

Sabine Ultsch  
Pfarrer Martin Müller  
Telefon: 09281/93202  
www.christuskirche-hof.de  
pfarramt.christuskirche-hof@elkb.de

### Ev. Seniorenkreis Hospitalkirche Kaffeeklatsch in de Gerbergass

Gemeindereferentin Susanne Biegler  
Telefon: 0175 6066 944  
susanne.biegler@elkb.de  
Kaffeetrinken mit anschließendem  
Gottesdienstbesuch  
14-tägig im Seniorenhaus am Unteren Tor,  
Gerbergasse 4, Hof

### Ev. Seniorenkreis Kreuzkirche

Pfarrer Dr. Matthias Westerhoff  
Telefon: 09281/67343  
https://www.kreuzpunkt4.de  
pfarramt.kreuzkirche.hof@elkb.de  
Der Seniorenkreis findet unter ehrenamtlicher  
Leitung am zweiten Donnerstag im Monat um  
14.30 Uhr statt.

### Ev. Seniorenkreis Lutherkirche

Pfarrer Rainer Mederer  
Telefon: 09281/769110  
www.lutherkirche-hof.de  
pfarramt.lutherkirche.hof@elkb.de  
jeden 4. Donnerstag im Montag Gemeinde-  
nachmittag um 14:30 Uhr im Luthersaal

### Ev. Seniorenkreis St. Michaelis

Pfarrerinnen Anette Jahnel  
Telefon: 09281/3117  
www.st-michaeliskirche-hof.de  
anette.jahnel@elkb.de

### Evangelische Seniorenarbeit Dreieinigkeitskirche

Pfarrerinnen Andrea Setterhall-Fraunholz  
Telefon: 09281/92066  
www.dreieinigkeit-hof.de  
seniorenbegleitung.dreieinigkeit.hof@elkb.de  
Café-Nachmittage im Gemeindesaal mit unter-  
schiedlichen Themen

### Kath. Seniorenkreis St. Marien/St. Konrad

Irmgard Schiecke  
Telefon: 09281/960122  
https://bernhard-lichtenberg-hof.de/katholisch-  
in-hof/senioren  
irmgard.schiecke@gmx.de

### Kath. Seniorenkreis St. Otto

Anneliese Heger  
https://bernhard-lichtenberg-hof.de/

### Kath. Seniorenkreis St. Pius

Irmgard Schiecke  
Telefon: 09281/960122  
https://bernhard-lichtenberg-hof.de/katholisch-  
in-hof/senioren  
irmgard.schiecke@gmx.de

## Seniorenkreise-, clubs Landkreis Hof

### **AWO Döhlau/Kautendorf/Tauperlitz**

*Karin Schnabel*  
Telefon: 09286/8204  
www.doehlau.de  
karin.schnabel.1@t-online.de

### **AWO-Ortsverein Münchberg**

*Uwe Jackwerth*  
Telefon: 09251/80770  
www.arbeiterwohlfahrt-muenchberg.de  
info@arbeiterwohlfahrt-muenchberg.de  
Die AWO-Begegnungsstätte (Bürgermeister-Specht-Platz 5, 95213 Münchberg) ist regelmäßig am Montag und am Dienstag von 14.00 bis 16.30 Uhr geöffnet. Einmal im Monat findet am Samstagnachmittag ab 14.30 Uhr ein gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen statt.

### **AWO-Seniorenclub Bad Steben - Thierbach**

*Kurt Pfingst*  
Telefon: 09288/6136

### **CSU-Geschäftsstelle**

*Reinhold Rott*  
Telefon: 09281/3096  
<https://www.csu.de/verbaende/bw/hof/>  
reinhold.rott@csu-bayern.de  
Informationen zu Senioren-Union im Landkreis Hof

### **Dorftreff Langenbach**

*Elisabeth Knöfel*  
Telefon: 09288/6554

### **Landsmannschaft der Ost- und Westpreußen Hof**

*Jutta Starosta*  
Telefon: 09281/63655  
juttastarosta@gmx.de  
monatliche Treffen im Jahnheim, Jahnstr. 5, 95030 Hof, mit kulturellen Beiträgen zu verschiedenen Themen, Jahresübersicht des Programms mit Terminen, Quartalsheft mit Informationen und Kulturbeiträgen

### **Markt Oberkotzau**

Telefon: 09286/941-0  
www.oberkotzau.de  
rathaus@oberkotzau.de  
Seniorenachmittag (jährlich)



Foto: unsplashPlus

### **Nachbarschaftstreff der kommunalen Seniorenarbeit Stambach**

*Christina Zammert*  
Telefon: 09256/9606287  
<http://www.stambach.de>  
seniorenarbeit-stambach@gmx.de

### **RE-AKTIV-Seniorennetzwerk der Stadt Rehau und der Gemeinde Regnitzlosau**

Telefon: 09283/898560  
Telefon: 09294/943330  
[www.stadt-rehau.de](http://www.stadt-rehau.de)/[www.regnitzlosau.de](http://www.regnitzlosau.de)  
birgit.ertl@diakonie-hochfranken.de; gemeinde@regnitzlosau.de  
Familien- und Seniorenbeauftragte Birgit Ertl, Senioren- und Behindertenbeauftragten Ute Hopperdietzel und Sandra Schnabel

### **Senioren- und Behindertenkreis BRK Rehau**

*Petra Danner-Thonwart*  
Telefon: 09281/6293-17  
[www.kvhof.brk.de](http://www.kvhof.brk.de)  
info@kvhof.brk.de

### **Seniorenclub Oberkotzau**

*Jutta Hedler*  
Telefon: 09286/1311

### **Seniorenkreis der Gemeinde Feilitzsch**

*Ramona Meyer*  
Telefon: 0176/61248866  
ramonameyerrm1975@gmail.com  
Seniorenachmittag, wöchentlich, Mittwoch ab 14.00 Uhr im Jahnshaus Kaffeetrinken und im Anschluss kleines Programm

### Seniorentreff Gattendorf

*Erhard Steinhäuser*  
Telefon: 09281/45622  
www.gattendorf.de  
erhard.steinhaeuser@googlemail.com  
Kaffeetrinken, Kontakt über Seniorenbeauftragten

### Seniorentreffen am Eisteich in Münchberg

*Sabine Hahn*  
*Erwin Frisch*  
Telefon: 0175/4453272  
erwin.frisch27@gmail.com  
Seniorentreffen jeden 2. Mittwoch im Monat von 14.00-17.00 Uhr mit Kaffee und Torte. Gemütliches Beisammensein, altersgerechte Vorträge von geschultem Personal, Spielenachmittage, Busfahrten, Fahrsicherheitstraining für PKW und E-Bikes, Sommerfest, Kochen für Senioren usw. Die genauen Termine werden halbjährlich festgelegt und sind auf einem Flyer ersichtlich, der angefordert werden kann.

### Seniorenstammtisch Bobengrün

*Inge Hammerl*  
einmal monatlich, Kontakt über kommunalen Seniorenbeauftragten Bad Steben

### SPD-AG 60plus Landkreis Hof

*Heinz Kaiser*  
Telefon: 09282 / 1704  
www.spd-naila.de  
heinz.kaiser@spd-naila.de

### Stadt Schauenstein

*Jürgen Gärtner*  
Telefon: 09252/99600  
www.schauenstein.de  
stadt@vg-schauenstein.de  
Seniorenachmittag, verschiedene Vorträge, Chor, Nordic Walking, Wandern, usw.

### VdK Döhlau/Tauperlitz

*Karin Schnabel*  
Telefon: 09286/8204  
www.doehlau.de  
karin.schnabel.1@t-online.de  
Seniorenachmittag, verschiedene Ausflüge, Urlaubsreisen

### VdK Leupoldsgrün

Telefon: 09281/783100  
<https://bayern.vdk.de/vor-ort/ov-leupoldsgruen/kv-hof@vdk.de>

## Kirchliche Seniorenkreise Landkreis Hof

### Evang.-Luth. Kirchengemeinde Bernstein am Wald

*Pfarrer i.R. Reinhard Schübel*  
Telefon: 09289/285  
www.doebraberggemeinden.de  
bernstein@doebraberggemeinden.de  
Gemeindenachmittag

### Evang. Kirche Döbra

*Pfarrer Dr. Thomas Hohenberger*  
Telefon: 09289/244  
www.evangelisch-lippertsgruen.de  
Pfarramt.Doebra-Lippertsgruen@elkb.de  
Gemeindenachmittag

### Evang. Seniorennachmittag Gemeindehaus Geroldsgrün

*Pfarrer Daniel Graf*  
Telefon: 09288/91018  
<https://www.e-kirche.de/web/geroldsgruensteinbach>  
pfarramt.geroldsgruen@elkb.de  
ca. viermal im Jahr

### Evang. Frauenkreis Gemeindehaus Geroldsgrün

*Gisela Hägel*  
Telefon: 09288/55655  
<http://www.e-kirche.de/web/geroldsgruensteinbach>  
pfarramt.geroldsgruen@elkb.de

### Bibelstunde der Ev. Kirche im Jugendheim Kirchgattendorf

*Ortspfarrer Jens Güntzel*  
Telefon: 09281/40361  
www.kirche-gattendorf.de  
pfarramt.gattendorf@elkb.de  
vierzehntägig

### **Evang. Kirche Konradsreuth**

*Elfriede Schneider*

Telefon: 09292/91028

[www.konradsreuth-evangelisch.de](http://www.konradsreuth-evangelisch.de)

[pfarramt.konradsreuth@elkb.de](mailto:pfarramt.konradsreuth@elkb.de)

Seniorenachmittag im Gemeindesaal

### **Evang. Kirchengemeinde Köditz - Lebenskreis**

*Christa Hertkorn*

Telefon: 09281/66427

<https://www.kreuzpunkt4.de/>

[pfarramt@kreuzpunkt4.de](mailto:pfarramt@kreuzpunkt4.de)

### **Evang.-Luth. Kirchengemeinde Lichtenberg**

*Pfarrer Markus Hansen*

Telefon: 09288/438

[www.kirchengemeinde-lichtenberg.de](http://www.kirchengemeinde-lichtenberg.de)

[pfarramt.lichtenberg@elkb.de](mailto:pfarramt.lichtenberg@elkb.de)

Seniorenkreis

### **Evang. Kirchengemeinde Lippertsgrün**

*Pfarrer Dr. Thomas Hohenberger*

Telefon: 09289/244

[www.evangelisch-lippertsgruen.de](http://www.evangelisch-lippertsgruen.de)

[Pfarramt.Doebra-Lippertsgruen@elkb.de](mailto:Pfarramt.Doebra-Lippertsgruen@elkb.de)

Gemeindenachmittag

### **Evang.-Luth. Kirchengemeinde Marlesreuth**

*Pfarrer Dominik Rittweg*

Telefon: 09282 1250

<https://www.marlesreuth-evangelisch.de/>

[pfarramt.marlesreuth@elkb.de](mailto:pfarramt.marlesreuth@elkb.de)

Plaudercafé, Gemeindenachmittag

### **Evang. Seniorengottesdienst im Seniorenstift Martinsberg**

*Pfarrer Gerhard Stintzing*

Telefon: 09282/5005

[www.naila-evangelisch.de](http://www.naila-evangelisch.de)

[dekanat.naila@elkb.de](mailto:dekanat.naila@elkb.de)

### **Evang.-Luth. Kirchengemeinde Münchberg**

*Pfarrer Felizitas Böcher*

Telefon: 09251/8993210

[www.muenchberg-evangelisch.de](http://www.muenchberg-evangelisch.de)

[pfarramt.muenchberg@elkb.de](mailto:pfarramt.muenchberg@elkb.de)

vielfältige Angebote: Seniorentanz, Seniorenkreis, Frauenkreis

### **Evang. Kirchengemeinde Naila**

*Gabriele Kunze*

*Herbert Grob*

Telefon: 09282/5005

[www.naila-evangelisch.de](http://www.naila-evangelisch.de)

[dekanat.naila@elkb.de](mailto:dekanat.naila@elkb.de)

Seniorengymnastik und Seniorennachmittag der Kirchengemeinde

### **Evang. Seniorennachmittag, Gemeindezentrum Oberkotzau**

Telefon: 09286/974000

<http://www.kirche-oberkotzau.de/evangelisch>

[pfarramt.oberkotzau@elkb.de](mailto:pfarramt.oberkotzau@elkb.de)

### **Evang.-Luth. Kirchengemeinde Rehau**

*Hanna Pannicke*

Telefon: 09283/88070

[www.rehau-evangelisch.de](http://www.rehau-evangelisch.de)

[pfarramt.rehau@elkb.de](mailto:pfarramt.rehau@elkb.de)

Ev. Seniorenkreis Rehau

### **Evang. Kirchengemeinde Regnitzlosau**

*Ina Bohra*

Telefon: 09294/227

[www.ev-kirche-regnitzlosau.de](http://www.ev-kirche-regnitzlosau.de)

[pfarramt.regnitzlosau@elkb.de](mailto:pfarramt.regnitzlosau@elkb.de)

Seniorenbibelkreis

### **Evang.-Luth. Kirchengemeinde Schauenstein**

*Pfarrer Jonathan Jakob*

Telefon: 09252/8393

[www.kirche-schauenstein.de](http://www.kirche-schauenstein.de)

[pfarramt.schauenstein@elkb.de](mailto:pfarramt.schauenstein@elkb.de)

Nachmittag der Begegnung, Frauen-/Männerkreis, Seniorenabendmahl - Termine können erfragt werden



Foto: Landkreis Hof

**Evang. Kirchengemeinde Schwarzenbach  
an der Saale**

*Brigitte Bauer-Taubald*  
Telefon: 09284/96670  
www.schwarzenbach-saale-evangelisch.de  
Pfarramt.Schwarzenbach.Saale@elkb.de  
Seniorenachmittag sechsmal jährlich, Termine  
können erfragt werden

**Evang.-Luth. Kirchengemeinde  
Schwarzenbach am Wald**

*Pfarrer i.R. Reinhard Schübel*  
Telefon: 09289/285  
www.doebraberggemeinden.de  
pfarramt.schwarzenbach-a-w@elkb.de  
Gemeindenachmittag

**Evang. Kirchengemeinde Selbitz**

*Pfarrer Gerald Zimmermann*  
Telefon: 09280/202  
www.selbitz-evangelisch.de  
pfarramt.selbitz@elkb.de  
Seniorenachmittage monatlich donnerstags  
14.30 Uhr, Termine können erfragt werden

**Evang. Kirchengemeinden  
Stambach-Ahornis-Wüstenselbitz**

*Pfarrer Daniel Feldmann*  
Telefon: 0151/42485523  
www.stambach-evangelisch.de  
daniel.feldmann@elkb.de

**Evang. Kirche Sparneck**

Telefon: 09257/279  
www.evangelische-kirche-sparneck.de  
pfarramt.waldstein@elkb.de  
Gemeindenachmittag

**Evang. Kirchengemeinde Weißdorf**

Telefon: 09257/279  
www.weissdorf-evangelisch.de  
pfarramt.waldstein@elkb.de  
Gemeindetreff

**„Mit 66 Jahren“ Seniorenachmittag der  
Evang. Kirchengemeinde Wüstenselbitz**

Telefon: 09256/9608328  
http://www.wuestenselbitz-evangelisch.de  
verbundpfarramt.stambach@elkb.de

**Evang. Kirchengemeinde Zedtwitz  
Treff bei Gerdi**

*Pfarrer Stefan Fischer*  
Telefon: (09281) 8180 251  
stefan.fischer@elkb.de  
gemütlicher Nachmittag bei Kaffee und Kuchen  
jeden 2. Dienstag im Monat im Café Gerdi im  
Zedtkauf Zedtwitz

**Evang. Kirchengemeinde Zell i. Fichtelgebirge**

Telefon: 09257/279  
https://www.zell-evangelisch.de/  
pfarramt.waldstein@elkb.de  
Seniorenachmittag

**Kath. Gemeindenachmittag Konradsreuth-  
Pfarrei Bernhard Lichtenberg**

*Christel Werner*  
Telefon: 09292/1637  
www.pfarrei-bernhard-lichtenberg-hof.de  
c.u.werner@gmx.de

**Senioren "60 plus" der  
kath. Pfarrei St. Josef Rehau**

*Edith Franz*  
Telefon: 09283/81286  
www.st-josef-rehau.de  
ute.eitler@erzbistum-bamberg.de

**Kath. Seniorenclub der Pfarrei St. Franziskus  
Schwarzenbach an der Saale**

*Ruth Gorzel*  
Telefon: 09284/6413  
www.st-franziskus-schwarzenbach-saale.de/  
christine.schemmel@erzbistum-bamberg.de

**Kath. Kirche Pfarrei Münchberg/  
Kuratie Sparneck**

*Renate Kick*  
Telefon: 09251/8509912  
https://ssb-hoferland.de/kirchen/muenchberg--  
heilige-familie  
wrkick@t-online.de  
Kath. Seniorenkreis

## Bildungsangebote

Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Im wohlverdienten Ruhestand erkunden viele Senioren neue Themenfelder, für die sie während des Arbeitsalltags nicht genügend Zeit aufbringen konnten. So widmen sich Seniorinnen und Senioren verschiedenen Interessensgebieten wie Computer und Technik, Fremdsprachen, Naturkunde oder Literatur. Informationen dazu finden Sie auch in den Büchereien vieler Kommunen.

### FORUM GESUNDHEIT

#### in der Münch-Ferber-Villa

Münch-Ferber-Str. 1, 95028 Hof

Telefon: 09281/5915778

[www.forum-gesundheit.eu](http://www.forum-gesundheit.eu)

[info@forum-gesundheit.eu](mailto:info@forum-gesundheit.eu)

Das FORUM GESUNDHEIT ist das Zentrum für Medizin, Vorsorge und Naturheilkunde in Stadt und Landkreis Hof. Die renovierte Münch-Ferber-Villa in Hof ist dafür ein idealer Ort. Viele Veranstaltungen, Informations- und Beratungsangebote zu den Themen medizinischer Fortschritt, Gesundheit, Vorsorge und Naturheilkunde finden hier statt. Das FORUM GESUNDHEIT bietet der Bevölkerung, aber auch medizinischen Fachleuten ein breites Spektrum an Information und Orientierung im Gesundheitswesen. Davon werden alle profitieren.

### VHS Hofer Land

Ludwigstr. 7, 95028 Hof

Telefon: 09281/71450

[www.vhshoferland.de](http://www.vhshoferland.de)

[info@vhshoferland.de](mailto:info@vhshoferland.de)

Ein breites Angebot an Gesundheits-, Kultur-, Sprach-, EDV-Kursen u.v.m. bietet die Volkshochschule Hofer Land wohnortnah in der Stadt Hof und in ihren 29 Außenstellen in nahezu jeder Stadt und Gemeinde im Landkreis. Die Seniorenakademie der VHS Hofer Land bietet spezielle Kurse für die Nutzung von Smartphone, Tablet und PC an. Darüber hinaus finden Sie Vorträge, Sprachkurse, Exkursionen, Angebote zum Erlernen von Musikinstrumenten und vieles mehr.

## Naturerlebnis im Hofer Land

Mit Wanderschuhen, Nordic-Walking-Stöcken oder dem Fahrrad - Naturliebhaber finden zahlreiche Möglichkeiten. Als Ausflugsziele locken unter anderem das Höllental ([www.frankenwald-tourismus.de](http://www.frankenwald-tourismus.de)) oder das Selbitztal ([www.selbitztal.de](http://www.selbitztal.de)), der Große Waldstein mit der Saalequelle ([www.bayern-fichtelgebirge.de](http://www.bayern-fichtelgebirge.de)), der Frankenweg ([www.frankenweg.de](http://www.frankenweg.de)), der Jean-Paul-Wanderweg ([www.tz-fichtelgebirge.de/de/wandern/jean-paul-weg/](http://www.tz-fichtelgebirge.de/de/wandern/jean-paul-weg/)) und der Saaleradweg ([www.saaleradweg.de](http://www.saaleradweg.de)).

Informieren Sie sich auch über Wandermöglichkeiten und Ausflugsfahrten bei dem Fichtelgebirgsverein e.V. und dem Frankenwaldverein e.V. mit seinen Ortsverbänden:

### DAV Deutscher Alpenverein Sektion Hof

Hans-Werner Schmidt

Hansjörg Peters

Telefon: 09289/344

Telefon: 09281/95590

[www.dav-hof.de](http://www.dav-hof.de)

[info@dav-hof.de](mailto:info@dav-hof.de)

Senioren-Gruppe der Sektion Hof, es werden Touren und Wanderungen, Theaterbesuche, Busausflüge mit Besichtigungen, Betriebsbesichtigungen und einmal im Monat ein Kaffeeklatsch angeboten.



Foto: Landkreis Hof

### **Fichtelgebirgsverein e.V.**

*Dieter Kottwitz*  
Theresienstraße 2, 95362 Wunsiedel  
Telefon: 09232/700755  
www.fichtelgebirgsverein.de  
info@fichtelgebirgsverein.de  
Seniorenwanderungen bei verschiedenen Ortsvereinen

### **Frankenwaldverein e.V.**

*Julia Rubsch*  
Karlgasse 7, 95119 Naila  
Telefon: 09282/3646  
www.frankenwaldverein.de  
info@frankenwaldverein.de  
Viele Ortsgruppen des Frankenwaldvereins e.V. bieten Wanderungen speziell für Senioren an. Auch Gesundheitswanderungen unserer zertifizierten DWV-Wanderführerinnen und -Wanderführer stehen auf dem Programm. Aktuelle Informationen und einen Veranstaltungskalender finden Sie auf der Homepage.

## **Sport und Gesundheit**

Sport hat viele positive Wirkungen auf das körperliche Wohlbefinden eines Menschen. Regelmäßige körperliche Betätigung senkt das Risiko eines Herzinfarkts, stabilisiert das Immunsystem und stärkt die Muskulatur. Die beliebtesten Sportarten im Herbst des Lebens sind Schwimmen, Wandern, Radfahren und Gymnastik. Diese Sportarten fördern sowohl die Herz-Kreislauf-Funktion als auch die Lungenatmung, den Gleichgewichtssinn und die Konzentrationsfähigkeit.

Viele Sportvereine bieten spezielle Kurse und präventive Angebote für Senioren an. Natürlich sind auch Reha-Sportangebote für bestimmte Zielgruppen die passende gesundheitsfördernde Aktivität. Daneben gibt es in den Bädern des Hofer Landes die Möglichkeit, ganzjährig zu schwimmen. In der kalten Jahreszeit laden die Wintersportgebiete mit Loipen und Skiwanderwegen im Frankenwald und Fichtelgebirge ein.

## **Seniorenportangebote Stadt Hof**

### **BRK Kreisverband Hof Seniorengymnastik**

*Beate Schaller*  
Ernst-Reuter-Str. 66b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/6293-0  
www.kvhof.brk.de  
info@kvhof.brk.de  
Angebot mit Kursleiterschulung "Sport und Bewegung trotz(t) Demenz"

### **Caritasverband Stadt und Landkreis Hof Radeln ohne Alter - Senioren Rikscha**

Marienstraße 56, 95028 Hof  
Telefon: 09281/1401748  
<https://caritas-hof.de/einrichtungen/rikscha-standort/>  
b.richter@caritas-hof.de  
Ehrenamtliche Rikscha-Fahrten mit Menschen aus Senioren- und Pflegeheimen oder anderen interessierten Senioren und Seniorinnen der Stadt Hof.



### **ESV Hof 1927 e.V., Senioren-Damen-Gymnastik**

*Winfrid Winkler*

Rittergasse 2, 95030 Hof

Telefon: 09281/63691

winfridwinkler@kabelmail.de

Damen-Gymnastik für Seniorinnen. Herren werden auch gerne gesehen. Jeden Montag ab 18.30 Uhr in der Schulturnhalle der Krötenbrucker Schule. Anleitungen von einer erfahrenen Dame und immer schöne Musik.

### **IfL Hof e.V.**

*Eva Leppert*

Schlossgasse 7, 95028 Hof

Telefon: 09281/8600981

www.ifl-hof.de

gs@ifl-hof.de

Für sportliche Senioren Laufen (z. B. "Lauf 10" Anfängertempo mit Gehpausen), Walking ca. 4 km (eine Stunde ohne Stöcke), Nordic-Walking ca. 4 km (eine Stunde mit Stöcken).

Radsport: E-Bikergruppe (Ü50) Radefahren in der Gemeinschaft in den Sommermonaten von ca. April - Oktober (nach Absprache).

Senioren-sport: Gymnastik für „Ältere“, die jung bleiben wollen und Spaß an der Bewegung haben.

Herz-/Diabetessport: bei dieser Gymnastik ist immer ein Arzt anwesend.

Unser Kursangebot: Kraulkurs, Laufkurs, Lauf 10.

Der Laufkurs ist ein Präventionskurs mit Siegel „Sport pro Gesundheit“, eine Bezuschussung ist durch die meisten Krankenkassen möglich.

Geschäftszeiten: Freitag von 15.00 bis 17.00 Uhr (außer in den bayerischen Schulferien)

### **PTSV Hof e.V.**

*Ingrid Fischer*

Ossecker Str. 52, 95030 Hof

Telefon: 09281/92257

www.ptsv-hof.de

ingrid@fischerbasis.de; info@ptsv-hof.de

Angebot mit Kursleiterschulung „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“

### **Seniorengymnastik Dreieinigkeitskirche Hof**

Ludwig-Uhland-Straße 11, 95032 Hof

Telefon: 09281/92066

Telefon: 0177/4937269

www.dreieinigkeit-hof.de

Seniorenbegleitung.dreieinigkeit.hof@elkb.de



Foto: Landkreis Hof

### **Seniorengymnastik der Hospitalstiftung Hof (in allen drei Seniorentreffs)**

*Ursula Wendler*

Gabelsbergerstr. 81a, 95028 Hof

Christiansreuther Str. 27, 95032 Hof

Viktor-von-Scheffel-Str. 7, 95032 Hof

Telefon: 09281/94418

Telefon: 09281/94418

www.hospitalstiftung-hof.de

elke.zuber@hospitalstiftung-hof.de

### **Seniorenlauf am Eisteich Hof**

Am Eisteich 1, 95028 Hof

Telefon: 09281/8155153

Telefon: 09281/8155154

eisteich@stadt-hof.de

Seniorenlauf immer mittwochs von 13.00 Uhr bis 15.00 Uhr während der Eislaufsaison (Saison 2024/2025)

Aktuelle Infos und Öffnungszeiten unter [www.eisteich.de](http://www.eisteich.de)

### **Tennisclub Hof Doppel 60+ im Freizeitsport**

*David Piyamongkol*

An der Stadtgärtnerei 2, 95028 Hof

Telefon: 0152/03123207

www.tc-hof.de

tennis-david@gmx.de

### **Turn- und Sportverein Hof 1861 e.V.**

*Giselher Jäger*

Jahnstr. 5, 95030 Hof

Telefon: 09281/2402

www.tsv-hof.de

gs@tsv-hof.de

## Seniorenangebote Landkreis Hof

### Aquajogging, Gelenkschonende Wassergymnastik

Hallenbad Schwarzenbach am Wald  
Schulstr. 9, 95131 Schwarzenbach am Wald  
Telefon: 09289/7102  
www.schwarzenbach-wald.de  
hallenbad@schwarzenbach-wald.de  
Reha-Sport Wegner

### Aquajogging, Gelenkschonende Wassergymnastik

Hallenbad Schwarzenbach an der Saale  
Breslauer Straße 9,  
95126 Schwarzenbach a.d.Saale  
Telefon: 09284/96950  
<https://www.schwarzenbach-saale.de/leben-erleben/badespass/das-schwarzenbacher-hallenbad/>  
nur in den Wintermonaten

### „Dehnen ist das A + O“ der VHS

Philipp-Wolfrum-Haus  
Telefon: 09289/5043  
www.schwarzenbach-wald.de  
christine.rittweg@schwarzenbach-wald.de

### FC Wüstenselbitz 1919 e.V.

Werner Grasser  
Telefon: 0170/3272270 oder 09252/7861  
www.fc-wuestenselbitz.de  
wernergrasser@web.de  
Geh-Fußball (altersgerechtes und gesundheitsförderndes Fußballspielen, für die, die dem schnellen Ball nicht mehr folgen können)

### FC Wüstenselbitz 1919 e.V.

Dominik Vierthaler  
Telefon: 0151/56111322  
www.fc-wuestenselbitz.de  
info@fc-wuestenselbitz.de  
Mountain Bike -Jedermann

### FCR Geroldsgrün

Renate Kupijai  
Telefon: 09252/1869  
renate.kupijai@web.de  
Damengymnastik

### FCR Geroldsgrün

Andrea Schuberth  
Telefon: 0170/4626559  
as1101@gmx.de  
Nordic-Walking für Jedermann

### Frauensportgruppe Regnitzlosau

Margit Korndörfer  
Telefon: 09294/1311  
www.sg-regnitzlosau.de  
info@sg-regnitzlosau.de

### FWV Schauenstein

Rosi Krögel  
Telefon: 09252/7990  
www.fwv-schauenstein.de  
Nordic Walking

### hudetz training & therapie Aktiv & Stark 60Plus

Kornbergstr. 15  
95183 Zedtwitz  
Telefon: 09281/1409490  
Kräftigungsprogramm für den ganzen Körper,  
ZirkelVital 2.0,  
Gerätetraining und Gymnastik in Zirkelform

**Praxis für Physiotherapie und Fußpflege**



**Unsere Therapie- und Wellnessangebote:**  
Krankengymnastik, Manuelle Therapie, Lymphdrainage, klassische Massage, Fango, Elektro- und Ultraschalltherapie, Fußpflege sowie verschiedene Wellnessmassagen

**Stefan Stöckl**  
Königsberger Straße 11  
95126 Schwarzenbach/S.  
Telefon 09284/4422

### ASV Rehau e.V.

Pilgramsreuther Straße 74a, 95111 Rehau  
www.asv-rehau.de  
info@asv-rehau.de  
Damengymnastik, Lauftreff, Schach, Skigymnastik für rüstige Senioren, Vitalsport

### ATSV Oberkotzau

Jean-Paul-Straße 24, 95145 Oberkotzau  
www.atsv-oberkotzau.de  
info@atsv-oberkotzau.de  
Frauengymnastik, Seniorengymnastik, Hobbyvolleyball, Bogen, Schach, Karate

### BRK Kreisverband Hof Seniorengymnastik Rehau

Beate Schaller  
Ernst-Reuter-Str. 66b, 95030 Hof  
Telefon: 09281/6293-0  
www.kvhof.brk.de  
info@kvhof.brk.de



### **LAV Naila**

*Helena Krofta*

Telefon: 09282/3216

<https://lav-naila.de/>

[krofti@gmx.de](mailto:krofti@gmx.de)

Senioren-Fitness, Frauengymnastik,  
Wirbelsäulengymnastik

### **Männersportgruppe Regnitzlosau**

*Margit Korndörfer*

Telefon: 09294/1311

[www.sg-regnitzlosau.de](http://www.sg-regnitzlosau.de)

[info@sg-regnitzlosau.de](mailto:info@sg-regnitzlosau.de)

### **Segelclub Förmitzspeicher e.V.**

*Frank Brinkers*

[www.sf-hof.de](http://www.sf-hof.de)

[vorstand@sf-hof.de](mailto:vorstand@sf-hof.de)

### **Senioren-gymnastik Damen Neugattendorf**

*Karin Rödel*

Telefon: 09281/45861

### **Senioren-gymnastik der ev. Kirche Naila**

*Gabriele Kunze*

Telefon: 09282/5005

[www.naila-evangelisch.de](http://www.naila-evangelisch.de)

[dekanat.naila@elkb.de](mailto:dekanat.naila@elkb.de)

### **Senioren-sport der ev. Kirche Oberkotzau, Saaletalhalle**

*Maria Kunisch*

Telefon: 09286/6504

[kunisch.m@gmx.de](mailto:kunisch.m@gmx.de)

### **SpVgg Faßmannsreuth e.V.**

Telefon: 09294/94150

[www.svf49.de](http://www.svf49.de)

Gymnastik, Skilanglauf, Tischtennis

### **TSV Carlsgrün/Frankenwald 1923 e.V.**

*Karin Muhammad*

Turnhallenweg 2, 95138 Bad Steben

Telefon: 0177/7533795

[www.tsv-carlsgruen.de](http://www.tsv-carlsgruen.de)

[karinmuhammad@icloud.com](mailto:karinmuhammad@icloud.com)

Bewegung trotz(t) Alter Montag 10.15 Uhr bis  
11.15 Uhr

Jeden ersten Donnerstag im Monat von 14 bis  
16 Uhr TSV Carlsgrün Stammtisch in der Adels-  
kammer in Carlsgrün

### **TSV Dürrenwaid**

*Rainer Oelschlegel*

Telefon: 09267/1866

<https://www.tsv-duerrenwaid.de/>

Nordic Walking, Frauengymnastik, Tischtennis

### **TSV Köditz 1913 e.V.**

*Erika Weber*

Telefon: 09281/62088

im Aufbau

[spindler-alex@t-online.de](mailto:spindler-alex@t-online.de)

[e.brendel@ips-online.de](mailto:e.brendel@ips-online.de)

Senioren-gymnastik für Mitglieder

### **TSV Lichtenberg 1898 e.V.**

*Klaus Einsiedel*

Telefon: 09288/6102

[www.tsv-lichtenberg.de](http://www.tsv-lichtenberg.de)

[einsiedelk@web.de](mailto:einsiedelk@web.de)

Ü50 Gymnastik, Gymnastik für Jedermann:  
Bauch Beine Po, Männerturnen, Rhythmische  
Sportgymnastik

### **Turnverein Münchberg v. 1862 e.V.**

*Markus Hücherig*  
Dr.-Martin-Luther Str. 20, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/1000  
<https://www.turnverein-muenchberg.de>  
[kathrinundmarkus@t-online.de](mailto:kathrinundmarkus@t-online.de)  
Neben Yoga gibt es viele andere senioren-  
gerechte Angebote für Frauen, Männer und  
gemischte Gruppen in unterschiedlichen Gym-  
nastik-, Bewegungs- und Fitness-Bereichen. Ak-  
tuelle Übungsstunden und einzelne Ansprech-  
partner sind auf der Homepage und Facebook  
zu finden.

### **TuS Schauenstein**

*Renate Brömel*  
Telefon: 09252/991055  
[www.tusschauenstein.com](http://www.tusschauenstein.com)  
[tusschauenstein@gmx.de](mailto:tusschauenstein@gmx.de)  
Fitness für alle

### **TV Helmbrechts Damengymnastik**

*Gisela Pressel*  
Telefon: 09252/5321  
[www.tv1862helmbrechts.de](http://www.tv1862helmbrechts.de)  
[rpressel@t-online.de](mailto:rpressel@t-online.de)  
Gruppe von Frauen im „besten“ Alter, d.h. ab 60  
bis über 80

### **TV Konradsreuth**

*Birgit Michel*  
Telefon: 09251/3193  
<https://www.tv-konradsreuth.de/>  
[turnen@tvkonradsreuth.de](mailto:turnen@tvkonradsreuth.de)  
Senioren-sport Konradsreuth

### **TV Meierhof von 1905 e.V.**

*Emmi Thiel*  
Telefon: 09251/8353  
[www.tv-meierhof.de](http://www.tv-meierhof.de)  
Senioren-gymnastik

### **TV Rehau 1884 e.V.**

*Margit Mühl*  
*Richard Graf*  
Telefon: 09283/9344  
Telefon: 09283/2789  
[www.tvrehau.de](http://www.tvrehau.de)  
[info@tvrehau.de](mailto:info@tvrehau.de)  
Jedermannturnen für Frauen, Jedermannturnen  
für Männer, Seniorenturnen, Turnen mit Musik

### **VfB Rehau e.V.**

*Benjamin Popp*  
Höllbachweg 8, 95111 Rehau  
[www.vfb-rehau.de](http://www.vfb-rehau.de)  
[vfb-rehau.de](http://vfb-rehau.de)  
[info@vfb-rehau.de](mailto:info@vfb-rehau.de)  
Damengymnastik, Fitness-Studio, Kegeln

### **Yoga für Senioren im Bürgerhaus Oberkotzau**

*Ernst Mittelsdorf*  
Telefon: 09286/7579



**MASSAGE  
UND  
KRANKENGYMNASTIK**

**NICOLE SCHNABEL**  
**SCHULSTR. 30**  
**95145 OBERKOTZAU**  
**TELEFON 09286 / 461**  
**MOBIL 0175 / 235 19 86**

## **Reha-Sport Stadt Hof**

### **Reha-Sport-Gemeinschaft Hof e.V.**

*Günter Schuh*  
Weißenburgstr. 3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/3116  
[www.reha-sport-gemeinschaft.de](http://www.reha-sport-gemeinschaft.de)  
[schuhrsg@t-online.de](mailto:schuhrsg@t-online.de)

### **so&VITAL, Reha-Sport in der Sporthalle der Fachakademie für Sozialpädagogik**

*Udo Brünler*  
Mozartstr. 16, 95030 Hof  
Telefon: 09281/61456  
[guenter.neumann@bnhof.de](mailto:guenter.neumann@bnhof.de)  
[sovital.hof@web.de](mailto:sovital.hof@web.de)

## Reha-Sport Landkreis Hof

### hudetz training & therapie

Rehasport ab Anfang 2025  
Kornbergstr. 15  
95183 Zedtwitz  
Telefon: 09281/1409490

### Reha-Sportverein Bad Steben e.V.

*Dr. med. Gerhard Klein*  
Badstr. 26, 95138 Bad Steben  
Telefon: 09282/5432  
[www.reha-sportverein-badsteben.de](http://www.reha-sportverein-badsteben.de)  
[mail@reha-sportverein-badsteben.de](mailto:mail@reha-sportverein-badsteben.de)  
Herzgruppentraining, Gefäßgruppe, Orthopädische Gruppe, Wassergymnastik, Herzinsuffizienzgruppen-Training, gemeinsame Monatswanderungen mit Einkehr, gemeinsame Ausflüge eintägig und mehrtägig, Sommerfest

### Reha-Sport Wegner Schwarzenbach am Wald

Hallenbad & Turnhalle  
Schulstr. 9, 95131 Schwarzenbach a.Wald  
Telefon: 0152/09183471  
[www.rehasport-wegner.de](http://www.rehasport-wegner.de)  
[info@rehasport-wegner.de](mailto:info@rehasport-wegner.de)

### Reha-Sport Wegner Schwarzenbach an der Saale

Frankenstr. 8, 95126 Schwarzenbach a.d. Saale  
Telefon: 0152/09183471  
[www.rehasport-wegner.de](http://www.rehasport-wegner.de)  
[info@rehasport-wegner.de](mailto:info@rehasport-wegner.de)

### Reha- und Behinderten-Sportverein e.V. Münchberg

*Marianne Krauß*  
Döbereinerstr. 2, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/437259  
[www.rehasport-muenchberg-rbsv.de](http://www.rehasport-muenchberg-rbsv.de)  
[info@rehasport-muenchberg-rbsv.de](mailto:info@rehasport-muenchberg-rbsv.de)  
Sportstunden, Osteoporose- und Wirbelsäulengymnastik für Vereinsmitglieder und Reha-Teilnehmer

### so&VITAL, Reha-Sport in der Göstrahalle Köditz

*Udo Brünler*  
Sportplatzstr. 7, 95189 Köditz  
Telefon: 09281/61456  
[sovital.hof@web.de](mailto:sovital.hof@web.de)

Medizinische Trainingstherapie oder Pure Entspannung

Bei uns wird jeder wieder fit!

  
Physiotherapie – Heilpraktiker für PT

Bayreuther Str. 86  
95213 Münchberg  
Tel.: 09251/2500

@ [physio-s-lang@gmx.de](mailto:physio-s-lang@gmx.de)  
[www.physio-s-lang.de](http://www.physio-s-lang.de)

Physiotherapie mit und ohne Rezept, auch bei dir zuhause!

### so&VITAL, Reha-Sport in der Turnhalle Oberkotzau

*Udo Brünler*  
Jean-Paul-Str. 24, 95145 Oberkotzau  
Telefon: 09281/61456  
[sovital.hof@web.de](mailto:sovital.hof@web.de)

## Kultur

Von Theater- oder Museumsbesuchen, über Konzerte bis hin zu Kunstausstellungen - es gibt eine bunte Auswahl an kulturellen Freizeitaktivitäten. Schließlich steht nach dem Berufsleben oft mehr Zeit zur Verfügung, so dass diese Angebote in ihrer Vielfältigkeit in Ruhe genossen werden können. Auch örtliche Sehenswürdigkeiten werden aufs Neue entdeckt. Denn Kultur vermittelt nicht nur trockenes und überholtes Wissen, sondern sie ist der Ausdruck unserer Gesellschaft und somit lebendiger Bestandteil des täglichen Lebens.

Kulturinteressierte finden im Hofer Land historische Sehenswürdigkeiten wie Kirchen, Burgen und Schlösser. Auch die vielfältige Museumslandschaft spiegelt den kulturellen Reichtum der Region wieder. Eine Auswahl von lokalen Museen, Highlights und Geheimtipps finden Sie in der Broschüre „Regional Reise - Museums- und Freizeitführer für das Hofer Land“ oder unter <https://regionalreise.hofer-land.de>.

## Kulturpaten im Landkreis Hof - Gemeinsam der Kultur auf der Spur

Um allen Menschen, die Möglichkeit zu geben, an kulturellen Ereignissen teilzunehmen gibt es im Landkreis Hof das Kulturpatenprojekt. Gemeinsam Museen besuchen, sich über Rezepte unterhalten oder zusammen ins Theater gehen - es gibt viele Möglichkeiten, um Seniorinnen und Senioren am kulturellen Leben teilhaben zu lassen. Und manchmal braucht es Menschen, die sie dabei begleiten.

Die ehrenamtlichen Kulturpaten begleiten ältere Menschen zu Veranstaltungen und werden zuvor bei einer Schulung kostenlos ausgebildet. Der Kurs vermittelt unter anderem Wissen über das Krankheitsbild Demenz, alterssensible Veranstaltungen und die Organisation von Kulturbesuchen. Wer sich als Kulturpatin oder Kulturpate engagieren möchte, kann sich gerne unverbindlich bei der Seniorenkoordination des Landkreises Hof informieren.

### **Möchten Sie Kulturgast werden und von jemanden zu kulturellen Veranstaltungen begleitet werden?**

Eigentlich treffen Sie gerne andere Menschen? Sie gehen gerne ins Theater, ins Kino, besuchen Führungen oder Konzerte? Sie möchten gerne die eigenen vier Wände häufiger verlassen? Aber allein ist das schwierig? Dann werden Sie Kulturgast und fragen nach einer zuverlässigen Person die Sie beim Besuch einer kulturellen Veranstaltung begleitet und Ihnen zur Seite steht. Melden Sie sich bei der Seniorenkoordination des Landkreises Hof.

### **Seniorenkoordination Landkreis Hof**

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof  
Seniorenangelegenheiten - Landkreis Hof  
seniorenkoordination@landkreis-hof.de

## Angebote der Stadt Hof für Senioren

### **Seniorenfasching**

*Dr. Sandra Häupler*  
Klosterstraße 1-3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1792  
<https://www.hof.de/rathaus-service/senioren-demografieundmigration@stadt-hof.de>  
Der Seniorenfasching findet jährlich in Kooperation mit der Narhalla Hof e.V. statt.

### **Seniorenkino**

*Dr. Sandra Häupler*  
Klosterstr. 1-3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1792  
Das Seniorenkino findet in Kooperation Central-Kino Hof und dem Seniorenrat der Stadt Hof statt. Die Vorstellungen finden einmal im Monat (mittwochs ab 14.00 Uhr) statt.

### **Theaternachmittage für Senioren**

*Dr. Sandra Häupler*  
Klosterstraße 1-3, 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1792  
<https://www.hof.de/rathaus-service/senioren-demografieundmigration@stadt-hof.de>  
In Kooperation des Hofer Theaters mit dem Seniorenrat der Stadt Hof werden jährlich Theaternachmittage für Senioren am Theater Hof angeboten.

## Fahrten und Reisen

Das rege Leben in den Vereinen bietet älteren Bürgerinnen und Bürgern die Gelegenheit, sich mit anderen zu treffen, Ausflüge zu unternehmen oder zu reisen. Informationen zu Angeboten erhalten Sie bei den Senioren- und Behindertenbeauftragten und den Seniorenbeiräten im Hofer Land. Bitte beachten Sie auch die Ankündigungen in der Tagespresse oder fragen Sie direkt bei den Organisationen und Seniorenkreisen an.

### **AWO Seniorenclub Hof**

*Rosemarie Kramer*  
Ullitz Str. 6, 95183 Trogen  
Telefon: 09281/40484  
<https://awo-hof.de/>  
Der AWO Seniorenclub Hof veranstaltet einmal im Monat einen Ausflug.

## Gemeinde Konradsreuth

Jana Hellfritzsch

Hofer Str. 8, 95176 Konradsreuth

Telefon: 09292/95990

<https://www.konradsreuth.de/>

[gemeinde@konradsreuth.de](mailto:gemeinde@konradsreuth.de)

Drei Seniorenfahrten (Frühjahr, Sommer, Herbst)

## Kolpingsfamilie Hof

Monika Walchetseder

Telefon: 09281/43895

[kolpingsfamilie-hof@gmx.de](mailto:kolpingsfamilie-hof@gmx.de)

Ausflüge und Vorträge

## Seniorenfahrten der Stadt Hof

Dr. Sandra Häupler

Klosterstraße 1-3, 95028 Hof

Telefon: 09281/815-1792

<https://www.hof.de/rathaus-service/senioren>

[demografieundmigration@stadt-hof.de](mailto:demografieundmigration@stadt-hof.de)

Nähere Informationen zu den Ausflugszielen unter den angegebenen Kontaktdaten

## Seniorenfreizeiten der ev. Dekanate Naila und Hof

Susanne Biegler

Herbert Grob

Telefon: 09282/5005

[www.dekanat-naila.de](http://www.dekanat-naila.de)

[dekanat.naila@elkb.de](mailto:dekanat.naila@elkb.de)

Seniorenfreizeit über 10 Tage

## Ehrenamt im Alter

Die ehrenamtliche Beteiligung ist eine Stütze der Gesellschaft. Mit Lebenserfahrung unterstützen sie in vielen Bereichen, sei es als Vorleser im Kindergarten, als Betreuer in Schulhorten, bei der Ausgabe von Essen bei den Tafeln u.v.m. Ehrenamtliches Engagement ist kostenlos, aber nicht umsonst. Mit der Einführung der Bayerischen Ehrenamtskarte wurde ein Instrument geschaffen, das den Ehrenamtlichen Wertschätzung und Anerkennung vermittelt. Die Karte berechtigt Inhaber zu Vergünstigungen in den teilnehmenden Akzeptanzstellen (z.B. in Museen, Schlössern, Schwimmbädern, Firmen, Geschäften u.a.). Im Hofer Land gibt es mehr als 300 Akzeptanzstellen. Wer sich engagieren möchte, ist herzlich willkommen.

## Koordinierungszentrum Bürgerschaftliches Engagement- KoBE Landkreis Hof

Schaumbergstr. 14, 95032 Hof

Telefon: 09281/57335

<http://kobe-lkr-hof.de/>

[ehrenamt@landkreis-hof.de](mailto:ehrenamt@landkreis-hof.de)

## Stadt Hof - Fachbereich Sport und Freizeit

Am Eisteich 1, 95028 Hof

Telefon: 09281/815-5158

<https://www.hof.de/rathaus-service/rathaus/ehrenamt>

[ehrenamtskarte@stadt-hof.de](mailto:ehrenamtskarte@stadt-hof.de)



Foto: Landkreis Hof

## PHYSIOTHERAPIE SOMMERMANN

Auszug Leistungen

### Physiotherapie

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik ZNS
- Krankengymnastik am Gerät
- Hausbesuche auf Anfrage

## ALTERNATIVMEDIZIN SOMMERMANN

Auszug Leistungen

### Heilpraktiker

- Funktionelle Osteopathie (FOI)
- Spritzenkuren
- Funktionelle Schuheinlagen
- Tiefenoszillation

Leopoldstr. 54  
95030 Hof

Tel.: 09281 8181268  
o. 09281 507322

[www.physiotherapie-sommerrmann.de](http://www.physiotherapie-sommerrmann.de)  
E-Mail: [info@physiotherapie-sommerrmann.de](mailto:info@physiotherapie-sommerrmann.de)

Terminvereinbarung  
über Online-Funktion  
auf der Website oder  
Anfragen per E-Mail.



## Unser VHS-Kursangebot für Senioren

EDV (PC-, Tablet-, Smartphone-Kurse), Fremdsprachen,  
Gesundheitskurse, Vorträge, Exkursionen und mehr



in Stadt  
und  
Landkreis  
Hof

**vhs**  Volkshochschule  
Hofer Land



VHS Hofer Land  
Tel.: 09281 7145-0  
info@vhshoferland.de  
www.vhshoferland.de  
Ludwigstraße 7,  
95028 Hof

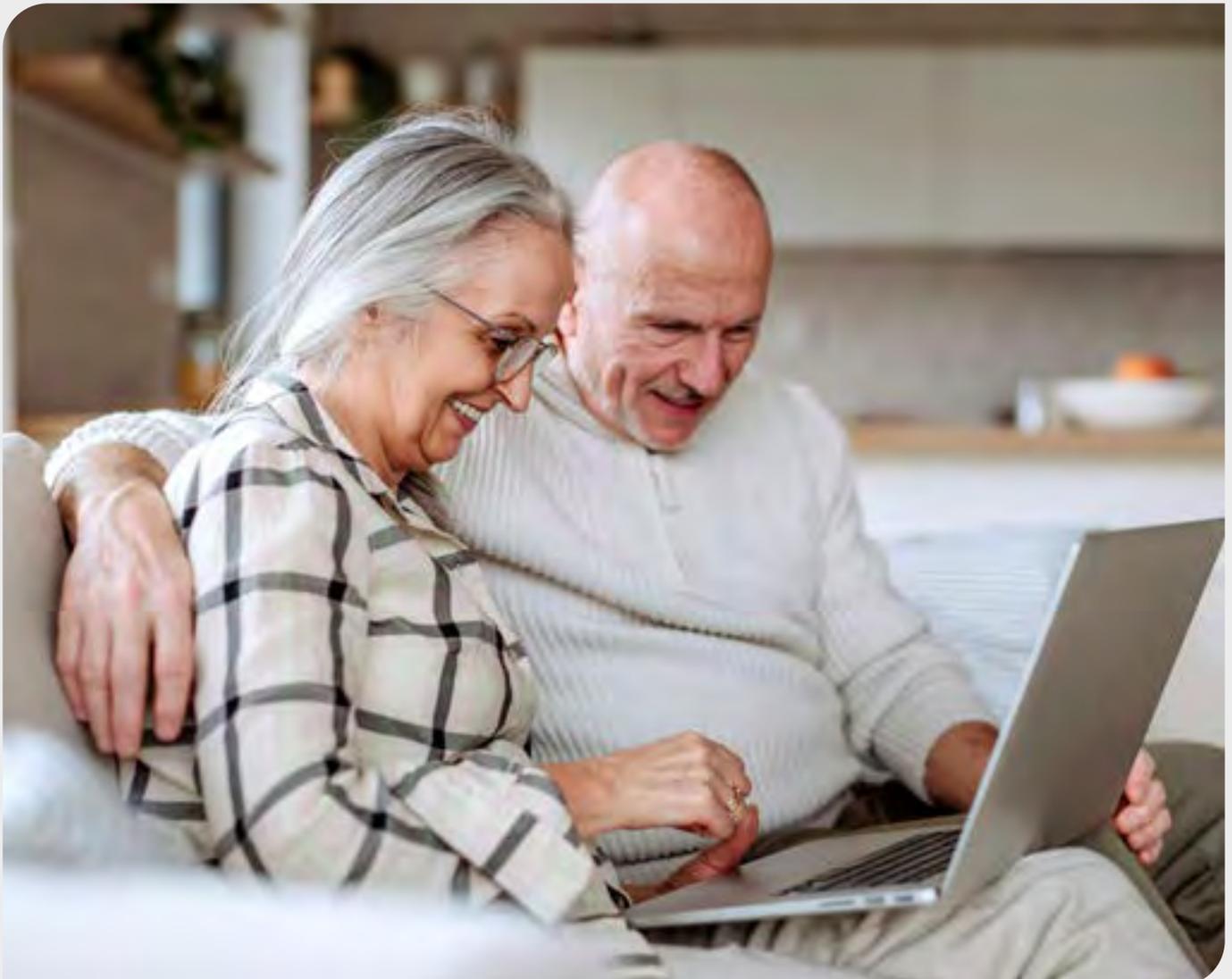


Foto: unsplashPlus

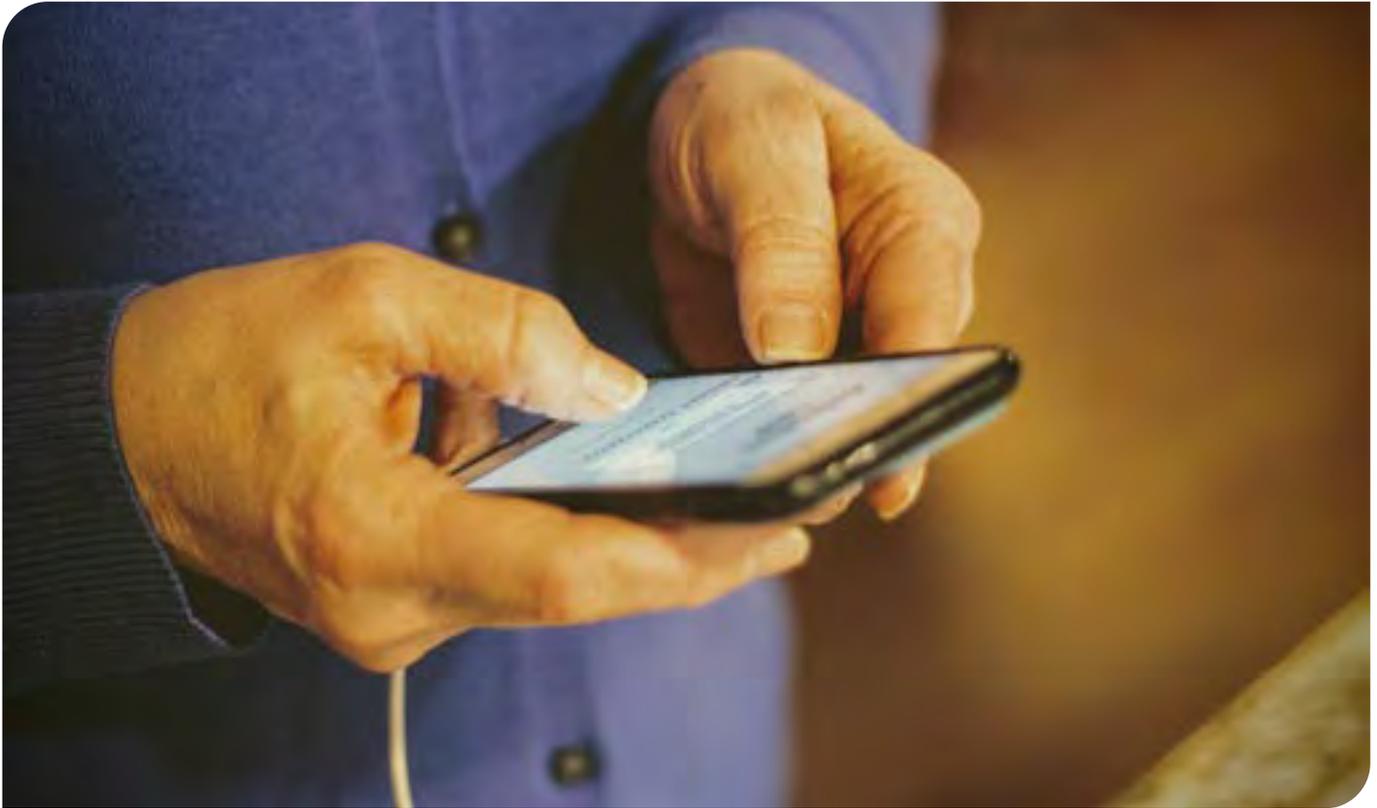


Foto: unsplashPlus

## Digital im Hofer Land

Digitalisierung bestimmt mehr und mehr unser Leben. Sie kann es beträchtlich erleichtern, aber löst auch Unsicherheiten aus. Entsprechende Lern- und Informationsangebote speziell für ältere Menschen gibt es im Hofer Land, damit auch sie im Alltag von den neuen Technologien profitieren können.

### Smartphone-Stammtische

Smartphone, Tablet und Co bereiten in der Praxis immer wieder Schwierigkeiten. Die konkreten Anforderungen lassen sich gemeinsam besser lösen und daher gibt es im Hofer Land regelmäßige Treffen, um Hilfe anzubieten. Idealerweise helfen sich die Teilnehmenden untereinander und entsprechen dem „Stammtisch-Gedanken“.

### Angebote in der Stadt Hof

#### **Mehrgenerationen Haus Hof**

Diakonie Hochfranken  
Sophienstraße 18a  
95028 Hof  
Telefon: 09281/54039057  
E-Mail: natalja.schaller@diakonie-hochfranken.de  
Angebote: Mediensprechstunden, Smartphone-/Computerkurse

#### **Projekt „Zusammen digital“ Stadt Hof**

Beratungstheke in der VHS Hofer Land  
Ludwigstraße 7  
95028 Hof  
Telefon: 09281/815-1019  
E-Mail: martina.schmid@stadt-hof.de  
<https://www.zusammen-digital.de/theke/hof>  
Angebot: Hilfe bei individuellen Alltagsfragen zu den Themen Internet, Smartphone und Tablet, kostenlos, Zugang barrierefrei

### **VHS-Smartphone-Stammtisch Hof**

VHS Hof  
Ludwigstraße 7  
95028 Hof  
Informationen bei: Anne Browa  
(09281/7145-48, a.browa@vhshoferland.de,  
www.vhshoferland.de/wege)

### **Angebote im Landkreis Hof**

#### **Mehrgenerationenhaus Landkreis Hof**

Diakonie Hochfranken  
Maxplatz 12  
95111 Rehau  
Telefon: 09283/59240120  
E-Mail: birgit.ertl@diakonie-hochfranken.de  
Angebot: Handyworkshop

#### **VHS-Smartphone-Stammtisch Bad Steben**

TSV Bad Steben  
Schlesierweg 5  
95138 Bad Steben  
Informationen bei: Anne Browa  
(09281/7145-48, a.browa@vhshoferland.de,  
www.vhshoferland.de/wege)

#### **VHS-Smartphone-Stammtisch Münchberg**

Gaststätte am Eisteich  
Goethestr. 100  
95213 Münchberg  
Informationen bei: Anne Browa  
(09281/7145-48, a.browa@vhshoferland.de,  
www.vhshoferland.de/wege)

#### **VHS-Smartphone-Stammtisch Selbitz**

Selbitz, Grund- und Mittelschule  
Schulstr. 9  
95152 Selbitz  
Informationen bei: Anne Browa  
(09281/7145-48, a.browa@vhshoferland.de,  
www.vhshoferland.de/wege)

Die Seniorenakademie der VHS Hofer Land bietet außerdem spezielle Kurse für die Nutzung von Smartphone, Tablet und PC an. Aktuelle Informationen über das vielseitige Angebot im Hofer Land erhalten Sie hier:

#### **VHS Hofer Land**

Ludwigstraße 7  
95028 Hof  
Telefon: 09281 7145-0  
E-Mail: info@vhshoferland.de  
www.vhshoferland.de

## **Digitale Alltagshelfer (Wohnberatung)**

Auch wenn viele digitale Systeme nicht speziell für Ältere konzipiert sind, können sie dennoch von Nutzen sein: Smartphones und Computer können helfen Informationen zu beschaffen, einzukaufen, Bankgeschäfte zu regeln oder Tickets zu buchen. Auch die Smart-Home-Technologien, die beispielsweise Heizung, Lüftung und Beleuchtung steuert und überwacht, ob der Herd ausgeschaltet und die Tür abgeschlossen wurde, können im Alltag helfen. Ebenso können speziell für Menschen mit kognitiven oder physischen Einschränkungen entwickelte Systeme im Alltag unterstützen: sprechende Kalender oder Sensoren, die Alarm schlagen, wenn jemand hinfällt oder nicht genug trinkt.

### **Herdwächter**

Mehr Sicherheit in der Küche: Der Herdwächter warnt bei Gefahr und sorgt für besseren Brandschutz in der Küche. Ein Herdwächter warnt in kritischen Kochsituationen und schaltet den Herd automatisch ab - auch bevor ein Brand entsteht. Eine Sensoreinheit erfasst abrupte Temperaturanstiege und ungewöhnliche Bewegungen. Ist bei Temperaturanstieg keine Bewegung am Herd erkennbar, alarmiert der Sensor. Diese Technologie eignet sich besonders für kognitiv eingeschränkte Personen. Sie bietet Sicherheit, vermeidet Küchenbrände und fördert gleichzeitig die Selbständigkeit im Alltag.

## Smart Watch / Notrufuhr

Smart Watches können über die Kommunikationsfunktionen wie Telefonieren, Sprachmitteilungen und Textnachrichten hinaus noch viele weitere Funktionen erfüllen. In Gefahrensituationen kann der Träger zum Beispiel im Falle eines Sturzes eine Benachrichtigung an vordefinierte Kontakte senden.

Bei Menschen mit hohem Bewegungsdrang, aber eventuell verminderter Orientierungsfähigkeit, kann außerdem die GPS-Funktion sowohl den Trägern als auch den An- und Zugehörigen Sicherheit vermitteln. Mithilfe der GPS-Funktion ist der Standort der Uhr im Notfall über ein Mobiltelefon ermittelbar.

### Vorteile von solchen Notrufuhren:

- > Nutzer fühlen sich sicherer, wenn sie wissen, dass sie im Notfall schnell Hilfe anfordern können
- > Ältere Personen können weiterhin ein selbständiges und unabhängiges Leben führen, da sie wissen, dass Hilfe nur einen Knopfdruck entfernt ist
- > Angehörige sind beruhigt, da sie wissen, dass im Notfall rasch gehandelt werden kann

In der barrierefreien Musterwohnung der Leitstelle Pflege Hofer Land in der Ernst-Reuter-Straße 70, 95030 Hof können Sie sich von der Wohnberatung der Stadt und des Landkreises Hof kostenlos beraten lassen und neue Technologien selbst ausprobieren.

Gehen auch Sie einen Schritt auf moderne Technologien zu, um so lange wie möglich selbstbestimmt zu Hause wohnen bleiben zu können!

### Kontakt Wohnberatungsstelle

E-Mail: [wohnberatung@leitstelle-pflege.de](mailto:wohnberatung@leitstelle-pflege.de)  
 Telefon: Stadt Hof: 09281/546994917  
 Telefon: Landkreis Hof: 09281/546994907  
 Internet: <https://www.leitstelle-pflege.de/wohnberatung-stadt-und-landkreis-hof/>



Foto: unsplashPlus

## E-Rezept

Seit Juli 2023 gibt es für Versicherte die Möglichkeit, E-Rezepte digital mit ihrer elektronischen Gesundheitskarte (eGK) einzulösen.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt verschreibt Ihnen ein E-Rezept und speichert es sicher auf Ihrer elektronischen Gesundheitskarte oder in der E-Rezept-App. In der Apotheke stecken Sie Ihre Gesundheitskarte in das Kartenterminal oder zeigen die App vor. Die Apothekerin oder der Apotheker ruft alle offenen E-Rezepte ab und händigt Ihnen Ihre Medikamente aus. Wer möchte, kann sich das Rezept in der Arztpraxis aber auch wie gewohnt ausgedruckt mitnehmen. Der Zettel ist nicht mehr rosafarben wie früher, aber er enthält alle wichtigen Informationen zur Verordnung und einen Rezeptcode. Aufgrund der digitalen Unterzeichnung ist der Ausdruck auch ohne händische Unterschrift gültig. Das Fachpersonal in der Apotheke scannt den Rezeptcode ab und Sie können dann Ihre Medikamente mitnehmen oder bestellen.

Ihre Krankenkasse bietet Informationen für Versicherte zum Thema E-Rezept.



Foto: UnsplashPlus

*Professionelle Hilfe  
im Trauerfall*

**Inhaber  
Christian Reinisch**

Kirchweg 2  
95185 Gattendorf  
Tel. 09281/833 516

*Bestattungen* **LANG**

[info@lang-bestattungen.de](mailto:info@lang-bestattungen.de)  
[www.lang-bestattungen.de](http://www.lang-bestattungen.de)



Foto: unsplashPlus

## Aus-/Fortbildung

Es ist klar - wir brauchen mehr Fachkräfte im Pflegebereich. Wenn Sie sich umfassend informieren wollen, sind Sie hier genau richtig. Sie finden eine Übersicht über Möglichkeiten der Aus- und Fortbildung sowie der Weiterqualifizierung im Bereich der Pflege. Für alle Interessierten, Neueinsteiger, Quereinsteiger, Hilfs- und Fachkräfte, Migranten, für alle Generationen stellen wir Aktuelles auf einen Blick zusammen.

### Pflegeschulen

#### Staatlich anerkannte/r Pflegefachfrau/-mann

Die Bundesregierung hat die Ausbildung der Pflegeberufe neu geregelt. Das bedeutet, ab dem 1. Januar 2020 gibt es in Deutschland einen neuen Pflegeberuf mit dem staatlich anerkannten Abschluss „Pflegefachfrau“ bzw. „Pflegefachmann“.

In Ihrer Ausbildung erlernen Sie die professionelle Pflege von Menschen aller Altersstufen - von Säuglingen bis hin zu Senioren. Je nach Vorliebe und persönlichen Stärken können Sie im 3. Jahr der generalistischen Ausbildung eine praktische Vertiefung, z. B. in der Langzeitpflege,

wählen. Sie sind dennoch flexibel in der Wahl Ihres zukünftigen Arbeitsortes, unabhängig von Ihrer Spezialisierung. Sie sollten einfühlsam, liebevoll und geduldig im Umgang mit anderen Menschen sein sowie körperlich und psychisch belastbar. Da Sie eng mit den Pflegebedürftigen arbeiten, sollten Sie sich auch nicht vor Körperkontakt scheuen. Teamarbeit spielt eine wichtige Rolle, daher sind Teamplayer willkommen. In unseren Bildungszentren werden Sie optimal auf Ihre berufliche Rolle vorbereitet. Informieren Sie sich und bewerben Sie sich um einen Ausbildungsplatz in der Pflege.



Foto: Landkreis Hof

### **Berufsfachschule für Pflege der Kliniken Hochfranken**

Ludwigstr. 14, 95213 Münchberg  
Telefon: 09251/8508-900  
[www.kliniken-hochfranken.de/ausbildung-karriere/berufsfachschule-fuer-pflege](http://www.kliniken-hochfranken.de/ausbildung-karriere/berufsfachschule-fuer-pflege)  
[berufsfachschule@kliniken-hochfranken.de](mailto:berufsfachschule@kliniken-hochfranken.de)

### **Hochfränkisches Bildungszentrum für Gesundheit und Pflege gGmbH**

Konradsreuther Str. 2a/b, 95032 Hof  
Telefon: 09281/140066-0  
<https://www.diakonie-hochfranken.de/bildung-job/hochfraenkisches-bildungszentrum/pflegeschule@bildungszentrum-hochfranken.de>

## **Bildungsträger**

### **Agentur für Arbeit Bayreuth-Hof**

Postanschrift: Agentur für Arbeit Bayreuth-Hof  
95027 Hof / Besucheradressen:  
Äußere Bayreuther Str. 2, 95028 Hof  
Telefon: 0800 4 5555-00 (Arbeitnehmer)  
0800 4 5555-20 (Arbeitgeber)  
<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/Bayreuth-hof>  
[Bayreuth-Hof@arbeitsagentur.de](mailto:Bayreuth-Hof@arbeitsagentur.de)

Infos rund um Weiterbildung, Umschulung, Wiedereinstieg: [www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/Aktuelle Stellenangebote](http://www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/Aktuelle-Stellenangebote):  
[www.jobboerse.arbeitsagentur.de/](http://www.jobboerse.arbeitsagentur.de/)

### **bfz Hochfranken**

Schleizer Str. 5-7, 95028 Hof  
Telefon: 09281/72540  
[www.bfz.de](http://www.bfz.de)  
[info-hfr@bfz.de](mailto:info-hfr@bfz.de)

### **DEB gGmbH Hof**

Konrad-Adenauer-Platz 1, 95028 Hof  
Telefon: 09281/160639  
[www.deb.de](http://www.deb.de)  
[hof@deb-gruppe.org](mailto:hof@deb-gruppe.org)  
Neben den Sprachkursen bietet das DEB auch Lehrgänge in Zusammenarbeit mit dem Jobcenter bzw. der Agentur für Arbeit, ESF-Maßnahmen und weitere Maßnahmen an, in denen sich die Teilnehmenden für einen Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt qualifizieren können. Zudem ist das Deutsche Erwachsenen-Bildungswerk (DEB) mit seinen Tochterunternehmen einer der großen Bildungsträger in Deutschland, der sich auf Ausbildungen und berufliche Fort- und Weiterbildungen im Gesundheits- und Sozialbereich spezialisiert hat.

### **Fort- und Weiterbildung Diakonie Hochfranken**

Südring 96, 95032 Hof  
Telefon: 09281/7590  
<https://www.diakonie-am-campus.de/fortundweiterbildung@diakonie-am-campus.de>

**Jobcenter Hof-Land**

Geschäftsstelle Münchberg, Amtsgasse 4,  
95213 Münchberg  
Äußere Bayreuther Str. 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7396-805 (Arbeitsvermittlung)  
Telefon: 09281/7396-806 (Leistungsfragen)  
Telefon: 09281/7396-833 (Arbeitsvermittlung  
Münchberg)  
[www.jobcenter-hof-land.de](http://www.jobcenter-hof-land.de)  
[www.jobcenter.digital.de](http://www.jobcenter.digital.de)

**Jobcenter Hof-Stadt**

Äußere Bayreuther Str. 2, 95028 Hof  
Telefon: 09281/785950  
Telefon: 09281/785726  
Beauftragte für Chancengleichheit  
am Arbeitsmarkt  
[jobcenter-hof.bca@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-hof.bca@jobcenter-ge.de)  
[www.jobcenter-hof-stadt.de](http://www.jobcenter-hof-stadt.de)

**Language & more GbR**

Schloßweg 6, 95028 Hof  
Telefon: 09281/5932182  
<https://languageandmore-hof.de>  
[fritsch@wissenswerk-hof.de](mailto:fritsch@wissenswerk-hof.de)  
Sprachkurse

**VHS Hofer Land**

Ludwigstr. 7, 95028 Hof  
Telefon: 09281/7145-0  
[www.vhshoferland.de](http://www.vhshoferland.de)  
[info@vhshoferland.de](mailto:info@vhshoferland.de)



Foto: istockphoto.com

Foto: Stephan Weiss (Untreusee)



## Hilfe und Beratung im Trauerfall

Wir begleiten Sie durch die schweren Tage der Trauer



### Bestattungsinstitut Zeitler

Ludwigstr. 39 · 95213 Münchberg

Leistung und Erfahrung durch langjährige Tradition  
**Telefon 09251/1421**

Münchberg · Gefrees · Stambach · Helmbrechts und Umgebung

Auch dann, wenn der Verstorbene Mitglied eines Feuer-Bestattungsvereins war, können die Angehörigen einen Bestatter ihrer Wahl beauftragen.

Bestattungsinstitut · Meisterbetrieb



# SÖLLNER

G m b H

Erd- und Feuerbestattungen

### TAG & NACHT ERREICHBAR

Erledigung aller Behördengänge und Formalitäten  
Bestattungsvorsorge

**Hof/Saale · Klosterstraße 4** gegenüber dem Rathaus  
oder  
**Hermann Enders · Schleizer Straße 1**

**Tel. 30 25 · Telefax (0 92 81) 1 53 97**

soellnerbestattung@t-online.de

Für alle  
Bestattungsarten

## Vorsorge und Hilfe im Trauerfall Tag und Nacht erreichbar

### Bestattungen „Pietät“ Hof

Frau Kunisch

Ernst-Reuter-Straße 74 – Telefon 09281 70920

### Bestattungen „Pietät“ Rehau

Herr Seiferth

Jobtstraße 10 (am Friedhof) – Telefon 09283 1466



Kollektivmarke des BDB e.V.  
Qualitätsförderungen  
bestatter.de/markenzeichen

## Werner Bunzel KG Bestattungsinstitut

Weißdorf · Münchberg · Helmbrechts · Stadtsteinach



• Bestattermeister  
• Funeralmaster  
• Thanatopraktiker

- Tag und Nacht erreichbar: **Tel. 09251/6666**
- alle Behördengänge, Trauerdruck
- Erd-, Feuer-, Seebestattung
- Grabmachertechnik u. Bestattungsvorsorge

Bestattungen Werner Bunzel KG  
Karl-Reichel-Straße 6 · 95237 Weißdorf  
Tel. 0 92 51-66 66, 66 67 · Fax: 0 92 51-75 44  
E-Mail: [info@bunzel-bestattungen.de](mailto:info@bunzel-bestattungen.de)  
Internet: [www.bunzel-bestattungen.de](http://www.bunzel-bestattungen.de)



# EmC2 - Wir machen Ihr Leben leichter!

Ihr Ansprechpartner rund um Haus und Garten



**bis zu 4180€ Zuschuss**  
von der Pflegekasse

## Barrierefreies Zuhause

Mehr Sicherheit und Selbstständigkeit in Ihrem Zuhause - ohne Sturzrisiken. Wir bieten den Umbau von Badewannen und Duschen zur barrierefreien Dusche und Badewannen-türen, sowie Haltegriffe und Handläufe im Innen- und Außenbereich. Vertrauen Sie unseren Experten und fühlen Sie sich wieder unabhängig!

 [barrierefrei.emczwei.de](http://barrierefrei.emczwei.de)

Hier  
scannen



## Hausmeisterservice

Unser Team übernimmt die Pflege Ihrer Grünanlagen, inklusive Winterdienst, damit Sie mehr Zeit für Wichtiges haben. Vom Rasenmähen über Heckschnitt, Unkrautentfernung bis zur Hochdruckreinigung – wir kümmern uns um alles. Vermeiden Sie Stürze oder Überanstrengung und genießen Sie einen gepflegten Garten – ohne Aufwand.



Hier  
scannen

 [hausmeisterservice.emczwei.de](http://hausmeisterservice.emczwei.de)



## Alltagshilfe

Lassen Sie sich unterstützen, bevor der Alltag zur Herausforderung wird! Ob nach einem Krankenhausaufenthalt oder im Alter – unsere Alltagshilfen übernehmen Hausarbeiten, Fahrten und Einkäufe. So bleibt Ihnen mehr Zeit und Energie, während Sie Ihre Unabhängigkeit und Lebensqualität bewahren – ohne Stress.

 [alltagshilfe.emczwei.de](http://alltagshilfe.emczwei.de)

**Kostenübernahme**  
durch Pflegekasse möglich!

Hier  
scannen



**Rufen Sie uns jetzt an!**

Waldstraße 5  
95032 Hof/Saale  
[www.e-m-c-2.de](http://www.e-m-c-2.de)

09281 591 59 00  
09281 591 59 09  
[kontakt@e-m-c-2.de](mailto:kontakt@e-m-c-2.de)

# müller

---

## FOTOSATZ&DRUCK

Johannes-Gutenberg-Str. 1  
95152 Selbitz/Hochfranken  
Tel.09280/971-0 | Fax: 971-71  
info@druckerei-gmbh.de

[www.druckerei-gmbh.de](http://www.druckerei-gmbh.de)

Wir bedanken uns beim Landratsamt Hof,  
der Stadt Hof und der Leitstelle Pflege Hofer Land  
für das Privileg den Seniorenwegweiser herzustellen  
und damit das gezeigte Vertrauen  
in unsere Leistungsfähigkeit.

Herzlichen Dank allen Inserenten  
die mit ihrer Anzeigenschaltung den  
Druck dieser Broschüre ermöglicht haben!



Brillante Offsetdruck-Ergebnisse  
auf jedem Papier mit LED-UV ...  
in der Region nur bei uns!



## Schon gehört?

Wenn das Hören allein nicht mehr reicht, unterstützen wir Sie auch visuell.

### IMPRESSUM:

#### Herausgeber:

**müller**  
FOTOSATZ&DRUCK

Müller Fotosatz&Druck GmbH  
Johannes-Gutenberg-Str. 1  
95152 Selbitz  
Tel. 09280-971-70  
info@druckerei-gmbh.de  
www.druckerei-gmbh.de

#### in Zusammenarbeit mit:

Landratsamt Hof  
Schaumbergstraße 14  
95032 Hof  
  
Stadt Hof  
Klosterstraße 1  
95028 Hof

#### © Gestaltung:

Müller Fotosatz&Druck GmbH

#### Druck mit LED-UV:

Müller Fotosatz&Druck GmbH

#### Redaktion:

Verantwortlich für den redaktionellen Teil:  
Landratsamt Hof, Stadt Hof

Verantwortlich für den Anzeigenteil:  
Müller Fotosatz&Druck GmbH

Quellenangaben der Bilder sind an den jeweiligen Fotos vermerkt.

Nachdruck und Übersetzungen  
in Print und Online sind  
- auch auszugsweise - nicht gestattet.

**5. Auflage 2025**

Aus Gründen der Lesbarkeit wird in dem Wegweiser darauf verzichtet, geschlechtsspezifische Formulierungen zu verwenden. Soweit personenbezogene Bezeichnungen nur in männlicher Form angeführt sind, beziehen sie sich auf alle Personen in gleicher Weise. Die Angebote sind jeweils alphabetisch und nicht nach Gewichtung aufgeführt.

**Leitstelle Pflege Hofer Land**  
Berliner Platz 3 • 95030 Hof  
Telefon: 09281/5469949  
[www.leitstelle-pflege.de](http://www.leitstelle-pflege.de)

**Stadt Hof**  
Klostertor 1 • 95028 Hof  
Telefon: 09281/815-0  
[www.hof.de](http://www.hof.de)

**Landratsamt Hof**  
Schaumbergstraße 14 • 95032 Hof  
Telefon: 09281/57-0  
[www.landkreis-hof.de](http://www.landkreis-hof.de)