



Hochschule RheinMain

# Familie & Pflege



Wegweiser für pflegende Angehörige:  
Ihre regionalen Anlaufstellen



## Familienservice Team

Regina Müller  
familienkompass@hs-rm.de  
[www.hs-rm.de/familienkompass](http://www.hs-rm.de/familienkompass)

### Herzlich willkommen!

In diesem Flyer möchten wir Ihnen wichtige Anlaufstellen und Informationen am Beispiel Wiesbaden und Rüsselsheim vorstellen, die Ihnen helfen können, die bestmögliche Unterstützung für Ihre pflegebedürftigen Angehörigen zu finden.

Die richtigen Informationen können einen entscheidenden Unterschied in der Pflege und im Alltag machen, wenn man die Anlaufstellen kennt. Nutzen Sie die Informationen in diesem Flyer, um Ihren Alltag zu erleichtern und den Austausch mit anderen Betroffenen zu fördern.

Wir hoffen, dass Sie in diesem Flyer wertvolle Unterstützung finden, die Ihnen und Ihren Angehörigen zugutekommt.

Ihr Familienservice Team





## Inhaltsverzeichnis

Zentrale Anlaufstellen .....	1
Beratungs- und Vermittlungsstellen .....	2
Übersicht der Leistungsangebote .....	3
Seniorenbeirat .....	4
Ambulante Pflegedienste .....	5
Pflegeagenturen .....	6
Pflegeheime .....	7
Essen auf Rädern .....	8
Alzheimer und Demenz .....	10
Selbsthilfegruppen .....	12
Telefonseelsorge und Links .....	13
Angebot für Beschäftigte der HSRM .....	14
HSRM Notfallmappe .....	16

## Ansprechperson an der HSRM

Familienservice / Pflegelotsin  
Regina Müller  
Telefon: 0611 / 9495-2345  
E - Mail: familienkompass@hs-rm.de  
Termine nach Vereinbarung

[www.hs-rm.de/familienkompass](http://www.hs-rm.de/familienkompass)

## 1. Pflegestützpunkte als zentrale Anlaufstellen

### Wiesbaden

#### Pflegestützpunkt Wiesbaden

Amt für Soziale Arbeit | Kreuzberger Ring 7 | 1. OG. |  
65189 Wiesbaden  
Tel.: 0611 / 31-3648 | Jörg Bracke | Buchstabe A - L  
Tel.: 0611 / 31-3590 | Monika Dernbach | Buchstabe M - Z  
Fax: 0611 / 31-6902  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt@wiesbaden.de](mailto:pflegestuetzpunkt@wiesbaden.de)

[www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/  
sozialendienste-hilfen](http://www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/sozialendienste-hilfen)

### Rüsselsheim

#### Pflegestützpunkt Kreis Groß-Gerau

Landratsamt | Wilhelm-Seipp-Straße 4 |  
64521 Groß-Gerau  
Tel.: 06152 / 989-463  
Fax: 06152 / 989-109  
Frau Maierle | Herr Gehrman | Frau Gering van Husen  
Frau Hütten | Frau Steilberg | Frau Umbehr | Frau Walter  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt@kreisgg.de](mailto:pflegestuetzpunkt@kreisgg.de)

[www.kreisgg.de/gesellschaft/familie/senioren/  
pflegestuetzpunkt](http://www.kreisgg.de/gesellschaft/familie/senioren/pflegestuetzpunkt)



## 2a. Beratungs- und Vermittlungsstellen

### Wiesbaden

Amt für Soziale Arbeit – Abteilung Altenarbeit  
Forum Demenz und Projektbüro GeReNet.Wi

Konradinallee 11 | 65189 Wiesbaden  
Tel.: 0611 / 31-4676 | Marie Pfeiffer  
Tel.: 0611 / 31-3488 | Ulrike von Schilling  
E-Mail: [forum.demenz@wiesbaden.de](mailto:forum.demenz@wiesbaden.de)

[www.forum-demenz-wiesbaden.de](http://www.forum-demenz-wiesbaden.de)

### Rüsselsheim

Sozialstation – Gesundheits- und Pflegezentrum  
Rüsselsheim gemeinnützige GmbH (GPR)

August-Bebel-Straße 59 | 65428 Rüsselsheim  
Leitung APT:  
Tel.: 06142 / 88-1888 | Gisela Mink  
E-Mail: [mink@gp-ruesselsheim.de](mailto:mink@gp-ruesselsheim.de)

<https://www.gp-ruesselsheim.de>

## 2b. Übersicht der Leistungsangebote

### Wiesbaden

Das Wiesbadener Netzwerk für Geriatrische Rehabilitation "GeReNet.Wi" ist eine Plattform für Dienste, Institutionen und Akteure der Altenhilfe und des Gesundheitswesens in Wiesbaden.

Ziel ist es, eine umfassende und lückenlose Versorgung älterer, hilfs- und pflegebedürftiger Menschen zu Hause sicher zu stellen. Das Netzwerk bietet eine umfassende Broschüre an regionalen Angeboten in Wiesbaden und Umgebung rund um das Thema Pflege.

Zu folgenden Diensten stehen Informationen bereit:

- Finanzielle Hilfen
- Häusliche Hilfen
- Pflegerische Hilfen
- Angebot für Demenzkranke
- Selbstständiges Wohnen im Alter
- Kontakt- und Freizeitangebote für ältere Menschen
- Kommunale Beratungsangebote
- Behinderung
- Rechtliche Vorsorge
- Sterben und Tod
- Adressen



## 3. Seniorenbeirat

### Wiesbaden

Seniorenbeirat in der Landeshauptstadt Wiesbaden  
Geschäftsstelle Seniorenbeirat

Friedrichstraße 32 | 65185 Wiesbaden  
Tel.: 0611 / 31-2631  
Tel.: 0611 / 31-2612  
E-Mail: seniorenbeirat@wiesbaden.de

[www.wiesbaden.de/seniorenbeirat](http://www.wiesbaden.de/seniorenbeirat)

### Rüsselsheim

Geschäftsstelle des Seniorenbeirats –  
Haus der Senioren | Leitstelle Älterwerden u.v.m.

Frankfurter Straße 12 | 65428 Rüsselsheim  
Tanja Berz  
Tel.: 06142 / 83-2121  
Fax: 06142 / 83-2124  
E-Mail: seniorenbeirat@ruesselsheim.de

[www.ruesselsheim.de/soziales/aeltere-menschen](http://www.ruesselsheim.de/soziales/aeltere-menschen)

## 4. Ambulante Pflegedienste

### Wiesbaden

Eine Vielzahl an Pflegediensten ist im Stadtgebiet Wiesbaden und Umgebung angesiedelt. Auf der Website der Stadt Wiesbaden können Sie sich eine entsprechende Liste downloaden:

[www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/aeltere-menschen/index.php](http://www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/aeltere-menschen/index.php)

### Rüsselsheim

Auf folgender Website sind alle ambulanten Pflegedienste in Rüsselsheim und Umgebung gelistet:

[www.deutsches-seniorenportal.de/ambulante-pflegedienste/hessen/stadt/Ruesselsheim](http://www.deutsches-seniorenportal.de/ambulante-pflegedienste/hessen/stadt/Ruesselsheim)



## 5. Pflegeagenturen

### Rüsselsheim & Wiesbaden

An dieser Stelle können wir keine objektive Beurteilung der Pflegeagenturen abgeben. Jedoch erscheint es uns wichtig, darauf hinzuweisen, welche Anbieter:innen es gibt. Die Stiftung Warentest hat einige Vermittlungsagenturen getestet. Lesen Sie selbst:

[www.test.de/Pflege-zu-Hause-Vermittlungsagenturen-im-Test-1772650-1772585](http://www.test.de/Pflege-zu-Hause-Vermittlungsagenturen-im-Test-1772650-1772585)

## 6. Pflegeheime

### Wiesbaden

Auf der Website der Stadt Wiesbaden ist eine Liste mit allen Alten- und Pflegeheimen in Wiesbaden und Umgebung als Download verfügbar:

[www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/aeltere-menschen/index.php](http://www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/aeltere-menschen/index.php)

### Rüsselsheim

Beratungsstelle für ältere und behinderte Menschen der Stadt Rüsselsheim

Haus der Senioren  
Frankfurter Straße 12  
65428 Rüsselsheim  
Tel.: 06142 / 83-2121

Geeignete Krankenhäuser für Ihren Behandlungsanlass finden Sie zwischenzeitlich auf den Seiten der AOK. Hier können Sie sich unter dem Suchfeld Postleitzahl alle Pflegeheime dieser Region anzeigen lassen:

[www.aok.de/pk/krankenhaus-in-der-naehe](http://www.aok.de/pk/krankenhaus-in-der-naehe)



## 7. Essen auf Rädern

### Rüsselsheim

Beratungsstelle für ältere und behinderte  
Menschen der Stadt Rüsselsheim

Haus der Senioren  
Frankfurter Straße 12  
65428 Rüsselsheim  
Tel.: 06142 / 83-2121

Ambulante Hilfsangebote in der Stadt (auch Essen  
auf Rädern usw.)

[www.ruesselsheim.de/soziales/aeltere-menschen](http://www.ruesselsheim.de/soziales/aeltere-menschen)

Auch hier gibt es eine Reihe von Anbieter:innen,  
die „Essen auf Rädern“ in Rüsselsheim und Um-  
gebung anbieten. Auf folgender Website können  
Sie Ihre Postleitzahl eingeben und erhalten die  
Anbietenden in Ihrer Region:

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

Hilfreich ist auch die Information von „Testberich-  
te“, Stichwort „Essen auf Rädern“; hier bekommen  
Sie eine Bestenliste von Anbietenden:

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

### Wiesbaden

Es gibt eine Reihe von Anbietenden, die „Essen auf  
Rädern“ im Stadtgebiet Wiesbaden organisieren.  
Wir verweisen auf die Website der Stadt Wiesbaden:

[www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/  
gesellschaft/index.php](http://www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/index.php)

In der Rubrik Gesellschaft / Ältere Menschen /  
Pflegebedürftigkeit zu Hause finden Sie unter „Mobiler  
Menüservice“ eine Liste mit allen Menüdiensten:

[www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/  
gesellschaft/aeltere-menschen/content/essen-auf-  
raedern.php](http://www.wiesbaden.de/leben-in-wiesbaden/gesellschaft/aeltere-menschen/content/essen-auf-raedern.php)



## 8. Anlaufstellen für Alzheimer und Demenz

### Rüsselsheim

Alzheimer- und Demenzkranken Gesellschaft  
Rüsselsheim e.V.

Beratung zum Thema Demenz / Schulungen für  
Angehörige (präsenz/digital) / Gesprächskreise  
für Angehörige von Menschen mit Demenz /  
Entlastungsangebote u.v.m.

Haus der Senioren  
Frankfurter Straße 12  
65428 Rüsselsheim  
Tel.: 06142 / 210 373

E-Mail: [info@alzheimer-ruesselsheim.de](mailto:info@alzheimer-ruesselsheim.de)

[www.alzheimer-ruesselsheim.de](http://www.alzheimer-ruesselsheim.de)

### Wiesbaden

Forum Demenz Wiesbaden

Geschäftsstelle des Netzwerks, Vermittlung von  
Kontakten zu den Angeboten für Menschen mit  
Demenz und ihre Angehörigen

Tel.: 0611 / 31-4676

Tel.: 0611 / 31-3488

E-Mail: [forum.demenz@wiesbaden.de](mailto:forum.demenz@wiesbaden.de)

[www.forum-demenz-wiesbaden.de](http://www.forum-demenz-wiesbaden.de)

Alzheimer Gesellschaft Wiesbaden e.V.

Am Schlosspark 75 b | Haus Louise  
65203 Wiesbaden-Biebrich  
Tel.: 0611 / 724 423-0

E-Mail: [info@alzheimer-wiesbaden.de](mailto:info@alzheimer-wiesbaden.de)

[www.alzheimer-wiesbaden.de](http://www.alzheimer-wiesbaden.de)



## 9. Selbsthilfegruppen

### Wiesbaden und Rüsselsheim

#### Selbsthilfebüro Groß Gerau / Selbsthilfekontaktstellen des Paritätischen Hessen

Das Selbsthilfebüro ist eine Anlaufstelle für Ratsuchende, die unter einer gesundheitlichen oder sozialen Problematik leiden und Austausch und Unterstützung in einer Selbsthilfegruppe suchen. Das Selbsthilfebüro berät Ratsuchende, vermittelt den Kontakt zu Gruppen oder empfiehlt den Kontakt zu anderen Beratungsstellen oder Einrichtungen im Gesundheitssystem.

[www.paritaet-selbsthilfe.org/standorte/gg](http://www.paritaet-selbsthilfe.org/standorte/gg)

#### Gesundheitskompass für Wiesbaden (GkW) Selbsthilfegruppen Suchmaschine

Erfahrungen austauschen, einander helfen oder einfach nur zuhören: Mit dieser Suchmaschine können Sie gezielt Ihre Selbsthilfegruppe oder Anlaufstelle in und um Wiesbaden finden.

[www.gesundheitskompass-wiesbaden.de/selbsthilfegruppen](http://www.gesundheitskompass-wiesbaden.de/selbsthilfegruppen)

## 10. Telefonseelsorge und wichtige Links zum Thema

### Telefonseelsorge in Lebenskrisen

Für Menschen in einer Krise und mit Problemen, die diese vertraulich besprechen möchten:  
Tel.: 0800 / 11 10 111 oder  
Tel.: 0800 / 11 10 222

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

Adressen und Telefonnummern für alle, die Hilfe, Rat oder ein offenes Ohr suchen:

[www.offeneohren-hessen.de](http://www.offeneohren-hessen.de)

Hier erhalten Sie wichtige Links mit Informationen rund um das Thema Pflege:

[www.sozialnetz.de](http://www.sozialnetz.de)  
[www.pflege-in-hessen.de](http://www.pflege-in-hessen.de)  
[www.hsm.hessen.de/familie](http://www.hsm.hessen.de/familie) (Suche: Pflege)  
[www.forum-demenz-wiesbaden.de](http://www.forum-demenz-wiesbaden.de)  
[www.alzheimer-wiesbaden.de](http://www.alzheimer-wiesbaden.de)  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)  
[www.paritaet-selbsthilfe.org](http://www.paritaet-selbsthilfe.org)



### 11. Angebot für Beschäftigte der HSRM: Employee Assistance Program (EAP)

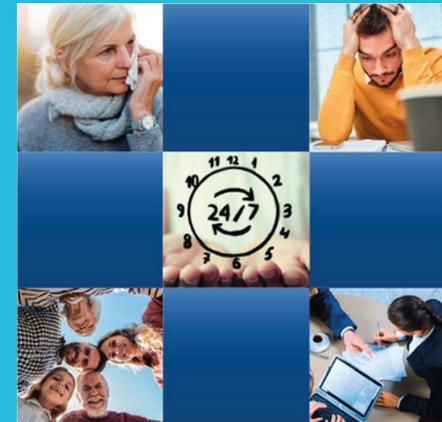
Die Hochschule RheinMain bietet kostenfrei zusammen mit EAP Assist allen Beschäftigten und ihren unmittelbaren Familienangehörigen individuelle Beratungsleistungen in allen Lebenslagen an.

Diese umfassen Hilfen unterstützen bei Fragen und Problemen aus den Bereichen Gesundheit, Krankheit, Arbeit und Familie sowie sozialen Fragestellungen.

Ein Expertenteam aus den Gebieten Psychologie, Medizin, Jura und Sozialberatung steht Ihnen kompetent und diskret an 365 Tagen im Jahr zur Verfügung.

[www.eap-assist.de](http://www.eap-assist.de)

Die Zugangsdaten für die Nutzung des EAP-Programms und weitere Informationen finden Sie auf den internen Hochschulseiten unter Services A-Z: Employee Assistance Program (EAP)



**Wir wollen, dass es  
Ihnen gut geht!**

Mitarbeiter/innenberatung durch die



Eine Initiative Ihres Arbeitgebers für Ihre Gesundheit





## 12. Angebot HSRM Familienservice: Notfallmappe „Ich bin vorbereitet“

Die Notfallmappe „Ich bin vorbereitet“ von berufundfamilie (Stand Mai 2021) erspart Ihnen und ihren Angehörigen eine lange Suche nach wichtigen Informationen oder persönlichen Dokumenten im Notfall (z.B. Unfall oder Schlaganfall), wenn Hilfe in Anspruch genommen werden muss.

Alle Hochschulangehörigen können diese kostenlos herunterladen. Sie finden die Notfallmappe auf der Webseite Familienkompass unter dem Reiter „Pflege von Angehörigen“

[www.hs-rm.de/familienkompass](http://www.hs-rm.de/familienkompass)

Die barrierefreie Notfallmappe kann direkt am PC ausgefüllt werden oder Sie können die Mappe ausdrucken und handschriftlich eintragen.



# Notfallinfo-Kartenhülle für die Gesundheitskarte



**Die Kartenschutzhülle für Ihre Gesundheitskarte:**  
Damit im Notfall alle Ihre wichtigsten Informationen  
schnell zugänglich sind.



**Kontakt Familienservice:**  
Regina Müller  
familienkompass@hs-rm.de  
www.hs-rm.de/familienkompass