

ANGEBOTE  
für *Ruheständler*

## Nachbarschaftshilfe Lauf e.V.

Die Nachbarschaftshilfe unterstützt, begleitet und betreut Laufer Bürger und Bürgerinnen in verschiedenen Lebenslagen beispielsweise beim Einkaufen, beim Bewältigen von Alltagsaufgaben, der Gartenarbeit, Arztbesuchen, Behördengängen etc.

Zur Entlastung pflegender Angehörigen bietet die Nachbarschaftshilfe **derzeit jeden zweiten Dienstag von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr** die Betreuungsgruppe „LauBe“ in entspannter Atmosphäre an. Hier wird zusammen gesungen, gespielt und gebastelt und die Selbständigkeit sowie das gemeinsame Tun gefördert. Die Nachmittage werden von einer Pflegekraft sowie ehrenamtlichen Helfern und Helferinnen betreut (gebührenpflichtig).

Die Nachbarschaftshilfe organisiert regelmäßig Vorträge zu verschiedenen Themen.

Die Nachbarschaftshilfe veranstaltet **jeden 1. Donnerstag im Monat um 12:00 Uhr einen gemeinsamen Mittagstisch** im Gemeindehaus St. Josef. Eine Anmeldung (siehe Kontakt) ist notwendig.

**Das Mittagessen kostet zwischen 10,00 € und 15,00 €** und wird regelmäßig durch die Gaststätte „Rebstock“ zubereitet. Das Essen besteht aus einer Vorspeise, dem Hauptgang mit Beilage sowie einem Dessert. Es gibt immer auch ein vegetarisches Gericht. Getränke werden von der Nachbarschaftshilfe gegen eine Spende bereitgestellt.

### **KONTAKT: Büro der Nachbarschaftshilfe**

Prälat-Fischer-Str. 7 | Tel: 07841-667 51 33

Mail: [info@nachbarschaftshilfe-lauf.de](mailto:info@nachbarschaftshilfe-lauf.de)

Dienstag und Donnerstag, 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr

**Ansprechpersonen:** Tanja Decker, Eva Seifermann,  
Andrea Fallert & Katja Kohler

## Essen auf Rädern

Bei Essen auf Rädern haben Sie die Option Essen, das Ihnen warm nach Hause geliefert wird, zu bestellen. Es wird täglich frisch in der Küche des Ortenau Klinikums in Achern zubereitet.

Sie haben die Möglichkeit zwischen Normalkost, Schonkost, vegetarisch, laktosearm, glutenfrei und Diabetikerkost bis hin zu verschiedenen Diätformen zu entscheiden. Ein Menü besteht i.d.R. aus einer Suppe, einem Hauptgericht mit Gemüse oder Salat und einem Dessert. Die Auslieferung der Essen erfolgt 365 Tage im Jahr durch ehrenamtliche Helfer und Helferinnen zwischen **11:00 Uhr und 12:30 Uhr**.



Das Angebot kann an einzelnen Tagen oder auch für das ganze Jahr in Anspruch genommen werden. **Ein Essen kostet aktuell 7,00 €** und wird per Lastschrift am Anfang des kommenden Monats von Ihrem Konto eingezogen.

**Ansprechperson:** Paul Horlacher | Tel: 07841-241 33



### Café Kirchturmblick

**Das Café Kirchturmblick findet jeden 3. Montag im Monat** (Ausnahme Rosenmontag sowie Pfingstmontag) ab **14:00 Uhr** für alle Mitbürger und Mitbürgerinnen im Josefshaus statt.

Kaffee und Kuchen werden auf Spendenbasis verkauft.

**Ansprechperson:** Familie Nesselbosch | Tel: 07841-93 51

## Turnverein Lauf e.V.

Der TV Lauf bietet viele unterschiedliche Angebote für alle Altersgruppen an. Insbesondere für Ältere und Senioren bietet der Turnverein z.B. folgende Angebote an:

|                     |                                                                                                               |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montags:</b>     | <b>18:30-19:30 Uhr – Lauftreff</b> mit Smovey mit Renate Knietzsch<br>Treffpunkt: Sportzentrum                |
| <b>Dienstags:</b>   | <b>09:30-10:30 Uhr - Nordic-Walking für Senioren</b> mit Antje Merkel<br>Treffpunkt: Sportplatz im Wendelbach |
| <b>Dienstags:</b>   | <b>14:00-15:00 Uhr - Lauftreff</b> mit Smovey mit Lioba Zimmer<br>Treffpunkt: Sportzentrum                    |
| <b>Dienstags:</b>   | <b>18:00-20:30 Uhr Mountainbike/Nordic Walking</b> mit Werner Syrowatka<br>Treffpunkt: Sportzentrum           |
| <b>Dienstags:</b>   | <b>19:00-20:00 Uhr - Fit und beweglich ab 60</b> mit Roswitha Basler<br>Treffpunkt: Sportzentrum              |
| <b>Donnerstags:</b> | <b>20:00-21:30 Uhr - Frauengymnastik</b> mit Diana Wölfe<br>Treffpunkt: Neuwindeckhalle                       |
| <b>Freitags:</b>    | <b>20:00-22:00 Uhr - Jedermänner</b> mit Werner Syrowatka<br>Treffpunkt: Neuwindeckhalle                      |

Nähere Informationen sind auf unserer Homepage **[www.tvlauf.de](http://www.tvlauf.de)** zu finden.

**Ansprechperson:** Sandra Steimel – Geschäftsstelle  
Mobil: 0151-588 679 14 | Mail: [info@tvlauf.de](mailto:info@tvlauf.de)

## Läufer Seniorengemeinschaft

Die Seniorengemeinschaft organisiert in Kooperation mit der Gemeinde Lauf einmal im Jahr einen Ausflug, zu dem sich jeder Senior und jede Seniorin anmelden kann.

Ebenfalls besucht die Seniorengemeinschaft Altersjubilare zum 80. und 85. Geburtstag und übernimmt Krankenbesuche innerhalb der Gemeinde Lauf.

Sie organisiert Vorträge durch Experten zu verschiedenen Themen.

**Jeden Mittwoch von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr** findet im Sportzentrum die Seniorengymnastik statt, um unter fachkundiger Leitung Körper und Geist fit zu halten.

**Ansprechperson:** Sieglinde Horlacher  
Tel: 07841-241 33



## Laufer Dorfnetz

Das Laufer Dorfnetz hat einen Besuchsdienst für die Krankenhäuser Achern und Bühl (Krankenbesuche) sowie die umliegenden Alten- und Pflegeheime eingerichtet.

Dabei werden die Alten- und Pflegeheime, in denen Laufer und Lauferinnen wohnen, dreimal im Jahr (i.d.R. an Weihnachten, an Ostern und im Sommer) durch Ehrenamtliche des Laufer Dorfnetzes besucht. Zu besonderen Tagen (Ostern, Weihnachten) werden auch kleinere Präsente durch das Laufer Dorfnetz bei den Besuchen überreicht.

Das Laufer Dorfnetz verteilt zudem jedes Jahr an Weihnachten finanzielle Spenden an Bedürftige. Sie werden außerdem bei der Beschaffung von Brillen oder sonstigem unterstützt.

Das Laufer Dorfnetz finanziert sich rein durch Zuwendungen der Pfarrgemeinde, der Gemeinde und durch Spenden von Vereinen, Gruppen, Firmen und Privatpersonen.

**Ansprechperson:** Klara Skowronek  
Tel: 07841-95 81



## VdK - Ortsverband Lauf

Der VdK, Ortsverband Lauf, unterstützt aller Laufer und Lauferinnen bei der Antragstellung aller Sozialversicherungen. Ebenfalls berät er bei sozialrechtlichen Fragen, z.B. wenn ein Schwerbehindertenausweis abgelehnt wird oder nicht die richtige Pflegestufe erteilt wird.

Sofern Sie Mitglied des VdKs sind, werden Sie durch den VdK auch im Widerspruchsverfahren oder Klageverfahren unterstützt.

Der VdK bietet einmal im Jahr einen Ausflug an, welcher meist im September stattfindet und veranstaltet zudem zu verschiedenen Themen Infoabende (z.B. Erbrecht, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht).

**Ansprechperson:** Manfred Gräff | Tel: 07841-265 87  
Mail: manfredgraeff@web.de

## Deutsches Rotes Kreuz - Lauf

Das Deutsche Rote Kreuz, Ortsverein Lauf/Baden, veranstaltet einmal im Jahr zusammen mit der Gemeinde Lauf eine Seniorenadventsfeier. Veranstaltet wird diese in der Neuwindeckhalle. In der Regel findet die Adventsfeier am 3. Advent statt.

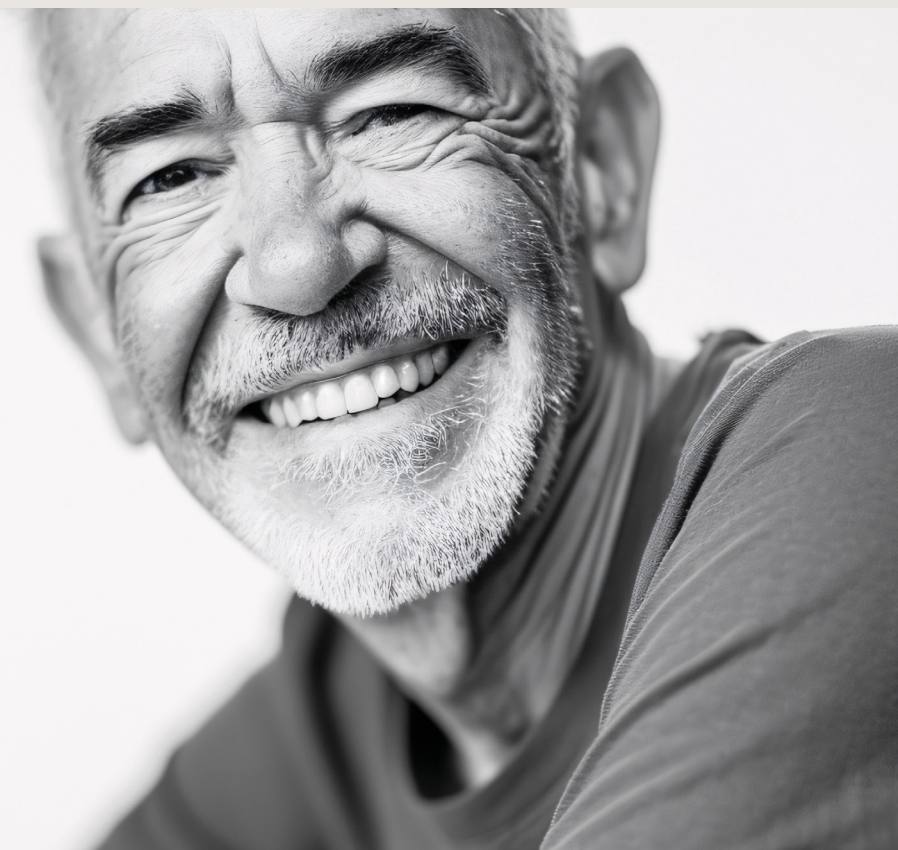
**Ansprechperson:** Bettina Kist | Tel: 07841-2006 11 | Mail: bettina.kist@drk-lauf.de

## Pflegestützpunkt Ortenaukreis

Der Pflegestützpunkt Ortenaukreis ist eine Beratungsstelle für pflegebedürftige Menschen sowie Personen, die pflegebedürftige Menschen unterstützen. Er berät und informiert kostenlos, umfassend sowie neutral rund um das Thema Pflege und Versorgung.

In den Beratungsgesprächen wird individuell auf die Bedürfnisse der Hilfesuchenden eingegangen und nach einer Lösung für alle Beteiligten gesucht. Die Beratung umfasst beispielsweise Hilfe bei der Beantragung einer Pflegestufe, klärt über die finanziellen Ansprüche der Pflegeversicherung auf, informiert über unterstützende Angebote in der jeweiligen Region und vieles mehr.

Bei Bedarf werden auch Hausbesuche angeboten.



**Kontakt:**     **Außenstelle Achern**  
**Illenauer Allee 73 | 77855 Achern**

Tel: 07841-642 12 67,  
Mail: [psp-ortenaukreis@achern.de](mailto:psp-ortenaukreis@achern.de)

## Gemeinde Lauf

Die Gemeinde Lauf bietet seit 2024 jedes Jahr mehrere Seniorenausflüge an. Weitere Infos erhalten Sie zu gegebener Zeit aus dem Nachrichtenblatt, der Orts-App sowie der Homepage der Gemeinde Lauf.

Ebenfalls wird ein Smartphone- und Computer-Kurs für die Laufer Senioren und Seniorinnen angeboten. Dieser findet **freitags im zweiwöchigen Rhythmus** im Ratssaal der Gemeinde Lauf statt und wird geleitet durch Daniel Ruff. Unterstützt wird er hierbei zeitweise durch Hannes Brunold.

An welchen Terminen der Kurs stattfindet, können Sie aus dem Nachrichtenblatt sowie der Orts-App entnehmen. Daniel Ruff geht gerne auf Ihre Fragen bzgl. der Bedienung und Nutzung von Smartphones und Computern ein.

**Ansprechperson:** Gemeinde Lauf | Stephanie Sartor  
Tel: 07841-2006 20 | Mail: [standesamt@lauf-schwarzwald.de](mailto:standesamt@lauf-schwarzwald.de)

**Ansprechperson für den Smartphone-Kurs:** Daniel Ruff  
Tel: 07841-637 31 74



## Kath. Kirchengemeinde Acher-Renchtal

Die Pfarrgemeinde ermöglicht den Vereinen die Nutzung des Josefshauses. **Das Pfarrbüro** in Sasbach (Obersasbacher Str. 2) ist am **Montag, von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr**, am **Mittwoch von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr** sowie am **Donnerstag, von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr**, geöffnet.

Ab dem 90. Geburtstag erhalten Laufer und Lauferinnen, welche der römisch-katholischen Religionsgemeinschaft angehören, jedes Jahr Besuch durch einen Vertreter der Pfarrgemeinde.

Ehejubilare erhalten zum 50. sowie 60. Hochzeitstag Besuch durch einen Vertreter der Pfarrgemeinde.

**Ansprechperson:** Kirchengemeinde Acher-Renchtal  
Stefanie Schleif | Tel: 07841-836 3912  
Web: [www.kath-art.de](http://www.kath-art.de)



Erstellt durch die Gemeinde Lauf in Kooperation mit  
den Laufvereinen und Organisationen.