

Wegweiser

durch die Gemeinde Freigericht

für Seniorinnen und
Senioren und ihre
Angehörigen

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

das Thema „Leben im Alter“ geht uns - früher oder später – alle an. Plötzlich muss man sich mit Themen wie Wohnen im Alter, ärztliche Versorgung oder Mobilität auseinandersetzen.



Mit dieser Broschüre bieten wir Ihnen Informationen zum Lebensabschnitt „Alter“ in und um Freigericht. Hier finden Sie alle in Freigericht bzw. für Freigericht zuständigen Einrichtungen und Veranstaltungen. Neben dieser Broschüre halten wir natürlich auch den Seniorenwegweiser des Main-Kinzig-Kreises für Sie bereit. Bei Fragen rund um das Thema Seniorenarbeit in unserer Gemeinde steht Ihnen Frau Simone Pletka gerne zur Verfügung. Die entsprechenden Kontaktdaten finden Sie am Ende der Broschüre. Weiteres Informationsmaterial befindet sich im Foyer des Rathauses. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Empfang sowie im Bürgerbüro helfen Ihnen bei Bedarf gerne weiter.

Sollten Sie in unserem Wegweiser etwas vermissen, zögern Sie bitte nicht, auf uns zuzukommen (Kontakt siehe Rückseite der Broschüre). Wir freuen uns auf Ihre Anregungen!

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'A. Eitz', written in a cursive style.

Dr. Albrecht Eitz

Bürgermeister

Wichtiges und Interessantes rund um Freigericht	Seite
<i>Angebote für Seniorinnen und Senioren</i>	6
<i>Leben in Freigericht</i>	8
Essen auf Rädern	8
Fahrdienste	8
Hausnotruf	9
Wohnen im Alter	9
Pflegeheime / Kurzzeitpflege	10
Ambulante Pflegedienste / häusliche Pflege	10
<i>Gesundheit in Freigericht</i>	12
Ärzte für Allgemeinmedizin	12
Zahnärzte	13
Apotheken	13
Hörgeräteakustiker	14
Optiker	14
Heilpraktiker	14
Krankengymnastik / Physiotherapie	15
Massage	16
<i>Wichtige Telefonnummern</i>	17
Notruf	17
Nummern für den Notfall	17
Störungsdienste	17
<i>Opferhilfe – Der Weiße Ring</i>	18
<i>Impressum</i>	20

Angebote für Seniorinnen und Senioren

Bitte beachten Sie:

Aufgrund der Corona-Pandemie kann es sein, dass Angebote und Veranstaltungen in geänderter Form stattfinden oder gänzlich entfallen.

Wir haben uns daher entschlossen, nachfolgend nur die Kontaktdaten der Anbieter von Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren sowie eine kurze Übersicht aufzuführen. Bitte fragen Sie dort nach den aktuellen Angeboten sowie deren Durchführung.

Studio FITNESSPLAZA

Angebote: Reha-Sportkurse, Rückentraining

Kontakt: Telefon 06055 900298
fitness-plaza.com/

Begegnungsstätte „QValere“

Angebote: Die Begegnungsstätte ist derzeit geschlossen.

Kontakt: Telefon 06055 93 91 439
www.qvalere-pflege.de

TGS 1888 Somborn

Angebote: Sport in der Krebsnachsorge, Rehasport

Kontakt: Frau Blaich-Horn, Telefon 06055 82792 oder 1400
www.tgs-somborn.de

Lauftreff Freigericht

Angebote: Walking, Nordic-Walking

Kontakt: Herr Naumann, Telefon 06055 3528
www.lauftreff-freigericht.de

Seniorenkreis St. Wendelin, Neuses

Angebote: Seniorentreffen

Kontakt: Frau Schmitt, Telefon 06055 6701
www.katholische-kirche-neuses.de

Turn- und Gymnastikverein Altenmittlau

Angebote: Frauen- / Männergymnastik ab 60 Jahren

Kontakt: Frau Heilmann, Telefon 06055 82 433
www.tgv-altenmittlau.de

Gemeinde Freigericht

Angebote: Fahrradsenioren, Bewegung im Hallenbad,
Rentenberatung, Seniorenweihnachtsfeier,
Seniorenprogramm

Kontakt: Frau Pletka, Telefon 06055 916-399
www.freigericht.de

Caritas-Verband für den Main-Kinzig-Kreis

Angebote: Allgemeine Sozialberatung

Kontakt: Frau Muschler, Telefon 06181 92 33 522 oder
0174 32 58 14
www.caritas-mkk.de

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Angebote: Kreativ- und Bastelangebote,
Bewegungsangebote, Gesprächskreise

Kontakt: Frau Blaich-Horn, Telefon 06055 82792
www.frauenselbsthilfe.de/gruppen/freigericht.html

Seniorenkreis „St. Bartholomäus“, Bernbach

Angebote: Besuchsdienste, Gesprächskreise,
Seniorenachmittage

Kontakt: Frau Aul, Telefon 06055 7481

Leben in Freigericht

Essen auf Rädern		
Deutsches Rotes Kreuz	63571 Gelnhausen Frankfurter Straße 34 www.drk-gelnhausen.de	06051 48 00 48
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Regionalverband Hanau & Main-Kinzig	63452 Hanau Friedberger Str. 9 www.johanniter.de	06181 900 10 50
Malteser Hilfsdienst gGmbH	63584 Gründau An der Sportanlage 16 www.malteser-gelnhausen.de	06051 92 93 60
MHS Mobiler Häuslicher Service GmbH	63589 Linsengericht Länderweg 4 www.pflege-mhp.de	06051 7879 5817
Mobiler Mittagstisch „Weiße Taube“	63571 Gelnhausen Lützelhäuser Weg 9 www.pflegedienst-wt.de	06051 490 811 0
Fahrdienste		
Elke Hess Taxi und Krankentransport	Zum Wartturm 9 63571 Gelnhausen www.taxi-hess24.de	06051 96 92 06
Fahrdienst „Weiße Taube“	63571 Gelnhausen Lützelhäuser Weg 9 www.pflegedienst-wt.de	06051 49 0811 0
Malteser Hilfsdienst gGmbH	63584 Gründau An der Sportanlage 16 www.malteser-gelnhausen.de	06051 92 93 60

Selbsthilfe Körperbehinderter	63526 Erlensee Am Rathaus 65 b www.selbsthilfe- erlensee.de	06183 91 52 23
Taxi Brenner	Neuses Friedrichstraße 17 www.taxibrenner.de	06055 59 59
Taxi Poth	Somborn Max-Planck-Straße 17a www.taxi-poth.de	06055 27 27
Hausnotruf		
Arbeiter-Samariter- Bund Region Mittelhessen	Schulstr. 9 63538 Großkrotzenburg www.asb-mittelhessen.de	0800 1921200
Deutsches Rotes Kreuz	63571 Gelnhausen Frankfurter Straße 34 www.drk-gelnhausen.de	06051 48 00 12
Johanniter Unfallhilfe e.V. Regionalverband Hanau & Main-Kinzig	Friedberger Straße 9 63452 Hanau www.johanniter.de	06181 9001050
Malteser Hilfsdienst gGmbH	63584 Gründau An der Sportanlage 16 www.malteser- gelnhausen.de	06051 92 93 60
Wohnen im Alter		
Seniorenwohnanlage Somborn	Somborn Freigerichter Straße 34	06055 916 310
Pflegeheime und Kurzzeitpflege		
Alten- und Pflegeheim St. Vinzenz	Somborn Vincenzstraße 5	06055 56 11

	www.seniorenheim-st-vinzenz.de	
Seniorenheim am Gänsewald	Somborn Dilgertstraße 14 www.seniorenheim-am-gaensewald.de	06055 93 33 961
Haus Herzberg	Somborn Konrad-Adenauer-Ring 23 www.altenpflegeheim-haus-herzberg.de	06055 20 66
Ambulante Pflegedienste / häusliche Pflege		
Ambulante Hauskrankenpflege der Kirchengemeinde St. Anna	Somborn Alte Hauptstraße 58 www.pflegestation-stanna.de	06055 15 25
Ambulante Kranken- und Altenpflege „Löwenherz“	63571 Gelnhausen Hanauer Landstraße 40 www.pflegedienst-gelnhausen.de	06051 61 88 35
Ambulanter Pflegedienst „Weiße Taube“	63571 Gelnhausen Lützelhäuser Weg 9 www.pflegedienst-wt.de	06051 490 811 0
Ambulanter Pflegedienst Ebell	63456 Hanau Buchheckenweg 1a www.pflegedienst-ebell.de	06181 30 04 838
Ambulanter Pflegedienst QValere - Mittelpunkt Mensch	Altenmittlau Industriestraße 9 www.qvalere-pflege.de	06055 93 93 590

Güven ambulanter Pflegedienst GmbH	Sophie-Scholl-Platz 2 63452 Hanau www.guevenpflege.de	06181 5085213
HP-Hanauer Pflegedienst GmbH	Kanaltorplatz 7 63450 Hanau www.hanauer- pflegedienst.de	06181 21 026
Mariannes Mobile Krankenpflege	63571 Gelnhausen Obere Haitzer Gasse 25	06051 91 64 03
MHP Mobile häusliche Pflege	63589 Linsengericht Länderweg 4 www.pflege-mhp.de	06051 13 667
Palliativteam Hanau	63450 Hanau Breslauer Straße 10 www.palliativteam- hanau.de	06181 18 95 230
Pflegedienst Kremer GmbH	63546 Hammersbach, Hanauerstraße 49a www.pflegedienst- kremer.de	06185 81 800
„So wie Daheim“ - häusliche Tagespflege	61130 Nidderau Schloßbergstraße 7	06187 20 325-20
Zuhause – Mobile Pflege	63571 Gelnhausen Leipziger Straße 10 www.krankenpflege- gelnhausen.com	06051 18 740

Gesundheit in Freigericht

Ärzte für Allgemeinmedizin		
Gemeinschaftspraxis Bachmann-Schmitt, Dr. med. Rosa-Maria und Kümmel, Dr. med. Christine	Somborn Karlstraße 16a	06055 73 08
Gemeinschaftspraxis Ott, Dr. med. Carl- Ludwig und Schöning, Christian	Somborn Karlstraße 3 www.praxis-ottundschoening.de	06055 93 22 93
Heide, Urban Carolus (privatärztliche Praxis für Naturheilverfahren)	Somborn Brunnenstraße 8 www.naturheilpraxis-heide.eu	06055 37 07
Gemeinschaftspraxis Michel, Dr. med. Joachim und Stein, Dr. med. Markus	Somborn Rathausstraße 17	06055 20 48
Richter, Dr. med. Ursula und Richter, Dr. med. Uwe	Bernbach Dr.-Schmitt-Straße 30	06055 23 33
Pohl, Dr. med. Frank	Altenmittlau Hauptstraße 130a	06055 23 48
Arora, Dr. med. Yogesh	Neuses Bahnhofstraße 11	06055 8 11 22

Zahnärzte

Frank, Arnd	Somborn Wilhelmshöhe 18 www.zahnarzt-freigericht.de	06055 22 88
Keim, Dr. Britta,	Altenmittlau Kolpingstraße 30	06055 37 06
Kreis, Dr. Harald Michael	Somborn Alte Hauptstraße 65	06055 93 88 88
Lengert, Michael Lengert, Dr. Martin	Somborn Karlstraße 11 www.zahnarztpraxis-lengert.de	06055 23 86
Tran, Dinh Cao	Somborn Im Schwalbengrund 20	06055 57 88
Wegstein, Dr. Thomas, Wegstein, Dr. Philipp	Somborn Rathausstraße 9 www.dr-wegstein.de	06055 93 80 606

Apotheken

Marien-Apotheke	Somborn Rathausstraße 4	06055 9 11 11 0
Markus-Apotheke	Altenmittlau Hauptstraße 117 www.apotheke-altenmittlau.de	06055 61 71

Sonnen-Apotheke	Somborn Rathausstraße 17	06055 77 77
Spessart-Apotheke	Somborn Karlstraße 3 www.apotheke-somborn.de	06055 20 71
Hörgeräteakustiker		
Amplifon Hörgeräte	Somborn Karlstraße 2c www.amplifon.de	06055 90 64 53
Optiker		
Look In Krähling, Bernd Augenoptik	Somborn Altenmittlauer Straße 1 www.optik-kraehling.de	06055 8 47 24
Leuchtturm	Horbach Zur Kleinbahn 12 www.leuchtturm-optik.de	06055 9 37 99 00
Optik Sehstern GmbH	Neuses Hanauer Landstraße 14 www.optik-sehstern.de	06055 8 48 24
Optik Soldan	Somborn Karlstraße 4 www.optik-soldan.de	06055 37 37
Heilpraktiker		
Adam, Ute	Neuses Bahnhofstraße 6	06055 65 60
Harth, Karin	Somborn Vogelsbergstraße 15 www.therapieharth.de	06055 4213
Heuzeroth, Anke	Somborn	06055

	Karlstraße 33c www.naturheilpraxis- heuzeroth.de	83226
Iffland, Iris	Bernbach St.-Michael-Straße 1 www.lebensglueck- gestalten.de	06055 93 95 254
Müller, Patricia	Somborn Theodor-Heuss-Straße 16	06055 90 02 54
Poisel, Martina	Neuses Schulstraße 4	06055 90 79 45
Schubert, Alexander	Somborn Buchbergstraße 18 www.tcm-schubert.de	06055 90 76 80
Wilmes, Beate	Bernbach Reichsgartenstraße 10 www.heilpraktikerin- freigericht.de	06055 933 61 25
Wißmüller, Sandra	Somborn Buchbergstraße 18	01512 60 399 77
Praxis für klassische Homöopathie von Rhein, Christine	Somborn Alte Hauptstraße 3 www.homöopathie-von- rhein.de	06055 93 44 96
Krankengymnastik / Physiotherapie		
Mazurowski, Günther	Somborn Alte Hauptstraße 54	06055 32 27
Aktima Praxis für Schmerztherapie Tobias Eisele	Somborn Alte Hauptstraße 3 www.aktima.de	06055 939 99 99
Müller, Ulrich	Somborn	06055

	Lambertusweg 18	72 04
Praxis für Physiotherapie Heiner Spahn	Somborn Karlstraße 5 www.physio-spahn.de	06055 76 38 oder 0170 21 22 685
Rosenow, Antje	Horbach Alter Weg 2	06055 90 74 770
Vision Physio	Altenmittlau An der Freigericht-Halle 1 www.visionphysio.de	06055 896 78 51
Massage		
Carlsdotter, Claudia	Altenmittlau Am Helgenhäuschen 8	06055 77 73
Ki-Balance Annette Wilhelm	Altenmittlau Hauptstraße 2 www.ki-balance.de	06055 93 73 45
Poft, Doris	Altenmittlau An der Freigericht-Halle 14 www.dorispoft.de	06055 8 31 31 oder 0173 90 160 848

Wichtige Telefonnummern

Notruf		
Feuerwehr		112
Polizei		110
Nummern für den Notfall		
Polizeistation Gelnhausen	63571 Gelnhausen Herzbachweg 63	06051 82 70
Ärztlicher Bereitschaftsdienst (Am Kreiskrankenhaus Gelnhausen)	63571 Gelnhausen Herzbachweg 14	06051 19 222
Kreiskrankenhaus Gelnhausen	63571 Gelnhausen Herzbachweg 14	06051 870
Gefahrenabwehrzentrum Zentrale Leitstelle Main – Kinzig	63571 Gelnhausen Frankfurter Straße 34	06051 85 55 112
Giftinformationszentrale	Mainz	06131 19 240
Ordnungsamt Gemeinde Freigericht	Somborn, Rathausstraße 13	916 - 311
Störungsdienste		
Gasversorgung	Main - Kinzig Gas GmbH	06051 82 330
Wasserversorgung	Kreiswerke Main – Kinzig GmbH	06051 84 297
Stromversorgung	Kreiswerke Main – Kinzig GmbH	06051 84 296

Opferhilfe – der Weiße Ring

Die Hilfsmöglichkeiten des WEISSEN RINGS sind vielfältig und werden in jedem einzelnen Fall auf die besondere persönliche Situation des Opfers abgestimmt. Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer sind oft die ersten Menschen, die sich um Kriminalitätsoffer kümmern und mit denen die Betroffenen über ihre Probleme sprechen können. Schon ein Telefongespräch, der Besuch am Krankenbett, die Hilfestellung im Umgang mit den Behörden – einfach das Gefühl, als Opfer einer Straftat nicht „vergessen“ zu sein, können den Betroffenen wieder neuen Mut und Hoffnung geben. Wer Opfer einer Straftat geworden ist, hat oft auch mit Kleinigkeiten des täglichen Lebens zu kämpfen, die plötzlich zu großen Problemen werden können. Hier leisten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des WEISSEN RINGS schnelle und unbürokratische Hilfe dann, wenn sie am nötigsten ist. All diese Hilfen werden durch die ehrenamtlichen Kräfte des WEISSEN RINGS vor Ort geleistet.

Weißer Ring - Opferhilfe		
Opfer - Telefon	bundesweit	11 60 06
Außenstelle Main – Kinzig - Kreis	Außenstellenleitung Stauch, Robert	0151 55 164 730

Sie möchten mit Ihrem Angebot für Senioren Teil des „Wegweisers für Senioren und Angehörige in Freigericht“ werden und sich in dieser Broschüre präsentieren? Oder hat sich ein Fehler in der vorliegenden Ausgabe gefunden? Dann wenden Sie sich bitte direkt an die Gemeinde Freigericht:

Simone Pletka, Ordnungsamt / Jugend und Soziales

Kontakt:

Telefon: 06055 916-339

Fax: 06055 916-190

E-Mail: simone.pletka@freigericht.de

Internet : www.freigericht.de

Der „Wegweiser für Senioren und Angehörige in Freigericht“ wird von der Gemeinde Freigericht herausgegeben. Die Broschüre wird jährlich aktualisiert und ist im Rathaus oder unter www.freigericht.de erhältlich.

Stand: März 2021

Herausgeber: Gemeinde Freigericht, Der Gemeindevorstand,
Rathausstraße 13, 63579 Freigericht