

Seniorenwegweiser der Gemeinde Kürnach





Liebe Kürnacher Seniorinnen und Senioren,

wir vom Senior*innenbeirat wünschen allen Seniorinnen und Senioren, dass sie bis ins hohe Alter ein erfülltes, abwechslungsreiches und selbständiges Leben führen können. Daher möchten wir mit dem vorliegenden Wegweiser dazu einen Beitrag leisten.

Es versteht sich von selbst, dass sich die Daseinsvorsorge bei weitem nicht auf die Unterstützung im Pflegefall beschränkt. In Kürnach bieten Vereine, Organisationen und Einrichtungen entsprechende Aktivitäten zur Freizeitgestaltung, Gesunderhaltung und Geselligkeit an. Glücklicherweise verfügt Kürnach über eine differenzierte Infrastruktur - Einkaufsmöglichkeiten, (Fach-)Ärzte, Apotheke, Freizeiteinrichtungen und öffentlichen Nahverkehr. Den Wunsch nach senioren-gerechtem Wohnen nimmt die Gemeinde sehr ernst und unterstützt entsprechende Planungen.

Doch auch für den Fall, dass das Leben beschwerlich wird und vielleicht Pflege oder Betreuung notwendig werden, ist Kürnach aktuell gut gerüstet.

Wir wollen allen, den älteren Menschen und ihren Angehörigen, hier einen ersten Überblick verschaffen, was in unserer Gemeinde an Unterstützung bereitgehalten wird oder bei wem erste Informationen eingeholt werden können.

Unsere aktualisierte Übersicht soll Sie aber auch dazu anregen, uns über Aktivitäten oder Anlaufstellen zu informieren, die hier fehlen. Und selbstverständlich hören wir uns auch Ihre Anliegen gerne an.

Ihr Senior*innenbeirat

Unterstützung durch die Gemeinde und Mitglieder des Senior*innenbeirats

1. Bürgermeister: Rene Wohlfart, Tel.: 09367 / 90690

**2. Bürgermeisterin und
Behindertenbeauftragte:** Susanne John, Tel.: 09367 / 986280

Senior*innenbeirat*innen	Telefon	E-Mail-Anschrift
Dr. Süleyman Gögercin, Sprecher des Beirates	7663	dr.goegercin@t-online.de
Christa Dorsch, stv. Sprecherin	987622	christa.dorsch@live.de
Herbert Grümpel	7147	herbert.gruempel@gmx.de
Elisabeth Hemm	1860	hemm-kuernach@t-online.de
Eduard Joneitis	3563	joneitis1@t-online.de
Edgar Kamm	99526	edgar.kamm@web.de
Waltraud Beyer-Raab	8470	waltraud.beyer@gmx.de

Mitarbeiterin im Rathaus Kürnach:

Denise Montedoro, Zentrum für Familien Kürnach, Gemeindejugendarbeit und Familienstützpunkt, Tel.: 09367 / 906955, Mobil: 0160 / 96251329,
E-Mail: denise.montedoro@kuernach.de



NACHBARSCHAFTSHILFE

Kürnach | **Gemeinsam - Füreinander**

Falls Sie Hilfe benötigen, können Sie dies dem Leitungsteam gerne mitteilen. Es nimmt Anfragen zur Nachbarschaftshilfe persönlich, per Telefon oder E-Mail entgegen und vermittelt dann eine Helferin oder einen Helfer aus dem Helferteam. Auch wenn Sie in das Helferteam aufgenommen werden möchten, melden Sie sich gerne ebenso beim Leitungsteam!

Telefon: 0178 6627226, E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-kuernach.de
Internet: www.nachbarschaftshilfe-kuernach.de

Fahrdienste / Einkaufsbus

Gemeinde Kürnach, Abfahrt Haltestelle Prosselsheimer Straße,
jeden Montag und Freitag, 10:00 Uhr, jeden Mittwoch, 13:00 Uhr

Bücherei

Kath. Öffentl. Bücherei Kürnach im Pfarrzentrum. Öffnungszeiten: Sonntag 11:00 - 12:00 Uhr, Dienstag 19:00 - 20:30 Uhr, Donnerstag 15:00 - 17:00 Uhr

Freizeit - Angebote/Aktivitäten

Veranstaltung

Radeln von Frühjahr bis Herbst, in kälterer Jahreszeit
Wandern, Kegeln jeden zweiten Donnerstag

Jahresplan unter www.sb-kuernach.de, Veranstaltungen

Internetcafé von Senioren für Senioren

Jeden 2. und 4. Dienstag des Monats von 10:00 bis 12:00 Uhr
im Haus der Vereine (Gemeinschaftsraum)

Kochkurs: Clever genießen – lecker und gesund essen im Alltag

Zur Modifizierung des Essverhaltens wird nicht nur Wissen vermittelt, sondern unter Anleitung auch gemeinsam gekocht.

Termin: 05.03.2024, ab 09.30 Uhr, Kosten: 10 € pro Person für Lebensmittel
In der Küche der Höllberghalle - Anmeldung erforderlich!

Filmnachmittag

Am Mittwoch, 15. Mai, wird ab 14.30 Uhr im Musterhaus Kürnach bei Kaffee und Kuchen der Film „Die besten Freunde“ gezeigt. Eintritt frei.

Besuch von Kulturveranstaltungen

1x im Monat Besuch einer Kulturveranstaltung

Seniorenachmittag

Jeden zweiten Dienstag im Monat im Pfarrzentrum,
beginnt um 14.15 Uhr mit einem Gottesdienst;
Beförderung Gehbehinderter mit Sammelbus ist möglich.

Spielenachmittage

Jeden 2. und 4. Freitag des Monats
ab 15:00 Uhr bis ca. 17:30 Uhr im Cafe Bieberbau

Spiele sind bitte mitzubringen! Kuchen, Kaffee und Getränke stehen zum Verkauf bereit.

Termine: 12. + 26.01., 09. + 23.02., 08. + 22.03., 12. + 26.04., 10. + 24.05., 07. + 21.06., 05. + 19.07., 09. + 23.08., 13. + 27.09., 11. + 25.10., 08. + 22.11., 13.12.

für Seniorinnen und Senioren

Veranstalter	Telefon	Kontakt Email-Anschrift; Homepage
Radlgruppe / Seniorenbeirat	99526 7663	edgar.kamm@web.de dr.goegercin@t-online.de www.sb-kuernach.de
Seniorenbeirat	1254	dieter@zellhoefer.de https://senior-innenbeirat-kuernach.de/internet-cafe/ Es gibt eine WhatsApp-Gruppe für Besucher, Aufnahme durch einen der Helfer
Seniorenbeirat	987622	Anmeldung bei: christa.dorsch@live.de https://senior-innenbeirat-kuernach.de
Seniorenbeirat	7663	dr.goegercin@t-online.de
Kulturgruppe / Seniorenbeirat	7663	dr.goegercin@t-online.de
Pfarrei St. Michael	2407	ludmillaburkard@googlemail.com https://www.pg-ekm.de/angebote-und-gruppen#senioren
VdK	0171 134440	michael.freimann@gmx.de http://www.vdk.de/ov-kuernach

Freizeit - Angebote/Aktivitäten

Veranstaltung
Senioren gymnastik - Jeden Donnerstag von 10 bis 11 Uhr in der Höllberghalle
Herrn gymnastik - Jeden Mittwoch von 20 - 21:30 Uhr in der Höllberghalle
Gesundheitssport 50+ - Jeden Montag von 9 - 10 Uhr in der Höllberghalle
Fit ins Wochenende - Jeden Freitag von 9 - 10 Uhr in der Höllberghalle
Faszientraining - Jeden Freitag von 10 - 10:30 Uhr in der Höllberghalle
Outdoor Jeden Montag 10:15 Uhr - 11:15 Uhr oder Jeden Freitag 10:45 Uhr - 11:45 Uhr jeweils auf dem Sportgelände
Ausflüge, Exkursionen, Führungen, Besichtigungen einmal monatlich, Veröffentlichung im Mitteilungsblatt und in der WhatsApp-Gruppe, Fahrt meist in Fahrgemeinschaften
Boule das Spiel mit den Kugeln und dem Schweinchen, nur bei passendem Wetter jeden 2. und 4. Dienstag im Monat ab 14:30 Uhr Treffpunkt Bouleplatz am Schulsportgelände
Feierabendradtouren Bei gutem Wetter bis 30 km in der näheren Umgebung, meist mit abschließender Einkehr. Jede*r darf die Initiative ergreifen und über WhatsApp-Gruppe zu einer Tour einladen.
Schwimmen in den Wintermonaten im Hallenbad Volkach montags ab 16 Uhr
Die Radlergruppe fährt vom Frühjahr bis zum Herbst bei schönem Wetter meist jeden Mittwoch nach Absprache (Strecken 50 bis 80 km)
Wer in eine der WhatsApp Gruppen (aktiv50plus, Boule oder Radlergruppe)

für Seniorinnen und Senioren

Veranstalter	Telefon	Kontakt Email-Anschrift; Homepage
Sportverein	987622	<p>christa.dorsch@live.de oder gymnastik@sv-kuernach.de</p> <p>Infos im Mitteilungsblatt der Gemeinde oder unter https://www.sv-kuernach.de/gymnastik/</p> <p>Herrengymnastik wird von Anton Ramold und alle anderen von Gaby Grützner-Ledermann trainiert.</p>
Aktiv50plus	8470 oder 1254	<p>Waltraud Beyer-Raab, Dieter Zellhöfer</p> <p>Infos im Mitteilungsblatt der Gemeinde oder unter www.aktiv50plus.zellhoefer.de E mail: aktiv50plus@online.de</p> <p>Wie vor Zu den Touren wird über die WhatsApp-Gruppe aktiv50plus eingeladen</p>
Aktiv50plus	2749	Armin Börger
Aktiv50plus	1254	<p>Interessierte wenden sich bitte an einen der Radler: Dieter Zellhöfer, Willi Stahl, Norbert Neff, Wolfgang Hemm, Lothar Schäfer dieter@zellhoefer.de www.aktiv50plus.zellhoefer.de/a50aktuell.htm</p>
e) aufgenommen werden möchte, wendet sich bitte an Dieter Zellhöfer		

Informationsveranstaltungen

Veranstalter	Veranstaltung	Datum	Ort
Seniorenbeirat	Digitaler Nachlass - Digitale Vorsorge	30.01.2024 ab 14.30 Uhr	Altes Rathaus
Seniorenbeirat	Pedelec-Kurs	14.05.2024 ab 14.30 Uhr	Parkplatz der Höllberghalle
Seniorenbeirat	Sehen, Hören und Kommunikation im Alter	04.07.2024 ab 14.30 Uhr	Altes Rathaus
Seniorenbeirat	Einbruchssichere Gestaltung der Wohnung	18.09.2024 ab 14.30 Uhr	Altes Rathaus
Seniorenbeirat	Gesund älter werden - gesunde Ernährung und Bewegung	09.10.2024 von 10.00 bis 11.30 Uhr	Höllberghalle
Seniorenbeirat	Sicher im Alltag mit Rollator	Datum und Veranstaltungs- ort stehen noch nicht fest. Sobald diese Informationen bekannt sind, werden sie im Mitteilungsblatt der Gemeinde und auf den Internetseiten des Seniorenbeirats (https://senior-innenbeirat-kuernach.de) und des Veranstalters ver- öffentlicht.	
Kommunalun- ternehmen WÜ	Wohnberatung		
Kommunalun- ternehmen WÜ	Pflegeberatung		
VdK	Das Wichtigste zu Vollmach- ten und Verfügungen		
VdK	Übergabe von Immobilien zu Lebzeiten		
VdK	Erben und Vererben		
VdK	Umweltbewusst leben, Geld sparen		
BN-Ortsgruppe- Kürnach u.a.	Eine naturkundliche Führung mit Eugen Bieber	8. Juni 2024 Uhrzeit und Treffpunkt werden zur gegebenen Zeit im Mitteilungsblatt der Gemeinde und auf der Internetseite des Veranstalters veröffentlicht (https://wuerzburg.bund-naturschutz.de/ortsgruppen/kuernach-estpross/unsere-ortsgruppe).	

Weitere mögliche, hier nicht genannte Informationsveranstaltungen werden im Mitteilungsblatt der Gemeinde und auf den Internetseiten des Seniorenbeirats (<https://senior-innenbeirat-kuernach.de>) und des Veranstalters veröffentlicht.

Angebote der Kirchengemeinden

erfahren Sie über die Pfarrämter

Kirchengemeinden	Adresse	Telefon	Kontakt-E-Mail
Evang.-Luth. Kirchengemeinde Estenfeld-Kürnach	Dürerstraße 46, 97230 Estenfeld, Schwarze Äcker 36, 97273 Kürnach	09367 / 9820301	evang.estenfeld@t-online.de http://www.evangelisch-estenfeld.de/
Katholisches Pfarramt Kürnach	Kirchberg 4, 97273 Kürnach	09367 / 99256	pfarrei.kuernach@bistum- wuerzburg.de http://www.pfarrei-kuernach.de

Ärzte

Hans-Hermann Böcking, Privatpraxis für Naturheilverfahren und Allgemeinmedizin, Aljezurstraße 10, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 981450
Dr. Andreas Mayer, Allgemeinmedizin, Semmelstraße 21, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 9820250
Dr. Joachim Stähler, Facharzt für Allgemeinmedizin, hausärztliche Privatpraxis, Kirchberg 11, Kürnach, Tel.: 09367 / 530
Martin Voll, Praktischer Arzt, Chirotherapeut, Palliativmediziner, Theodor-Heuss-Straße 8, 97273, Tel.: 09367 / 9877960
Dres. Sebastian Baron, Roman Braun u. a. Fachärzte für Urologie, Kirchberg 11a, 97273, Tel.: 09367 / 401970
Felix Sakals, Zahnarzt, Obere Torstraße 8, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 2203
Dr. Thomas Silbermann, Zahnarzt, Am Trieb 42, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 9889075
Ulrike M. Steinmetz, Zahnärztin, Bergstraße 2, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 1777

Notruf

Übersicht über die Notrufnummern und die der Krankenhäuser in Würzburg

0931 / 322833	Bereitschaftspraxis im Juliusspital, Juliuspromenade 19, Zugang über Notaufnahme, Koellikerstraße, 97070 Würzburg. In der Bereitschaftspraxis kann man Ihnen die diensthabenden Gebietsärzte nennen.
116117	Rufzentrale für den Kassenärztlichen Bereitschaftsdienst (der diensthabende Hausarzt)
112	Integrierte Leitstelle (Notarzt, Rettungswagen, Feuerwehr)
0931 / 201-0	Universitätsklinik Würzburg
0931 / 791-0	Klinikum Würzburg Mitte, Missionsärztliche Klinik
0931 / 393-0	Klinikum Würzburg Mitte, Juliusspital
0800 / 1110111	Telefonseelsorge

Ambulante und stationäre Pflege

Pflegehotline: 0180 2097070

Pflegeberatung für den Landkreis Würzburg, Tel.: 0800 0001027, E-Mail: pflegeberatung@kommunalunternehmen.de

Seniorenzentrum Kürnach: Am Trieb 44, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 98852-0, E-Mail: carina.wege@senioreneinrichtungen.info, Internet: <https://www.senioreneinrichtungen.info/pflegeheime/seniorenzentrum-kuernach/index.html>

Service-Wohnen Kürnach – Am Mühlental (ehem. Betreutes Wohnen): Am Trieb 44, 97273 Kürnach, Ansprechpartnerin: Christine Zettner, Zeppelinstraße 67, 97074 Würzburg, Tel.: 0160 / 7827854 oder 0931 / 8009- 1147, E-Mail: christine.zettner@senioreneinrichtungen.info, Internet: <https://www.senioreneinrichtungen.info/service-wohnen/am-muehlental-kuernach/337>

Pflegeberatung St. Gregor, die Sozialstation St. Gregor erteilt kostenlose Beratung rund um die Pflege, Tel.: 09367 / 988790, E-Mail: info@sankt-gregor.de, Internet: www.sankt-gregor.de

Tagespflege und Ambulanter Pflegedienst der Caritas Sozialstation St. Gregor Fahrbrück e.V., Tel.: 09367 / 98879-0, E-Mail: info@sankt-gregor.de, Internet: www.sankt-gregor.de

Hausnotruf: Notrufsender, Schlüssel hinterlegung etc., BRK Kreisverband, Zeppelinstr. 1-3, 97074 Würzburg, Tel.: 0931 / 80008-0, E-Mail: info@kvwuertzburg.brk.de, Internet: www.kvwuertzburg.brk.de

Apotheken

Sonnen-Apotheke: Wachtelberg 18, 97273 Kürnach, Tel.: 09367 / 9820462, <https://www.sonnen-apotheke-kuernach.de>, E-Mail: team@sonnen-apotheke-kuernach.de

Notdiensthabende Apotheken rund um Kürnach sind im Mitteilungsblatt gelistet. Auskunft über diensthabende Apotheken auch Hotline 22833 oder kostenlos (aus dem deutschen Festnetz) 0800 / 0022833 (bei Anruf wird der Kunde mit einem computergesteuerten Sprachdialogsystem verbunden), Internet: www.aponet.de

Mittagstisch / Essen auf Rädern

Mittagstisch in der Tagespflege Kürnach, Am Trieb 42, 97273 Kürnach, Tel.-Nr. 09367 985869 - Der Preis für einen Mittagstisch beträgt 7 € und beinhaltet eine Suppe, eine Hauptspeise und eine Nachspeise und ein Getränk. Vorherige telefonische Anmeldung in der Tagespflege ist erforderlich, da das Mittagessen täglich je nach Gästezahlen bestellt wird.

Bayerisches Rotes Kreuz: Essen auf Rädern, Zeppelinstr. 3, 97074 Würzburg, Tel.: 0931 / 80008520 oder 08000 / 365000, Internet: www.kvwuerzburg.brk.de/angebote/alltagshilfen/menue-service-essen-auf-raedern.html
E-Mail: menue-service@kvwuerzburg.brk.de

Malteser in Würzburg: Essen auf Rädern, Mainaustr. 45 A, 97082 Würzburg, Tel.: 0931 / 4505240, Internet: www.malteser-wuerzburg.de,
Internet: www.malteser-unterfranken.de/menueservice

Paritätischer Pflegedienst: Essen auf Rädern, Weinbergstr. 5, 97261 Güntersleben, Tel.: 09365 / 881007, E-Mail: pflagedienst-wbg@paritaet-bayern.de,
Internet: www.paritaetischer-pflagedienst.de

Mobilität

Seniorenabo der APG: Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren erhalten eine rabattierte ÖPNV-Fahrkarte. Das APG-Seniorenabo wird von der Gemeinde Kürnach und der APG bezuschusst, so dass man sich insgesamt 20 Prozent auf seine Fahrkarte spart. Das APG-Seniorenabo ist ausschließlich bei der APG in der Juliuspromenade 40 – 44 in Würzburg, 2. OG, erhältlich. Die Geschäftsstelle verfügt über einen Aufzug und ist barrierefrei. Man kann sich vor Ort oder telefonisch persönlich und individuell beraten lassen und in der Geschäftsstelle direkt Fahrkarten und Abonnements kaufen sowie kostenlose Fahrplanhefte erhalten.
Tel.: 0931 / 45280-0, Internet: www.apg-info.de, E-Mail: beratung@apg-info.de

Deutsche Bahn AG: Servicenummer der Deutschen Bahn: Tel.: 030 2970, Fahrplanauskunft 0800 1 50 70 90, www.bahn.de, Mobilitätsservice für Planung barrierefreier Reisen: Tel. 030 65212888 (Montag bis Freitag 6 bis 22 Uhr; samstags, sonntags und an Feiertagen 8 bis 20 Uhr).

Taxi Würzburg eG: Kranken-, Dialysefahrten, Flughafentransfer, Kurier, Shuttle, Sieboldstr. 2, 97072 Würzburg, Tel.: 0931 / 19410, www.taxi-wuerzburg.de, E-Mail: info@taxi-wuerzburg.de.

Rikscha-Fahrten: Melden Sie sich an und fahren Sie mit! Ehrenamtliche Fahrer fahren Sie kostenlos in und um Kürnach, gerne auch durch Feld und Flur. Wenn Sie selbst oder ihre Angehörigen gefahren werden möchten, dann melden Sie sich einfach telefonisch bei S. Gögercin unter 09367 / 7663 oder per E-Mail bei Joneitis1@t-online.de

Mitbürgerbänke Kürnach: verschiedene Standorte in Kürnach – Treffpunkt für alle Bürger und Anlaufpunkt als Mitfahrerbank mit Zielen in Kürnach (Einzelhandel/Wachtelberg/Friedhof/Sportanlagen). Offizielle Fahrer besitzen den Aufkleber „Fahr mit!“ der Siedlergemeinschaft Kürnach e.V.

Überörtliche Unterstützung

Senioreinrichtungen des Landkreises Würzburg

Kommunalunternehmen, Zeppelinstraße 67, 97074 Würzburg, Tel.: 0931 / 8009-0,
Internet: www.senioreinrichtungen.info
Beratung und Unterstützung rund um Seniorenangelegenheiten

Seniorenwegweiser des Landkreises Würzburg

Tel.: 0931 / 80442-18, melanie.ziegler@wirkkommunal.de, <https://www.kommunalunternehmen.de/beratung-unterstuetzung/seniorenwegweiser/index.html>

Pflegeberatung für die Region Würzburg

Tel.: 0800 0001027, E-Mail: pflegeberatung@kommunalunternehmen.de

Wohnberatung für den Landkreis Würzburg

Tel.: 0931 / 8044258, E-Mail: tobias.konrad@kommunalunternehmen.de

Fachstelle für pflegende Angehörige

Tel.: 0931 / 80442-81 oder -89, E-Mail: stephanie.kampschulte@wirkkommunal.de

Info-Post für Seniorinnen und Senioren: Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg bietet die sog. Info-Post für Seniorinnen und Senioren kostenlos an. Die Broschüre liegt im Landkreis an öffentlichen Stellen zur Mitnahme aus, kann per E-Mail zugeschickt werden und/oder steht auf der Homepage zum Download bereit: <https://www.kommunalunternehmen.de/beratung-unterstuetzung/info-post-fr-senioren/index.html>

Musterhaus Kürnach: Besichtigung von Hilfsmitteln oder Alltagsgegenständen, die zeigen wie selbstständiges Leben im eigenen Zuhause auch im Alter oder mit Einschränkungen möglichst lange und mühelos gelingen kann. Nur mit Terminvereinbarung unter: 0931 / 80442-38, E-Mail: katrin.mueller@wirkkommunal.de

Hospiz- und Trauerbegleitung:

- **Juliussspital-Hospiz:** Tel.: 0931/393-2460, E-Mail: hospiz@juliussspital.de,
Internet: www.juliussspital-hospiz.de
- **Malteserhilfsdienst:** Stadt- und Landkreis Würzburg, Tel.: 0931 / 4505-227,
Internet: www.malteser-unterfranken.de/angebote-und-leistungen/hospizarbeit
- **Hospizverein Würzburg:** Tel.: 0931 53344, E-Mail: info@hospizverein-wuerzburg.de

Betreuungsstelle: Landratsamt Würzburg, Zeppelinstraße 15, 97074 Würzburg,
Tel.: 0931 / 8003-5772, www.landkreis-wuerzburg.de/betreuungsstelle,
E-Mail: betreuungsstelle@lra-wue.bayern.de, Betreuung im Sinne von § 1896 BGB, für
Angelegenheiten, die Betroffene ganz oder teilweise rechtlich nicht mehr besorgen
(können).

Beratungsangebot der gesetzlichen Pflegekasse in Bayern: Tel.: 0800 / 7721111

Für Ihre Fragen und Anregungen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung unter
09367 / 7663 (Dr. Gögercin, Sprecher des Senior*innenbeirats) oder
per E-Mail: dr.goegercin@t-online.de, aber auch andere Mitglieder
des Senior*innenbeirats sowie Frau Montedoro im Rathaus Kürnach, Tel.: 09367 /
906955, Mobil: 0160 / 96251329, E-Mail: denise.montedoro@kuernach.de