



März 2025

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

Polizei	110
Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt	112
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), Ehkamp 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 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

Heilpraktiker Osteopathie Torben Hansen, Grothwisch 8, 25482 Appen,
☎ 04101 / 3953957, ✉ th@osteopathie-hansen.de, osteopathie-hansen.de

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

Physiotherapie

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

Physiotherapie Plümer, Gärtnerstraße 8, 25482 Appen, ☎ 04101 / 3706064 📠 04101 / 3706065, ✉ physiotherapie-pluemer@gmx.de,
www.physiotherapie-pinneberg-appen.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)

Henning Studio für Kosmetik, Jahrenheidsweg 2, 25482 Appen

☎ 04101 / 22038, www.kosmetik-henning.de

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, www.haarstudio-appen.de/

Lebensmittel

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

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

Appen musiziert e. V., www.appen-musiziert.de/

Etzer Bund (mit Senioren-Café), Wedeler Chaussee 21, 25482 Appen Etz, ☎ 04101 / 66305, ✉ kontakt@etzer-bund.de, www.etzer-bund.de/

Heimatverein Appen und Umgebung im Schleswig-Holsteinischen Heimatbund e.V., Vorsitzender Dirk Cholewa, ☎ 04101 / 514712, ✉ ch@fh-wedel.de, www.heimatverein-appen.de/

Kultur

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, www.voiceandspirit.de

Boule-Bahn direkt neben dem Bürgerhaus, Hauptstr. 79

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

Digital !

Teilhabe an der digitalen Welt: Der SBR Appen bietet Kurse zum praktischen Umgang von Smartphones an. Anmeldungen bei Thomas Ahrens: 0170 9034204

Kurse in den Nachbargemeinden auch für Appener Senioren: www.seniorenbeirat-uetersen.de, www.seniorenbeirat-pinneberg.de

Datensicherheit: 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

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, www.diakonie-sh.de/ich-suche-hilfe/detail/sozialstation-elbmarsch-moorrege-appen

Sozialverband Deutschland – Ortsverband Appen, Bernd Mordhorst, ☎ 04101 / 8080888, bernd.mordhorst@gmx.de, www.sovd-kv-pinneberg.de/freizeit/ortsverband-appen/

PflegeStützpunkt im Kreis Pinneberg, Heinrich-Christiansen-Straße 45, 25421 Pinneberg, ☎ 04101 / 55 54 64 ✉ info@pflugestuetzpunkt-pinneberg.de, www.pflugestuetzpunkt-pinneberg.de

Beauftragter für Menschen mit Behinderungen im Kreis Pinneberg, Axel Vogt, ☎ 04101 / 45025800 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

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

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Pinneberg, Thesdorfer Weg 147, 25421 Pinneberg, ☎ 04101 / 789797, ☎ 04101 / 517604, ✉ pinneberg@bsvsh.org, www.bsvsh.org

Stiftung Appen hilft – Karsten Schröder, ☎ 04121 / 8548844 ✉ info@stiftung-appen-hilft.de, www.stiftung-appen-hilft.de

Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V ✉ ernaehrung@vzsh.de, www.verbraucherzentrale.sh

Daymaker Haushalts- u. Betreuungsservice GmbH, Hauptstrasse 42a
25469 Halstenbek, ☎ 04101/ 80 99 140, ✉ service@diedaymaker.de,
www.diedaymaker.de/home

Prohumanity GmbH, Häusliche Krankenpflege, Hauswirtschaftliche
Versorgung, Kuhlenweg 1-3, 25436 Tornesch, ☎ 04122 / 45679, ✉
info@prohumanity.de, www.prohumanity.de/

Pflege + Hilfe ProVita Waltraud Walter oHG, Friedrichstraße 4, 25469
Halstenbek, ☎ 04101 / 47 44 -0, ✉ info@provita-pflege.de,
www.pflegedienst-halstenbek.de/

Housekeeping Wilken, Katrin Wilken, Eckerkoppel 151, 22047
Hamburg, ☎ 040 / 36939572 ✉ katrin_wilken@web.de ,
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, reuss-care.de/standort/Uetersen

Dustless Haushaltshilfe GmbH & Co. KG, Sandkamp 1, 22111
Hamburg, ☎ 040 / 631 299 97, ✉ office@haushaltshilfehamburg.de,
www.haushaltshilfehamburg.de

Haushaltshilfe in Appen, www.betruet.de/haushaltshilfe-appen

Fensterputzer Pinneberg, ☎ 04101 / 85 48 225, [fensterputzen-
pinneberg.de/](http://fensterputzen-pinneberg.de/)

Fenster- und Gebäudereinigung Lempke, Efeuweg 4, 25421
Pinneberg, ☎ 041 01 / 378 226, ✉ pueblorozewska@yahoo.de,
www.lempke-reinigung.de

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

Hausbesuche für immobile Personen: **Augenoptikermeisterin** Birgit
Holzmann, Hauptstraße 45, 25469 Halstenbek, ☎ 04101 / 85 93 755
✉ info@holtzmann-optik.de, www.holtzmann-optik.de/

Optik Paulick e.K. Harald Preuß, Dingstätte 22, 25421 Pinneberg,
☎ 04101-22911 ✉ info@optik-paulick.de, 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

Ihre Seniorenvertreter:



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

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