



Februar 2024

## Seniorenwegweiser für die Gemeinde Appen

In dieser Zusammenstellung soll Appener Bürgern ein Überblick von Kontaktadressen mit Blick auf die Bedürfnisse von Senioren gegeben werden.

### Notrufe

<b>Polizei</b>	<b>110</b>
<b>Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt</b>	<b>112</b>
Ärztlicher Notdienst	116117
Rettungsleitstelle	04121 19222
Zahnärztlicher Notdienst Pinneberg	0151 52352512
Notruf-Fax für Menschen mit Behinderungen	0431 1605555
Gift-Notruf (Zentrum Göttingen)	0551 19240
Apotheken-Notdienst	0800 0022833, www.aponet.de
Telefon-Seelsorge	0800 1110111 , 116123
Pflege-Not-Telefon Schleswig-Holstein	01802 494847
Sperr-Notruf für Kredit-/Girokarte	116116
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	08000 116016, www.hilfetelefon.de

### Verwaltung

**Gemeinde Appen** – Bürgerbüro Appen, Gärtnerstr. 8, 25482 Appen,  
Mo 15:00-18:00, Di,Do,Fr 8:30-11:30

Bürgermeister H.-P. Lütje ☎ 04101 / 542423

✉ luetje@amt-gums.de

Frau Heitmann ☎ 04101/542422 📠 04101 / 542420

✉ heitmann@amt-gums.de

**Amt Geest und Marsch Südholstein** – Wedeler Chaussee 21, 25492  
Heist, Mo-Fr 8:00-12:00 & Mo 14:00-18:00 ☎ 04122 / 854-0 (Zentrale)

📠 04122 / 854140 ✉ info@amt-gums.de

<https://www.amt-geest-und-marsch-suedholstein.de/>

**Kreis Pinneberg** – Telefonischer Bürgerservice – Behördenrufnummer  
115

## Medizin – Ärzte

Dr. med. **Evgenij Arngold** (Allgemeinmedizin), Eekhoff 5, 25482 Appen, ☎ 04101 / 27940 📠 04101 / 537889

Dr. **Ralph Guderjahn** (Allgemeinmedizin), Eekhoff 1, 25482 Appen, ☎ 04101 / 555494 📠 04101 / 555486

**Zahnheilkunde Appen:** Ann-Kathrin Reimetz, Pooria Komarshelah, Eekhoff 3, 25482 Appen, ☎ 04101 / 209591 📠 04101 / 513381  
✉ rezeption@zahnheilkunde-appen.de, www.zahnheilkunde-appen.de

**Holsten-Apotheke**, Hauptstr. 59, 25482 Appen, ☎ 04101 / 27070  
📠 04101 / 208029 ✉ holsten-apotheke-appen@t-online.de,  
www.holsten-apotheke-appen.de/

**Regio-Klinikum Pinneberg**, Fahltskamp 74, 25421 Pinneberg,  
☎ 04101 / 217-0 📠 04101 / 217-418 ✉ info-regiokliniken@sana.de,  
www.sana.de/regiokliniken

**Regio-Klinikum Elmshorn**, Agnes-Karll-Allee 17, 25337 Elmshorn,  
☎ 04121 / 798-0 📠 04121 / 798-327 ✉ info-regiokliniken@sana.de,  
www.sana.de/regiokliniken

## Heilpraktik

**Praxis für Naturheilkunde** Silke Hennig, Unterglinder Weg 5A, 25482 Appen, ☎ 04122 / 8105441, <https://naturheilkunde-appen.de/>

**Heilpraktikerin** Maren Ziegler, Hauptstraße 83a, 25482 Appen,  
☎ 04101 / 562059, <https://www.maren-ziegler-naturheilpraxis.de/>

**Heilpraktikerin** Karin Lenz-Schäder, Dorfstr. 8b, 25482 Appen,  
☎ 04101 / 514680

**Heilpraktikerin** Ute Stumpe, An den Teichen 14, 25482 Appen, ☎  
04122 / 999240

**orange Medizin** Marc Heeschen, Schäferhofweg 7, 25482 Appen,  
☎ 04101 / 515799, [www.tragweite.de](http://www.tragweite.de)

**Heilpraktiker Osteopathie** Torben Hansen, Hasenkamp 38, 25482 Appen,  
☎ 04101 / 3953957, ✉ th@osteopathie-hansen.de, <http://osteopathie-hansen.de>

**Praxis Franklin** Gabrièle A. Franklin, Hauptstr. 49a, 25482 Appen,  
☎ 04101 / 37 55 909, ✉ praxis-franklin@gmx.de, <https://www.praxis-franklin.de/>

## Physiotherapie

**Physiotherapie Seemann**, Hauptstraße 56 c, 25482 Appen, ☎ 04101 / 7761547, ✉ info@physiotherapie-seemann.de

**Physiotherapie Plümer**, Gärtnerstraße 8, 25482 Appen, ☎ 04101 / 3706064 📠 04101 / 3706065

✉ physiotherapie-pluemer@gmx.de

Käte Kock **Krankengymnastik**, Pinnaubogen 94, 25482 Appen, ☎ 04101 / 25829

**Physiotherapeutin** Carmen Winzer, Voßbarg 34, 25482 Appen, ☎ 04101 / 66305

## Fußpflege

Sabine Drews **Fußpflege Studio**, Igelweg 7, 25482 Appen, ☎ 04101 / 599733

Sandra Reimers **Fachfußpflegerin**, ☎ 0163 6027679 (auch Hausbesuche)

Andrea Henning – **Fußpflege**, Jahrenheidsweg 2, 25482 Appen ☎ 04101 / 22038

Yasemin Nieber **Medizinische Fußpflege**, Am Storchennest 1, 25482 Appen, ☎ 04101 / 37 41 20

**Haarstudio** Appen, Hauptstraße 63, 25482 Appen, ☎ 04101 / 200136, ✉ info@haarstudio-appen.de <http://www.haarstudio-appen.de/>

## Lebensmittel

P. Deskau **Landwirtschaft & Jagd**, Hauptstraße 59, 25482 Appen, ☎ 04101 / 5558000, <https://www.landwirtschaft-deskau.de/>

**Bäckerei Eggers** Hauptstraße 85, 25482 Appen, ☎ 04101 / 841757, <http://www.baeckerei-eggers.de/>

**Schrankladen** T. Kruse, Gärtnerstr. 13b, 25482 Appen

**Almthof** Milchtankstelle, Almtweg 37 - 25482 Appen, ☎ 0176 23433546, <https://www.almthof.de/>

## Wohnen

**DANA Pflegeheim** Appen, Schäferhofweg 10, 25482 Appen, ☎ 04101 / 8080-0 📠 04101 / 808028 ✉ Kontakt@dana-gmbh.de, <http://www.dana-gmbh.de>

**Bauernhaus Appen** Wohngemeinschaft, Gärtnerstr. 1, 25482 Appen, ☎ 04101 / 58 999 010 📠 04101 / 58 999 059, Bauernhaus Appen GmbH & Co. KG, Op de Hoof 16, 25482 Appen, ☎ 04101 / 543 566 📠 04101 / 543 555, <http://www.bauernhausappen.de/>

## Kultur

**Gemeindebücherei**, Schulstraße 4, 25482 Appen, ☎ 04101 / 209756  
✉ [buecherei-appen@gmx.de](mailto:buecherei-appen@gmx.de)

**Bücherschrank** in der roten Telefonzelle, Gärtnerstr. 8, 25482 Appen

**Appen musiziert e. V.**, <https://www.appen-musiziert.de/>

**Etzer Bund** (mit Senioren-Café), Wedeler Chaussee 21, 25482 Appen  
Etz, ☎ 04101 / 66305, ✉ [kontakt@etzer-bund.de](mailto:kontakt@etzer-bund.de),  
<http://www.etzer-bund.de/>

**Heimatverein Appen** und Umgebung im Schleswig-Holsteinischen Heimatbund e.V., Vorsitzender Dirk Cholewa, ☎ 04101 / 514712, ✉ [ch@fh-wedel.de](mailto:ch@fh-wedel.de), <https://www.heimatverein-appen.de/>

**Feuerwehr-Chor**, <https://www.ff-appen.de/chor>

**Voice & Spirit**, Gemeinsamer Chor der beiden Kirchengemeinden Appen und Moorrege-Heist, Opn Bouhlen 47, 25482 Appen, ☎ 04101 / 3757966, ✉ [info@voiceandspirit.de](mailto:info@voiceandspirit.de), <https://www.voiceandspirit.de/index.html>

**Boule-Bahn** direkt neben dem Bürgerhaus, Hauptstr. 79

**Seniorenkino** - Jeden 4. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr im Burgkino Uetersen, Marktstraße 24, 25436 Uetersen,  
<https://www.burgkino.de/reihe/S3/Seniorenkino>

## Digital !

Teilhabe an der digitalen Welt: Der SBR Appen bot seit 2021 zusammen mit der VHS Pinneberg Themen-Treffen zum Umgang mit digitalen Medien an. Bei Bedarf werden die Schulungen wieder aufgenommen.

Kurse in den Nachbargemeinden auch für Appener Senioren:  
[www.seniorenbeirat-uetersen.de](http://www.seniorenbeirat-uetersen.de), [www.seniorenbeirat-pinneberg.de](http://www.seniorenbeirat-pinneberg.de)

Datensicherheit: <https://www.stadt-land-datenfluss.de/>.

## Nah-Natur

**Tävsmoor** – Naturschutzgebiet Appen - Heist, <https://taevsmoor.de/#>

Ruhebänke an **Spazierwegen** in Appen,  
<http://www.seniorenbeirat-appen.de/media/files/baenkewr.pdf>

**Elbmarschenhaus**, Hauptstr. 26, 25489 Haseldorf,  
<https://elbmarschenhaus.de/>

**Liether Kalkgrube**, Klein Nordende, Finkhörn/Langengang,  
<http://www.lietherkalkgrube.de/>

Forst **Klövensteen** – Wanderwege, Wildgehege, Waldschule, Naturschutzgebiet Schnakenmoor, <https://www.hamburg-tourism.de/sehen-erleben/gruenes-hamburg/parks-gruenanlagen/kloevensteen/>

**Appen - Baggersee** in Etz, ehemalige Kieskuhle, Wedeler Chaussee

**Naturbad** Oberglinde, An der Tonkuhle 16, 25436 Moorrege, ☎ 04122 / 81605, <http://www.naturbad-oberglinde.de/>

Regionalpark **Wedeler Au**, Appen, Halstenbek, Heist, Hetlingen, Holm, Pinneberg, Schenefeld und Wedel, <https://regionalpark-wedeler-au.de/>

**DRK-Ortsverein** Appen, Vors. Waltraud Hörmann, [www.drk-kreis-pinneberg.de/ueber-uns/wir-ueber-uns/ortsvereine/appen.html](http://www.drk-kreis-pinneberg.de/ueber-uns/wir-ueber-uns/ortsvereine/appen.html)

DRK Kreisverband Pinneberg e.V., Obere Ehmschen 53, 25462 Rellingen, ☎ 04101 / 5003-0

**Diakonie Schleswig-Holstein**, Sozialstation Elbmarsch Moorrege/Appen (ambulante Pflege), Klinkerstraße 84, 25436 Moorrege, ☎ 04122 / 83244 ✉ [elbmarsch@pflagediakonie.de](mailto:elbmarsch@pflagediakonie.de), [www.diakonie-sh.de/ich-suche-hilfe/detail/sozialstation-elbmarsch-moorrege-appen](http://www.diakonie-sh.de/ich-suche-hilfe/detail/sozialstation-elbmarsch-moorrege-appen)

**Sozialverband Deutschland** – Ortsverband Appen, Bernd Mordhorst, ☎ 04101 / 8080888, [bernd.mordhorst@gmx.de](mailto:bernd.mordhorst@gmx.de), [www.sovd-kv-pinneberg.de/freizeit/ortsverband-appen/](http://www.sovd-kv-pinneberg.de/freizeit/ortsverband-appen/)

## Hilfsorganisationen

**PflegeStützpunkt** im Kreis Pinneberg, Heinrich-Christiansen-Straße 45, 25421 Pinneberg, ☎ 04101 / 55 54 64 ✉ [info@pflugestuetzpunkt-pinneberg.de](mailto:info@pflugestuetzpunkt-pinneberg.de), [www.pflugestuetzpunkt-pinneberg.de](http://www.pflugestuetzpunkt-pinneberg.de)

**Beauftragter für Menschen mit Behinderungen** im Kreis Pinneberg, Axel Vogt, ☎ 04101 / 45025800 [www.kreis-pinneberg.de/behinderten-beauftragter.htm](http://www.kreis-pinneberg.de/behinderten-beauftragter.htm)

**Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung** im Kreis Pinneberg gGmbH, Ramskamp 70, 25337 Elmshorn, ☎ 04121 / 475688-0, [www.lebenshilfe-pi.de](http://www.lebenshilfe-pi.de)

**Alzheimer** Gesellschaft Kreis Pinneberg e.V., Heinrich Christiansen-Str. 45, 25421 Pinneberg, ☎ 04101 / 842 331, <https://www.alzheimerpinneberg.de/index.htm>

**Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Pinneberg**, Thesdorfer Weg 147, 25421 Pinneberg, ☎ 04101 / 789797, ☎ 04101 / 517604, ✉ [pinneberg@bsvsh.org](mailto:pinneberg@bsvsh.org), [www.bsvsh.org](http://www.bsvsh.org)

**Stiftung Appen hilft** – Karsten Schröder, ☎ 04121 / 8548844 ✉ [info@stiftung-appen-hilft.de](mailto:info@stiftung-appen-hilft.de), [www.stiftung-appen-hilft.de](http://www.stiftung-appen-hilft.de)

**Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V**

✉ [ernaehrung@vzsh.de](mailto:ernaehrung@vzsh.de), [www.verbraucherzentrale.sh](http://www.verbraucherzentrale.sh)

**Daymaker** Haushalts- u. Betreuungsservice GmbH, Hauptstrasse 42a  
25469 Halstenbek, ☎ 04101/ 80 99 140, ✉ [service@diedaymaker.de](mailto:service@diedaymaker.de),  
<https://www.diedaymaker.de/home>

**Prohumanity GmbH**, Häusliche Krankenpflege, Hauswirtschaftliche  
Versorgung, Kuhlenweg 1-3, 25436 Tornesch, ☎ 04122 / 45679, ✉  
[info@prohumanity.de](mailto:info@prohumanity.de), <http://www.prohumanity.de/>

**Pflege + Hilfe ProVita** Waltraud Walter oHG, Friedrichstraße 4, 25469  
Halstenbek, ☎ 04101 / 47 44 -0, ✉ [info@provita-pflege.de](mailto:info@provita-pflege.de),  
<https://www.pflegedienst-halstenbek.de/>

**Housekeeping Wilken**, Katrin Wilken, Eckerkoppel 151, 22047  
Hamburg, ☎ 040 / 36939572 ✉ [katrin\\_wilken@web.de](mailto:katrin_wilken@web.de) ,  
<https://www.housekeeping-berndt.de/index.html>

Mobile Senioren- und Krankenbetreuung & Unterstützung im Alltag für  
Senioren in Uetersen & Pinneberg, **Reuss-Care**, Heidrun Reuß, Graf-  
Egbert-Ring 10a, 25524 Itzehoe, ☎ 0174 9589221, ✉  
[betreuungreuss@gmail.com](mailto:betreuungreuss@gmail.com), <https://reuss-care.de/standort/Uetersen>

**Dustless Haushaltshilfe** GmbH & Co. KG, Sandkamp 1, 22111  
Hamburg, ☎ 040 / 631 299 97, ✉ [office@haushaltshilfeshamburg.de](mailto:office@haushaltshilfeshamburg.de),  
<https://www.haushaltshilfeshamburg.de>

**Haushaltshilfe in Appen**, <https://www.betreut.de/haushaltshilfe-appen>

**Fensterputzer Pinneberg**, ☎ 04101 / 85 48 225,  
<https://fensterputzen-pinneberg.de/>

**Fenster- und Gebäudereinigung Lempke**, Efeuweg 4, 25421  
Pinneberg, ☎ 041 01 / 378 226, ✉ [pueblorozewska@yahoo.de](mailto:pueblorozewska@yahoo.de),  
[www.lempke-reinigung.de](http://www.lempke-reinigung.de)

Gebäudereinigung **ORCHIDEE DIENSTLEISTUNGEN**, Reza Moradi  
Sabzkohi, Heinrich-Hertz-Straße 26, 25336 Elmshorn, ( 04121 /  
2762289, ✉ [Info@orchidee-dienstleistungen.de](mailto:Info@orchidee-dienstleistungen.de), <https://orchidee-dienstleistungen.de/>

Hausbesuche für immobile Personen: **Augenoptikermeisterin** Birgit  
Holzmann, Hauptstraße 45, 25469 Halstenbek, ☎ 04101 / 85 93 755  
✉ [info@holtzmann-optik.de](mailto:info@holtzmann-optik.de), <http://www.holtzmann-optik.de/>

Optik Paulick e.K. Harald Preuß, Dingstätte 22, 25421 Pinneberg,  
☎ 04101-22911 ✉ [info@optik-paulick.de](mailto:info@optik-paulick.de), <https://www.optik-paulick.de/>

Der **Seniorenbeirat der Gemeinde Appen** ist ein von den älteren Mitbürgern (ab dem vollendeten 60. Lebensjahr) gewähltes Gremium. Laut Satzung vertritt der Beirat Belange der älteren Einwohnerinnen und Einwohner der Gemeinde in der Öffentlichkeit und gegenüber der Gemeinde. Er berät die Organe und Ausschüsse der Gemeinde sachverständig in Fragen, die die älteren Menschen betreffen.

Öffentliche Sitzungen des Seniorenbeirates finden im Bürgerhaus, Hauptstr. 79, 25482 Appen jeweils am ersten Montag eines Monats ab 16:00 Uhr statt. Termine, Aktivitäten und aktuelle Informationen des SBR finden Sie unter

**[www.seniorenbeirat-appen.de](http://www.seniorenbeirat-appen.de)**

Ihre Seniorenvertreter:



Rolf Bergmann - Thomas Ahrens - Wolf Tonn - Andreas Kröger  
Ingrid Wentorp - Dirk Cholewa - Eveline Steindecker

Bei Fragen oder Problemen kontaktieren Sie die Mitglieder des Seniorenbeirates!

---

Fast alle Daten dieses Wegweisers beruhen auf Internet-Recherchen und können daher nur so aktuell wie die Webseiten sein. Keine Gewähr für Richtigkeit! Änderungsvorschläge bitte an [rolf@seniorenbeirat-appen.de](mailto:rolf@seniorenbeirat-appen.de)