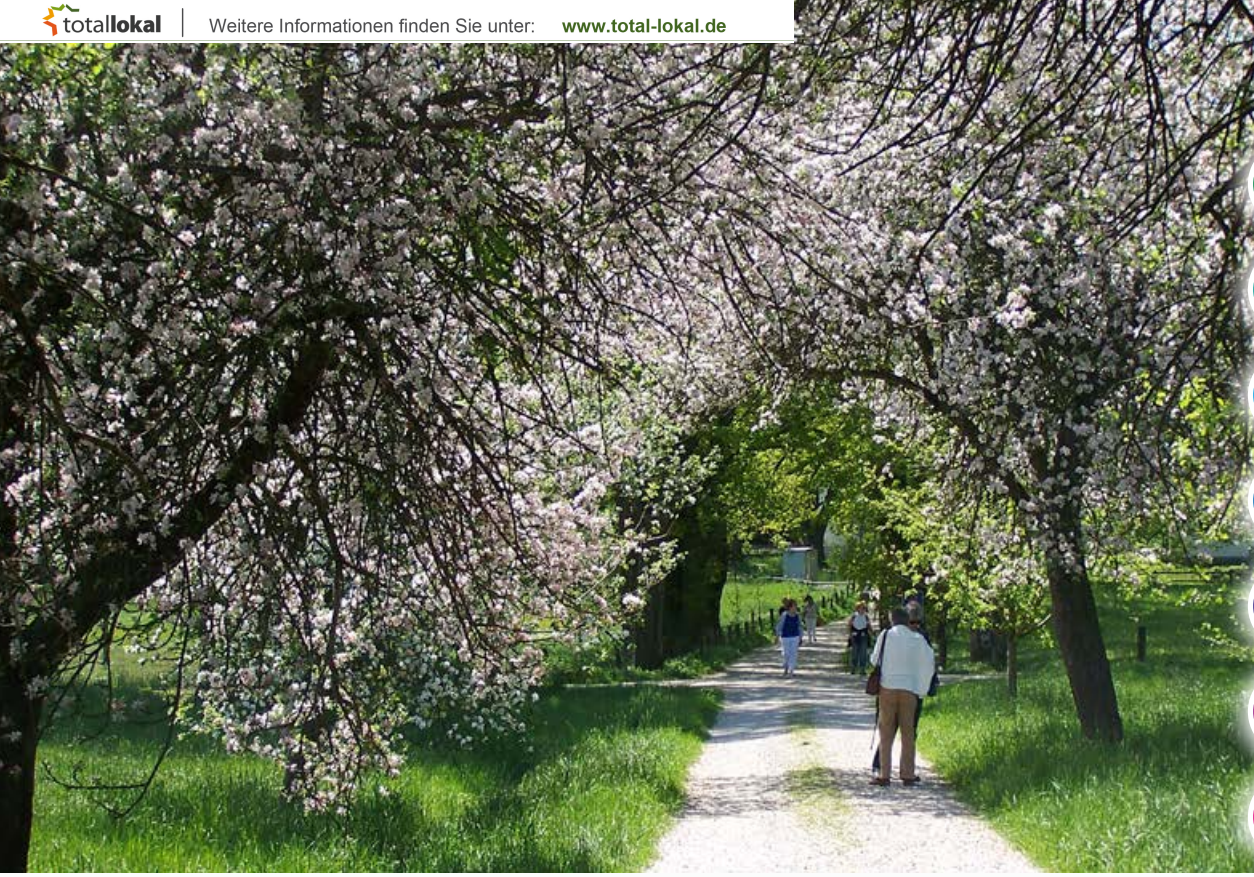
totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de



Beratung

Finanzielles

Vorsorge

Gesundheit

Hilfen

Wohnen

Pflege

Aktivität

Tipps

SENIORENWEGWEISER

Landkreis
Ebersberg

4. Auflage 2017

Bayerisches Rotes Kreuz

Wir helfen Ihnen gerne!

Rufen Sie gerne an ...
08092 / 20 95 0

- Häusliche Pflege
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern
- Rettungsdienst
- Krankentransport
- und vieles mehr

Neue Adresse!

BRK Kreisverband Ebersberg | Zur Gass 5 | 85560 Ebersberg |
info@kvebersberg.brk.de | www.kvebersberg.brk.de

Sie haben Fragen?
Wir haben Antworten!

Caritas
Nah. Am Nächsten

Gerne informieren wir Sie unverbindlich zum Thema Leben im Alter

- Ambulante Pflege
- Betreutes Wohnen
- Stationäre Pflege im Altenheim
- Kurzzeit- und Tagespflege
- Alltagsbegleitung
- Unterstützung bei Demenz
- Beratung für pflegende Angehörige
- Palliativversorgung

Bild: Fotolia

Caritas-Zentrum Ebersberg
Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing
Telefon 08092 23241-0
cz-ebe@caritasmuenchen.de

Caritas Altenheim St. Korbinian
Brunnenstr. 28, 85598 Baldham
Telefon 08106 3601-0
st-korbinian@caritasmuenchen.de

Caritas Altenheim Marienheim
Rotter Straße 10, 85625 Glonn
Telefon 08092 9090-0
marienheim@caritasmuenchen.de

Mein Leben
im Alter
caritas

Grußwort

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

der demografische Wandel ist auch im Landkreis Ebersberg sichtbar: Der Anteil der Menschen über 65 Jahre steigt stetig an; erfreulich ist jedoch vor allem, dass gerade die Menschen dieser Generation mehr denn je aktiv und eigenverantwortlich ihr Leben gestalten und ihre Erfahrungen und ihr Wissen gerne vermitteln.

Daher freut es mich umso mehr, Ihnen heute die überarbeitete 4. Auflage des Seniorenwegweisers für den Landkreis Ebersberg zu präsentieren.

Diese Broschüre soll Ihnen und Ihren Angehörigen eine Hilfe im Alltag bieten und die Suche nach Angeboten und Informationen erleichtern – sowohl für Aktivitäten, als Hilfestellung im Alltag, aber auch bei der Versorgung und Pflege von Angehörigen sowie in Notfällen. Ebenso weise ich gerne wieder auf das Engagement der zahlreichen Landkreisinstitutionen hin, über die Sie sich bei den Gemeinde- bzw. Stadtverwaltungen informieren können.

Den Seniorenwegweiser finden Sie auch wieder auf der Internetpräsenz des Landratsamtes Ebersberg (www.lra-ebe.de).

Mein herzlicher Dank gilt zunächst den Inserenten, die es ermöglicht haben, dass Ihnen diese Broschüre weiterhin zur Verfügung gestellt werden kann. Vor allem möchte ich mich jedoch bei all denjenigen bedanken, die durch ihr Engagement unser stetig wachsendes und umfangreiches soziales Netzwerk pflegen und dafür sorgen, dass sich die älteren Menschen in unserem Landkreis wohlfühlen.

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren, ich freue mich, wenn unser Seniorenwegweiser Ihnen erneut hilfreiche Tipps und Antworten auf all Ihre Fragen geben kann und wünsche Ihnen weiterhin ein glückliches Leben im Landkreis Ebersberg.

Robert Niedergesäß
Landrat

Inhaltsverzeichnis

Grußwort 1

Impressum 4

Wichtiges 5

1. Information und Beratung 6

1.1 Landratsamt Ebersberg 6

1.2 Beratung bei Behinderung 7

1.3 Wohlfahrtsverbände 8

1.4 Allgemeine Sozialberatung 9

1.5 Rechtsberatung. 9

1.6 Sonstige Fachberatung 10

1.7 Hospiz und Trauerbegleitung 12

1.8 Opferhilfe 13

1.9 Seniorenberatung in den Gemeinden 13

2. Sozialleistungen und wirtschaftliche Hilfen 14

2.1 Sozialhilfe 14

2.2 Wohngeld 16

2.3 Wohnungen. 16

2.4 Renten- und Versicherungsamt. 17

2.5 Kriegsopferfürsorge 18

2.6 Leistungen nach dem Schwerbehindertenrecht. 18

2.7 Vergünstigungen 18

2.8 Prozesskostenhilfe 19

3. Vorsorge fürs Alter 20

3.1 Erbrecht und Testament 20

3.2 Dokumentenmappe, Notfallmappe und Sterbefall. 21

3.3 Rechtliche Vertretung bei Alter, Krankheit und Unfall 23

4. Gesundheit 26

4.1 Gesundheit allgemein 26

4.2 Kreisklinik Ebersberg 29

4.3 Rehabilitation 30

4.4 Heil- und Hilfsmittel. 32

4.5 Psychische Erkrankungen im Alter 32

4.6 Demenz. 34

4.7 Selbsthilfegruppen (SHG) 37

5. Hilfen zu Hause 38

5.1 Entlastende Angebote. 38

5.2 Nachbarschaftshilfen und Helferkreise der Pfarreien 40

5.3 Mahlzeitendienste, Mittagstisch und Tafeln 41

5.4 Behindertenfahr- und -begleitdienste 42

5.5 Hausnotruf 42

5.6 Weitere häusliche Hilfen 43

» *Fortsetzung auf Seite 4*

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

SENIOREN WOHNPARK VATERSTETTEN

SENIORENWOHNPARK VATERSTETTEN – DIE GRÜNE PERLE VOR DEN TÜREN MÜNCHENS!

Herzblut und Kompetenz in wunderschönem Ambiente

Umfassende Leistungen:

- Tagespflege
- Vollstationäre Pflege
- Appartements im betreuten Wohnen
- Kurzzeitpflege – z.B. während des Urlaubs
- Enge Kooperation mit Ärzten und Therapeuten
- Beschützende Pflege
- Ambulanter Pflegedienst **NEU!**
- Probewohnen
- Umfangreiches Freizeitangebot
- Konzert- und Kulturangebote

WOLLEN SIE MIT UNS PFLEGE WIRKLICH NEU GESTALTEN?

Wir haben viel vor. Der Seniorenwohnpark Vaterstetten soll sich zu der innovativsten Senioreneinrichtung Bayerns entwickeln.
Dafür brauchen wir Sie:
▪ Examinierte Altenpfleger ▪ Gesundheits- und Krankenpfleger in Teilzeit/Vollzeit (m/w)

Wir bieten Ihnen:
Sehr gute Arbeitsbedingungen, kollegiales Miteinander und bei Bedarf Wohnraum.

Bewerbungen bitte an: Carecon Vaterstetten GmbH | Herr Sebastian Rokita | Fasanenstraße 24
85591 Vaterstetten | s.rokita@seniorenwohnpark-vaterstetten.de | www.seniorenwohnparkvaterstetten.de

Pflege bedeutet für uns Ganzheitlichkeit und Individualität.

Inhaltsverzeichnis/Impressum

6. Wohnen im Alter 44
6.1 Wohnraumanpassung 44
6.2 Betreutes Wohnen. 46
6.3 Neue Wohnformen 47

7. Pflege 49
7.1 Pflege allgemein 49
7.2 Sozialstationen und ambulante Pflegedienste 54
7.3 Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen – Entlastungsbetrag 59
7.4 Tagespflege/Tagesstruktur 60
7.5 Kurzzeitpflege 61
7.6 Verhinderungspflege 61
7.7 Pflegezeit – Familienpflegezeit 61
7.8 24-Stunden-Pflege 61
7.9 Stationäre Einrichtungen 62

8. Aktivitäten älterer Menschen 71
8.1 Bürgerschaftliches Engagement von und für Senioren 71
8.2 Freizeitangebote – Seniorentreffen 74
8.3 Bildung und Kultur 75
8.4 Büchereien und sonstige Medien 76

9. Weitere Tipps und Hilfen von A bis Z . . 78
9.1 Münchner Verkehrs- und Tarifverbund GmbH – MVV 78
9.2 Guter Rat in Rechtsfragen. 79
9.3 Presse 80
9.4 Öffentliche Toiletten im Landkreis Ebersberg 80
9.5 Sicherheit 80
9.6 Spenden und Stiftungen 82

Branchenverzeichnis. 83

IMPRESSUM

total-lokal
Regional. Multimedial. Genial.

Herausgeber:
mediaprint infoverlag gmbh
Lechstr. 2, 86415 Mering
Registergericht Augsburg, HRB 27606
USt-IdNr.: DE 118515205
Geschäftsführung:
Ulf Stornebel
Tel.: 08233 384-0
Fax: 08233 384-247
info@mediaprint.info

in Zusammenarbeit mit:
Landratsamt Ebersberg
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg, Telefon 08092 823-0, www.lra-ebe.de

Redaktion:
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Landratsamt Ebersberg, Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg, Telefon 08092 823-0, www.lra-ebe.de
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic

Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Titelfoto: Landratsamt Ebersberg/Freytag
Seite 1: Portrait des Landrats/Landratsamt Ebersberg
Seite 5: Bild Aussichtsturm, Landratsamt Ebersberg
Ansonsten stehen die Bildnachweise in den jeweiligen Fotos.

85560057/4. Auflage/2017

Druck:
Mundschenk Druck+Medien
Mundschenkstraße 5
06889 Lutherstadt Wittenberg

Papier:
Umschlag: 250 g Bilderdruck, dispersionslackiert
Inhalt: 115 g weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Tipps zum Lesen des Seniorenwegweisers

Das Älterwerden bringt neue Erfahrungen mit sich, oft verbunden mit anderen Herausforderungen und Fragen. Der Seniorenwegweiser gibt vielseitige Auskunft bei Alltagsproblemen und finanziellen Schwierigkeiten. Er zeigt aber auch verschiedene Möglichkeiten, sich im Alter aktiv in die Gesellschaft im Landkreis Ebersberg einzubringen.

Die Broschüre bietet Ihnen umfangreiche Informationen und Adressen für Hilfen und Aktivitäten im Alter, die von überörtlicher Bedeutung sind. Informationen zu ausschließlich örtlichen Angeboten erhalten Sie aktuell in den jeweiligen Rathäusern.

Eine Garantie auf Vollständigkeit gibt es nicht, da nicht alle Daten zu 100 Prozent erfasst werden können.

Die Verwendung der männlichen Schreibweise bezieht sich geschlechtsneutral sowohl auf die weibliche als auch auf die männliche Form und ist nicht diskriminierend zu verstehen. Dadurch soll ein ungestörter Textfluss beim Lesen erreicht werden.

Für Druckfehler, falsche oder unterlassene Eintragungen wird keine Haftung übernommen.

Unter www.lra-ebe.de finden Sie diesen Wegweiser auch online und barrierefrei.

1. Information und Beratung

Im Landkreis Ebersberg bieten zahlreiche Einrichtungen älteren Menschen und ihren Angehörigen Beratung und Informationen an.

1.1 Landratsamt Ebersberg

Das Landratsamt berät unter anderem zu folgenden Themen: Altersvorsorge, Rente, Soziales, finanzielle Unterstützung, Wohnen im Alter, Betreuung, Gesundheit, Frauen, Familie, Kultur, Freizeit und Abfallentsorgung. Die Beratungen durch Zentralen Sozialdienst und Gesundheitsamt sind vertraulich, kostenlos, unabhängig von Nationalität und Religion und auf Wunsch anonym. Einen direkten Ansprechpartner vermittelt Ihnen gerne die Zentrale des Landratsamtes oder Sie finden diese auf der Homepage des Landkreises:

Landratsamt Ebersberg
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 823-0, Fax: 08092 823-210
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de
www.lra-ebe.de

Umfangreiche Informationen zur Seniorenarbeit im Landkreis enthält das Seniorenpolitische Gesamtkonzept des Landkreises Ebersberg sowie das Demografiekonzept und die Umfrage „Älter werden im Landkreis Ebersberg“. Sie finden diese Veröffentlichungen auf der Internetseite des Landratsamtes.

Die Seniorenbeauftragte

- ist eine Fachstelle für die Seniorenarbeit im Landkreis
- bietet Unterstützung, Vernetzung und Intensivierung der Seniorenarbeit im Landkreis
- arbeitet an der Umsetzung des Seniorenpolitischen Gesamtkonzepts in enger Zusammenarbeit mit den Gemeinden im Landkreis und allen Akteuren der Seniorenarbeit

Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-277, Fax: 08092 823-9277
E-Mail: demografie@lra-ebe.de

Der **Zentrale Sozialdienst (ZSD)** bietet kostenlose und vertrauliche Beratung für Menschen, die Grundsicherung im Alter erhalten oder beantragen möchten.
Bei Fragen zum Thema Umgang mit Behörden, Anspruchsberatung, Gesundheit, Familien- und Wohnsituation oder zu anderen sozialen Berei-

chen können Sie sich gerne an den Zentralen Sozialdienst wenden. Auf Wunsch von Ihnen (auch auf Anregung anderer Personen wie Familie, Freunde, Nachbarn) kann eine Fachkraft des ZSD Sie auch zu Hause besuchen, um Ihre Themen mit Ihnen zu besprechen.
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-407, Fax: 08092 823-9407
E-Mail: zentraler-sozialdienst@lra-ebe.de

Die **Betreuungsstelle im Gesundheitsamt** berät zu Vorsorge bei Alter, Unfall und Krankheit.
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-381, Fax: 08092 823-9381
E-Mail: betreuungsstelle@lra-ebe.de

1.2 Beratung bei Behinderung

Ehrenamtliche Behindertenbeauftragte für den Landkreis Ebersberg, Landratsamt Ebersberg
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-697, Fax: 08092 823-9697
E-Mail: behindertenbeauftragte@lra-ebe.de
telefonische Beratung/Sprechstunde im Landratsamt Ebersberg jeden 2. Mittwoch in den ungeraden Kalenderwochen 09:00 – 12:00 Uhr

Bezirk Oberbayern
Der Bezirk ist unter anderem für die Gewährung der Hilfe zur Pflege für pflegebedürftige Menschen und für die Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung zuständig.

Prinzregentenstraße 14, 80538 München
Tel.: 089 2198-01, Fax: 089 2198-11900
E-Mail für allgemeine Anfragen:
info@bezirk-oberbayern.de
Erster Ansprechpartner für persönliche Anliegen: Servicestelle des Bezirks Oberbayern
Tel.: 089 2198-21010, Fax: 089 2198-0521010
E-Mail: servicestelle@bezirk-oberbayern.de
www.bezirk-oberbayern.de

Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg
Sieghartstraße 21, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85338-0, Fax: 08092 85338-30
E-Mail: spdi-ebersberg@im-muenchen.de
www.spdi-ebersberg.de

Offene Behindertenarbeit (OBA)
Die OBA steht Menschen mit einer Behinderung und deren Angehörigen entlastend und beratend zur Seite. Wird angeboten durch:

HATAX
Paech & Barth
Steuerberater
PartG mbB

„Die persönliche Betreuung unserer Mandanten ist uns sehr wichtig“

- Private und betriebliche Steuererklärungen
- Steuerliche Beurteilung von Alterseinkünften (z. B. Renten)
- Steuerliche Beratung in Erbschaftsteuerangelegenheiten (z. B. Testament) und bei Vermögensübertragungen

Eichthalstraße 12 · 85560 Ebersberg
Tel. 08092 8298-0 · kanzlei@hatax.de · www.hatax.de

1. Information und Beratung

Arbeiterwohlfahrt Markt Schwaben
Herzog-Ludwig-Straße 20, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 9334-0, Fax: 08121 9334-50
E-Mail: info@awo-kv-ebe.de
www.awo-kv-ebe.de

und

Bayerisches Rotes Kreuz, KV Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

Verband der Kriegs- und Wehrdienstopfer, Behinderten und Sozialrentner Deutschlands (VdK) – Kreisverband Ebersberg
Eichthalstraße 4, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 21080, Fax: 08092 2939
E-Mail: kv-ebersberg@vdk.de
www.vdk.de/kv-ebersberg/

Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e. V. – Bezirksgruppe Oberbayern-München
Arnulfstraße 22, 80335 München
Tel.: 089 55988-111, Fax: 089 55988-148
E-Mail: muenchen@bbsb.org
www.bbsb.org
Ansprechpartner für den Landkreis Ebersberg:
Tel.: 089 918574

Beratung und Hilfe bieten vor Ort auch die Behindertenbeauftragten in den Gemeinde- oder Stadtverwaltungen an. Im Rathaus Ihrer Gemeinde erhalten Sie die jeweilige Adresse.

1.3 Wohlfahrtsverbände

Arbeiterwohlfahrt, Kreisverband Ebersberg e. V.
Herzog-Ludwig-Straße 20,
85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 9334-0, Fax: 08121 9334-50
E-Mail: info@awo-kv-ebe.de
www.awo-kv-ebe.de

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

Caritas-Zentrum Landkreis Ebersberg
Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing
Tel.: 08092 23241-10, Fax: 08092 31989
Außenstelle: Färbergasse 32,
85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 2207-0, Fax: 08121 2207-21
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de
www.caritasebersberg.de

Diakonisches Werk Rosenheim e. V. des Evang.-Luth.-Dekanatsbezirks
Innstraße 72, 83022 Rosenheim
Tel.: 08031 3009-0
Außenstelle Ebersberg
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-23, Fax: 08092 23210-24
www.diakonie-rosenheim.de

1.4 Allgemeine Sozialberatung

Caritas-Zentrum für den Landkreis Ebersberg
Als erste Anlaufstelle in einer schwierigen Lebenssituation bieten Mitarbeiter der Sozialen Beratung allen Ratsuchenden aus dem Landkreis Hilfe bei der Suche nach individuellen Lösungen. Sie finden Beratung, Orientierung und die zuverlässige Vermittlung an geeignete Fachstellen.

Caritas-Zentrum – Soziale Dienste
Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing
Tel.: 08092 23241-10, Fax: 08092 31989
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de
Färbergasse 32, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 2207-13, Fax: 08121 2207-21
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de

Caritas Beratungsstelle für Bürger der Gemeinde Vaterstetten
Brunnenstraße 1, 85598 Baldham
Tel.: 08106 3772384
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de
Aktuelle Angebote und weitere Kontaktdaten unter
www.caritasebersberg.de

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

© highwaystarz - Fotolia

Diakonisches Werk
Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-23, Fax: 08092 23210-24
E-Mail: kasa-ebersberg@sd-obb.de

1.5 Rechtsberatung

Rechtsberatung darf in Deutschland nur von Anwälten und Notaren sowie gleichgestellten Berufsgruppen vorgenommen werden. Das Amtsgericht Ebersberg bietet einkommensschwachen Bürgern im Rahmen der Rechtsberatungsstelle die Möglichkeit, sich von einem Anwalt immer dienstags von 10:00 bis 12:00 Uhr beraten zu lassen (geringer Unkostenbeitrag).

1. Information und Beratung

Das Amtsgericht selbst bietet weiterhin eine Rechtsantragsstelle, bei der Erklärungen zu Protokoll gegeben werden können. Eine Beratung in Rechtssachen ist dort jedoch ausgeschlossen.

Amtsgericht Ebersberg
Bahnhofstraße 19, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8253-0, Fax: 08092 8253-96
E-Mail: poststelle@ag-ebe.bayern.de
www.justiz-bayern.de/gericht/ag/ebe

© Getty Images/Comstock Images

Kostenlose Broschüre: Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe, herausgegeben vom Bundesministerium der Justiz, www.bmj.de/Service/Broschueren.

1.6 Sonstige Fachberatung

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Fahrdienst, Hausnotruf/Mobilnotruf, Erste-Hilfe-Ausbildung, Bundesfreiwilligendienst, Freiwilliges Soziales Jahr
Dienststelle Kirchseeon, Marktplatz 12,
85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 537833-5, Fax: 08091 537833-6
E-Mail: kirchseeon@juh-bayern.de
www.johanniter.de/kirchseeon

Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg mit Gerontopsychiatrischen Fachkräften (SPDI)
Beratung für psychisch kranke, ältere Menschen und ihre Angehörigen, Haus- und Klinikbesuche, Förder- und Kontaktgruppen, familienentlastende Dienste, Klärung von Beschwerden und der Lebenssituation, ggf. Vermittlung und Kooperation mit Ärzten, Kliniken, gesetzlichen Betreuern etc., Selbsthilfegruppen, Krisenintervention, Familiengespräche
Sieghartstraße 21, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85338-0
Fax: 08092 85338-30
E-Mail: spdi-ebersberg@im-muenchen.de
www.spdi-ebersberg.de

Diakonisches Werk – Fachstelle zur Verhinderung von Obdachlosigkeit (FOL)
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-25, Fax: 08092 8539963
E-Mail: fol-ebersberg@diakonie-rosenheim.de

Diakonisches Werk, Migrationsberatung
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-26, Fax: 08092 23210-24
E-Mail: migrationsberatung-ebe@
diakonie-rosenheim.de

Diakonisches Werk, Schuldner- und Insolvenzberatung
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-20 oder -21,
Fax: 08092 23210-22
E-Mail: schube-ebersberg@
diakonie-rosenheim.de

Caritas-Zentrum, Insolvenzberatung
Beratung für Privatpersonen, die überschuldet sind und ein Insolvenzverfahren anstreben. Die Mitarbeiter unterstützen Sie bei der Durchführung Ihres Insolvenzverfahrens. Persönliche Beratungsgespräche finden im Caritas-Zentrum Markt Schwaben statt.
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 23241-10, 08638 9418013,
08631 3763-23
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de
E-Mail: gsamue@caritasmuenchen.de

Caritas Fachambulanz für Suchterkrankungen
Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 23241-50, Fax: 08092 5011
E-Mail:
fachambulanz-ebe@caritasmuenchen.de

Außenstelle Markt Schwaben:
Färbergasse 32, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 2207-16/17

Landratsamt Ebersberg, Gesundheitsamt
Drogen- und Suchtberatung
Menschen mit Problemen bei Alkohol, Drogen, Medikamenten, Spielsucht oder Essstörungen sollten sich unbedingt beraten lassen.
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-362, Fax: 08092 823-9362
E-Mail: gesundheitsamt@lra-ebe.de

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising, Landkreisstelle Ebersberg
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Sieghartstraße 27, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 22218, Fax: 08092 868150
E-Mail:
ebersberg@eheberatung-oberbayern.de
www.eheberatung-muenchen.de

1. Information und Beratung

Beratungsstelle für Ehe-, Lebens- und Familienfragen des evangelischen Diakonievereins e. V.
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Loderergasse 4 (Eingang Oberbräu)
85570 Markt Schwaben
Tel.: 089 74560454 oder 0157 70540454
E-Mail: christine@lecoutre-beratung.de
www.lecoutre-beratung.de
www.marktschwaben-evangelisch.de

1.7 Hospiz und Trauerbegleitung

Hospiz umfasst die Beratung und Begleitung für kranke und sterbende Menschen und deren Angehörige. Jeder Mensch wünscht am Lebensende ein schmerzfreies und würdevolles Leben, am besten in seinem vertrauten Umfeld. Mitmenschliche Nähe, Begleitung und Unterstützung können beruhigen, stärken und entlasten.

Ambulanter Hospizdienst
Ehrenamtliche Mitarbeiter des Hospizvereins haben Zeit zum Zuhören, sind Gesprächspartner oder sind einfach nur da. Sie sind Ansprechpartner für den Betroffenen und seine Angehörigen und haben das Ziel, dass das Schwere etwas leichter wird. Der ambulante Hospizdienst ist eine Ergänzung zu den bereits bestehenden ärztlichen, palliativen, pflegerischen und sozialen Diensten, er arbeitet eng mit diesen zusammen. Seine Mitarbeiter kommen nach Hause, ins Pflegeheim oder Krankenhaus; der Verein arbeitet überkonfessionell, ehrenamtlich und unentgeltlich. Der Hospizverein bietet außerdem

- Beratung zu Fragen Ihrer persönlichen Lebenssituation durch Krankheit
- Beratung zur Erstellung einer persönlichen Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Begleitung trauernder Angehöriger auch über den Tod hinaus
- Informationsveranstaltungen zu relevanten Themen
- Vorbereitungsseminare für ehrenamtliche Hospizhelfer

Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg e. V.
Von-Scala-Straße 1, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 256-985, Fax: 08092 256-827
E-Mail: hospizverein.ebersberg@t-online.de
www.hospizverein-ebersberg.de

Zentrum für ambulante Hospiz- und Palliativversorgung für den Landkreis Ebersberg
Innerer Stockweg 6, 82041 Oberhaching
Tel.: 089 61397170, Fax: 089 61397165
Bürozeiten: Montag – Freitag 9:00 – 14:00 Uhr
E-Mail: zahpv@caritasmuenchen.de
www.caritas-taufkirchen.de

Netzwerk Trauer
Katholisches Kreisbildungswerk
Angebote aus den verschiedenen Bereichen zum Thema Trauer im LK Ebersberg
Pfarrer-Bauer-Straße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85079-0
E-Mail: nwtrauer@kbw-ebersberg.de
www.netzwerktrauer.de

1.8 Opferhilfe

Frauennotruf Ebersberg
Hilfe bei Konflikten und Gewalt in Partnerschaft und sozialem Nahraum, Hilfe bei sexualisierter Gewalt und Stalking, Notruftelefon mit 24-Stunden Bereitschaft, Erstberatung sowie längerfristige Beratungsgespräche nach Vereinbarung; Begleitung bei Krisensituationen
Ansprechpartnerin erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 88110, Fax: 08092 88112
E-Mail: frauennotruf-ebersberg@t-online.de
www.frauennotruf-ebersberg.de

Weißer Ring Außenstelle Ebersberg
Hilfe für Kriminalitätsopfer und ihre Familien
kostenloses Opfertelefon: 116006
Ansprechpartner im Landkreis Ebersberg erreichbar unter:
Pörsdorf 29 ½, 85617 Assling
Tel.: 0151 55164666
E-Mail: hasel.auge@t-online.de
www.ebersberg.bayern-sued.weisser-ring.de

Unfall- und Notfallbetreuung im Landkreis Ebersberg
Seelische und organisatorische Erste Hilfe und Betreuung nach Verkehrsunfällen und sonstigen persönlichen Notfällen für Betroffene, Angehörige, Zeugen und Ersthelfer. Ergänzung der Rettungskette, sofern keine fachliche Hilfe erforderlich ist, siehe auch:
www.helferkreis.info
Tel.: 0172 8914001

Krisenintervention im Rettungsdienst Ebersberg
Alarmierungsnummer: 112
Bayerisches Rotes Kreuz, KV Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

1.9 Seniorenberatung in den Gemeinden

In den meisten Städten und Gemeinden gibt es Beauftragte für bestimmte Personengruppen. Hierzu gehören Seniorenbeauftragte, Behindertenbeauftragte, Familienbeauftragte und Jugendbeauftragte. Die meisten Kommunen haben mittlerweile einen Seniorenbeirat oder eine kommunale Seniorenvertretung gegründet. Diese bieten Beratung und Unterstützung vor Ort an. Zudem gibt es in Ihrer Stadt oder Gemeindeverwaltung meist einen Ansprechpartner für Rentenfragen und Sozialhilfeanträge.

Zu seniorenspezifischen Fragen wenden Sie sich deshalb an Ihre Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung als erste Anlaufstelle, die Ihnen gerne den richtigen Ansprechpartner vermittelt. Die Gemeinden führen außerdem meist ein umfangreiches Vereinsregister.

Adressen und Internetauftritte der einzelnen Gemeinden im Landkreis Ebersberg finden Sie auf der Landratsamt-Homepage unter www.lra-ebe.de.

2. Sozialleistungen und wirtschaftliche Hilfen

Ausführliche Informationen erhalten Sie über die Internetseite des Landratsamtes unter www.lra-ebe.de

Landratsamt Ebersberg
Sozialhilfeverwaltung
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 823-0

2.1 Sozialhilfe

Ziel der Sozialhilfe ist es, den Leistungsberechtigten die Führung eines Lebens zu ermöglichen, das der Würde des Menschen entspricht. Sie steht allen Bürgern unter bestimmten Voraussetzungen zu (siehe Sozialgesetzbuch SGB XII).

Nicht wenige unserer älteren Mitbürger, die ihr Leben lang gearbeitet haben, beziehen unverschuldet sehr niedrige Renten. Auch sie sollen im Alter ein finanziell gesichertes Leben führen können.

© cornelia - Fotolia

Der Antrag ist bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung zu stellen. Die Entscheidung über Ihren Antrag erfolgt anschließend im Landratsamt beim Sozialamt.

Hilfe zum Lebensunterhalt erhalten Personen, die

- nicht erwerbsfähig sind (die Arbeitsfähigkeit – täglich weniger als 3 Stunden – muss vorübergehend für mindestens sechs Monate oder dauerhaft gemindert sein)
- das 65. Lebensjahr noch nicht vollendet haben
- ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus eigenen Kräften bestreiten können

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung erhalten bedürftige Personen, die ihren gewöhnlichen Aufenthalt im **Inland** haben

- und die das Rentenalter gemäß den Bestimmungen der gesetzlichen Rentenversicherung erreicht haben
  oder
- die das 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage dauerhaft voll erwerbsgemindert sind und es unwahrscheinlich ist, dass diese volle Erwerbsminderung behoben werden kann,
- und ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus Einkommen und Vermögen bestreiten können.

Grundsicherung für Arbeitssuchende mit Arbeitslosengeld II und Sozialgeld ist beim Jobcenter Ebersberg zu beantragen.

Jobcenter Ebersberg
Kolpingstraße 1, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8256-93, Fax: 08092 8256-90
E-Mail: jobcenter-ebersberg@jobcenter-ge.de
www.arbeitsagentur.de

Eingliederungshilfe erhalten Personen, die durch eine Behinderung im Sinne des Neunten Buches des Sozialgesetzbuches in ihrer Fähigkeit, an der Gesellschaft teilzuhaben, eingeschränkt oder von einer solchen wesentlichen Behinderung bedroht sind. Auch Personen mit einer anderen körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung können Leistungen der Eingliederungshilfe erhalten. Für diese Hilfen ist ebenfalls der Bezirk Oberbayern zuständig (Adresse siehe Seite 16).

Hilfen zur Gesundheit
Der Schutz im Krankheitsfall wird in der Regel durch die Mitgliedschaft in einer Krankenkasse sichergestellt. Personen, die von der Mitgliedschaft in einer gesetzlichen oder privaten Krankenkasse dennoch ausgeschlossen sind, können über das Sozialamt im Landratsamt eventuell Hilfe zur Gesundheit erhalten. Die Hilfen zur Gesundheit entsprechen in Art und Umfang den Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung.

Hilfe in anderen Lebenslagen umfasst
- Hilfe zur Weiterführung des Haushalts (§ 70 SGB XII)
- Blindenhilfe (§ 72 SGB XII)
- Hilfe in sonstigen Lebenslagen (§ 73 SGB XII)
- Bestattungskosten (§74 SGB XII)

Diese können in besonderen Bedarfssituationen gewährt werden, auch wenn man sonst in der Lage ist, den Lebensunterhalt selbst zu bestreiten.

Hilfe zur Pflege
Pflegebedürftige Personen, die **keiner Pflegekasse angehören** und **bedürftig** im Sinne des SGB XII sind, können Hilfe zur ambulanten Pflege im Sozialamt beantragen. Die Leistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege entsprechen grundsätzlich den Leistungen der gesetzlichen Pflegekassen. Personen, die bereits Leistungen der Sozialen Pflegeversicherung erhalten, kann ergänzend Hilfe zur Pflege gewährt werden, wenn die Leistungen der Pflegekasse zur Deckung des angemessenen Pflegebedarfs nicht ausreichen. Das Landratsamt, Sozialamt ist nur zuständig für **Pflegeleistungen**, die **ambulant** erbracht werden. Für Pflegeleistungen, die in Einrichtungen (z. B. im Pflegeheim) erbracht werden, ist der überörtliche Sozialhilfeträger, hier der Bezirk Oberbayern, zuständig.

Leistungen in stationären Einrichtungen erhalten Personen, die
- außerhalb von Einrichtungen nicht mehr leben können
- sozialhilferechtlich bedürftig sind

2. Sozialleistungen und wirtschaftliche Hilfen

© Gina Sanders – Fotolia

Für Personen, die durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen bereits in einen **Pflegegrad 2** eingestuft wurden oder dort einen Antrag gestellt haben, ist der überörtliche Sozialhilfeträger, in Oberbayern die Sozialverwaltung beim Bezirk Oberbayern, zuständig.

Servicestelle des Bezirks Oberbayern
Prinzregentenstraße 14, 80538 München
Tel.: 089 2198-21010, Fax: 089 2198-0521010
E-Mail: servicestelle@bezirk-oberbayern.de
www.bezirk-oberbayern.de

Unterhaltspflicht der Kinder
Kinder sind grundsätzlich verpflichtet, ihre Eltern finanziell zu unterstützen. Das Sozialamt im Landratsamt wird sich bei Sozialhilfebezug der Eltern mit den Kindern in Verbindung setzen und prüfen, ob diese in der Lage sind, zum Unterhalt beizutragen.

Bei der Grundsicherung im Alter und bei der Erwerbsminderung bleiben Unterhaltsansprüche der Leistungsberechtigten gegenüber Kindern und Eltern unberücksichtigt, sofern deren jährliches Gesamteinkommen unter 100.000 Euro liegt.

2.2 Wohngeld

Einkommensschwächere Haushalte erhalten unter bestimmten Voraussetzungen Wohngeld als staatlichen Zuschuss zu den Wohnkosten.

Wohngeld kann gewährt werden als
- Mietzuschuss zu den Kosten der Wohnung
- Lastenzuschuss für Eigentümer von Wohnungen
- Mietzuschuss zum Wohnteil der Heimkosten

Die Höhe des Wohngeldes ist von verschiedenen Faktoren wie z. B. Zahl der Personen, Höhe der zuschussfähigen Miete, Lage der Wohnung usw. abhängig.

Anträge und Broschüren dazu erhalten Sie im Landratsamt oder in Ihrem Rathaus.

2.3 Wohnungen

Trotz finanzieller Unterstützung ist es im Landkreis Ebersberg nicht einfach, eine geeignete Wohnung zu finden. Im Gegensatz zum sog. freien Wohnungsmarkt werden geförderte Wohnungen über das Landratsamt an berechtigte Wohnungssuchende vermittelt.

Die Anträge liegen in den Rathäusern aus und können auch zugesandt werden.

Für Rückfragen stehen im Landratsamt zur Verfügung

Sozialwohnungen (Geringverdiener)
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-281, Fax: 08092 823-9281
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de

Staatlich bzw. einkommensorientierte geförderte Wohnungen
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-163, Fax: 08092 823-9163
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de

2.4 Renten- und Versicherungsamt

Das staatliche Versicherungsamt im Landratsamt berät Sie in allen Fragen zur Sozialversicherung, insbesondere zu Rentenfragen.

Telefonische Terminvereinbarung unter:
08092 823-162, Fax: 08092 823-9162
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de

Die Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd bietet kostenlose Rentensprechtage in den Räumen des **Landratsamtes Ebersberg** an.
Sie finden jeden 3. Montag im Monat (nur mit Termin) statt, jedoch nicht an gesetzlichen Feiertagen. Mitzubringen sind die persönlichen Versicherungsunterlagen und der Personalausweis.
Termintelefon: 0800 6789100 (nur 8:30 – 12:00 Uhr)

Im Landkreis Ebersberg haben außerdem alle **Gemeindeverwaltungen** Ansprechpartner, die Rentenanträge und Kontenklärungen bearbeiten können.

Die Auskunfts- und Beratungsstelle der Deutschen Rentenversicherung Bayern Süd in München (Neuperlach, Thomas-Dehler-Straße) bietet den Versicherten umfassende und individuelle Beratung zu allen anstehenden Fragen und Problemen rund um das Thema Rente an.
Termintelefon: 089 6781-3700

Außerdem gibt es **Versichertenberater** in einigen Gemeinden des Landkreises Ebersberg, die als Vertrauensleute und Helfer der Versicherten bzw. Rentner aktiv sind. Sie stehen mit Rat und Tat zur Seite, helfen z. B. bei der Beschaffung und Zusammenstellung der Unterlagen und unterstützen beim Ausfüllen der Antragsformulare. Die Beratung in Angelegenheiten der Rentenversicherung erfolgt ehrenamtlich und kostenlos.

Als kurzer Draht zur Deutschen Rentenversicherung fungiert das **Servicetelefon.** Dort geben Experten Auskünfte rund um Rente, Rehabilitation und Altersvorsorge.
Telefon: 0800 1000 48015
(Montag bis Donnerstag 7:30 bis 18:00 Uhr und Freitag bis 15:30 Uhr)

2. Sozialleistungen und wirtschaftliche Hilfen

2.5 Kriegsopferfürsorge

Kriegsbeschädigte und Hinterbliebene können Kriegsopferfürsorge in Anspruch nehmen. Voraussetzung für eine Leistung ist, dass der Beschädigte wegen der Schädigung und die Hinterbliebenen wegen des Verlustes dieser Person nicht in der Lage sind, den notwendigen Lebensunterhalt aus eigenem Einkommen und Vermögen zu decken. Die Kriegsopferfürsorge umfasst verschiedene Hilfen, z. B.:

- ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt nach den Vorschriften des Bundesversorgungsgesetzes,
- Erholungshilfe (unter bestimmten Voraussetzungen wird eine Erholungskur von der Kriegsopferfürsorgestelle bezuschusst).

Landratsamt Ebersberg
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-171, Fax: 08092 823-9171
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de

2.6 Leistungen nach dem Schwerbehindertenrecht

Personen, die dauernd körperlich, geistig oder seelisch beeinträchtigt sind, können einen Antrag auf Feststellung des Grades einer Behinderung stellen.

Für die amtliche Feststellung einer Behinderung und die Ausstellung des Schwerbehinderten-Ausweises ist das Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS) zuständig.

Zentrum Bayern Familie und Soziales Region Oberbayern
Bayerstraße 32, 80335 München
Servicezentrum im Erdgeschoss
Tel.: 089 18966-0
E-Mail: poststelle@zbfs.bayern.de
www.zbfs.bayern.de

2.7 Vergünstigungen

Befreiung von Zuzahlungen bei Krankenkassenleistungen
Chronisch kranke und schwerbehinderte Menschen werden von Zuzahlungen für Arzneimittel und sonstige anfallende Kosten auf Antrag teilweise befreit. Genauere Informationen und Antragsformulare erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Telefongebühren
Die Telefongesellschaften bieten eine Vielzahl an Flatrates und Sondertarifen an. Zum Teil werden Ermäßigungen aufgrund des Alters (Seniorentarif) oder einer Behinderung gewährt.
Auskunft hierzu erteilen die jeweiligen Anbieter.

Rundfunk- und Fernsehgebühren
Auf Antrag kann eine Befreiung von den Rundfunk- und Fernsehgebühren erfolgen, wenn z. B. folgende Voraussetzungen vorliegen:

- Empfänger von Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung oder Hilfe zum Lebensunterhalt
- Empfänger von Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII

Schwerbehinderte, denen das RF-Merkzeichen zuerkannt ist, können eine Ermäßigung beantragen.

Weitere Befreiungskriterien finden Sie auf dem Antrag. Nähere Auskünfte erteilt der Beitragsservice unter www.rundfunkbeitrag.de, unter dem Servicetelefon 01806 99955510 oder die zuständige Wohnsitzgemeinde.

2.8 Prozesskostenhilfe

Ein Rechtsstreit vor einem Gericht kostet Geld. Die Prozesskostenhilfe will Parteien, die Gerichts- und evtl. Anwaltskosten nicht aufbringen können, die Verfolgung oder Verteidigung ihrer Rechte ermöglichen.

Einen Anspruch auf Prozesskostenhilfe hat, wer
- einen Prozess führen muss und die dafür erforderlichen Kosten nicht aufbringen kann und
- nach Einschätzung des Gerichts nicht nur geringe Aussichten hat, den Prozess zu gewinnen.

Ein Anspruch darauf besteht nicht, wenn eine Rechtsschutzversicherung oder eine andere Stelle die Kosten übernimmt. Der Antrag ist beim zuständigen Gericht einzureichen. Wenden Sie sich bei Bedarf an das zuständige Gericht oder einen Rechtsanwalt Ihres Vertrauens.

Amtsgericht Ebersberg
Bahnhofstraße 19, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8253-0, Fax: 08092 8253-96
E-Mail: poststelle@ag-ebe.bayern.de
www.justiz.bayern.de/gericht/ag/ebe/

Die kostenlose Broschüre „Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe“ erhalten Sie beim Bundesministerium der Justiz.
http://www.bmjv.de/SharedDocs/Publikationen/DE/Beratungs_PKH.pdf?__blob=publicationFile&v=14

3. Vorsorge fürs Alter

Wir beraten Sie gern!

RA PETER § HOHLWEG

Rotter Straße 4
85567 Grafing b. München

Tel.: 0 80 92/70 77 0
Fax: 0 80 92/70 77 44

kanzlei@anwalt-grafing.de
www.anwalt-grafing.de

PETER HOHLWEG
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht

ALESSANDRO FUSCHI
angestellter Rechtsanwalt

in Kooperation mit
ROSEMARIE NITZKE
Rechtsanwältin
Fachanwältin für
Familienrecht und Erbrecht

Allgemeines Zivilrecht
Arbeitsrecht
Erb- und Familienrecht
Miet-, Pacht- und Wohneigentumsrecht
Straßenverkehrsrecht
Straf- und Bußgeldsachen
Zwangsvollstreckung/Inkasso

3.1 Erbrecht und Testament

Ohne Testament gilt stets die **gesetzliche Erbfolge.** Sie bestimmt von Rechts wegen, in welcher Folge innerhalb der Hinterbliebenen der Nachlass eines Verstorbenen aufzuteilen ist.
Mit einem **Testament** können Sie Ihren eigenen Willen hinsichtlich der Erbfolge über Ihren Nachlass festlegen. Das Testament geht der gesetzlichen Erbfolge mit gesetzlichen Einschränkungen (z. B. Pflichtanteile) vor. Sie können das Testament eigenhändig oder unter Mitwirkung eines Notars errichten. Das notarielle Testament ist vor allem bei einem höheren Wert zu empfehlen oder wenn es sich um Grundstücke oder Rechte an solchen handelt. Beim eigenhändigen Testament ist es wichtig, dass Sie das Testament eigenhändig, also handschriftlich, schreiben und mit Vornamen und Familiennamen unterschreiben. Empfehlenswert ist es auch, Ort und Datum der Testamentserrichtung anzugeben. Die Unterschrift muss den Urkundentext abschließen, d. h., die Unterschrift muss unter der letzten Erklärung stehen.

Kompetente Beratung und Betreuung durch

Notare

Hubert Frauhammer
Tobias Aigner
Bahnhofstraße 4 | 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 24714-00 | Fax: 08092 24714-29
notare@frauhammer-aigner.de

Matthias Griebel
Dr. Christopher Baumhof
Dr.-Wintrich-Straße 5 | 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8293-0 | Fax: 08092 24289
notare-griebel-dr.baumhof@t-online.de

Ehegatten können auch ein gemeinschaftliches Testament errichten, das beide Ehepartner unterschreiben müssen. Sie können das Testament zu Hause aufbewahren oder beim Amtsgericht hinterlegen.
Sollten Sie Vermögen oder Immobilien im Ausland besitzen, so ist seit August 2015 die neue EU-Erbrechtsverordnung zu beachten.

Information und Beratung:

Broschüre: „Vorsorge für den Erbfall“, Beck-Verlag, ISBN 978-3-406-67601-7

Amtsgericht Ebersberg
Bahnhofstraße 19, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8253-0, Fax: 08092 8253-96
E-Mail: poststelle@ag-ebe.bayern.de
www.justiz.bayern.de/gericht/ag/ebe/

Vorträge bei den örtlichen Volkshochschulen und Erwachsenenbildungsträgern.

3.2 Dokumentenmappe, Notfallmappe und Sterbefall

Dokumentenmappe
Bewahren Sie bedeutsame Unterlagen an einem festen Platz am besten in einer Dokumentenmappe auf. So können Sie oder bei Bedarf auch Personen Ihres Vertrauens jederzeit zur Regelung von Behördenangelegenheiten und in einem Notfall darauf zugreifen. In dieser Mappe sollten Sie vor allem aufbewahren: Geburtsurkunde, Heiratsurkunde, Stammbuch, Testament, Zeugnisse, Ernennungsurkunden, Arbeitsverträge, Sozialversicherungsunterlagen, Rentenbescheid, Rentenanpassungsmitteilungen, Versicherungspolicen, Sparbücher, Wertpapiere, Schuldurkunden, Ehe-, Erb- oder Übergabeverträge. Informieren Sie Ihre nächsten Verwandten oder Vertrauenspersonen, wo Sie diese Mappe aufbewahren.

Notfallmappe
Das Landratsamt hat eine Notfallmappe erstellt, die alle wichtigen Adressen und Telefonnummern für den Notfall enthält. Sie können zudem persönliche Angaben eintragen: chronische Erkrankungen, Medikamente, Namen Ihrer Ärzte, Namen Ihrer vertrauten Personen und vieles mehr. Die Notfallmappe ist für Sie und Ihre Angehörigen hilfreich in unerwarteten Situationen.
Sie erhalten die Notfallmappe im Landratsamt und in Ihrer Gemeinde. Informieren Sie Ihre Angehörigen, wo Sie die Notfallmappe aufbewahren.

Sterbefall
Bei einem Sterbefall macht es die persönliche Trauer oft schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu fassen. Folgende Hinweise können dabei hilfreich sein:

- Arzt benachrichtigen, der die Todesbescheinigung ausstellt
- Angehörige unterrichten
- Bestattungsinstitut kontaktieren. Hier können je nach Wunsch viele Erledigungen für Sie getätigt werden.
- Meldung des Todesfalles spätestens am dritten auf den Tod folgenden Werktag beim Standesamt

3. Vorsorge fürs Alter

Manche Dinge kann man nicht planen.
Aber vorsorgen – mit der Bestattungsvorsorge.

Rund um die Uhr für Sie da:
Grafing 08092 - 23 27 70
Poing 08121 - 257 50 30
Vaterstetten 08106 - 303 50 10
Zorneding 08106 - 379 72 70

Bestattungen Imhoff
www.bestattungen-imhoff.de

- Beerdigung beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis des Standesamtes anmelden; evtl. Grabstelle besorgen
- Todesanzeige aufgeben
- Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse
- Kündigung laufender Verträge, Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden, Organisationen, bei denen der Verstorbene Mitglied war
- Beim Tode eines Ehepartners innerhalb von 30 Tagen Antrag auf Witwenrente/Witwerrente stellen.

Rechtzeitig vorsorgen – wir können Ihnen helfen

Bestattungsdienst PIETAS

Ihre kompetente Begleitung in schweren Stunden seit 1971 in Ebersberg und Umgebung

VORSORGE HEIßT FÜRSORGE

- individuelle Bestattungsvorsorge
- die Bestattung selbst festlegen und absichern
- Entlastung Ihrer Angehörigen
- Erledigung aller Behördengänge
- Organisation einer würdevollen Trauerfeier
- persönlich gestalteter Trauerdruck
- auf Wunsch auch Hausbesuche

Ebersberg	Münchener Straße 2	**08092/82 440**
Poing	Hauptstraße 27	**08121/772 59 03**
Grafing	Marktplatz 17	**08092/336 935**
Kirchseeon	Marktplatz 5	**08091/539 061**

www.bestattungsdienst-pietas.de | info@bestattungsdienst-pietas.de

Tag & Nacht für Sie dienstbereit

Hilfreiche Unterstützung bei der Betreuung von sterbenden Menschen bietet der Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg e. V. (siehe hierzu Kapitel 1.7).

3.3 Rechtliche Vertretung bei Alter, Krankheit und Unfall

Sein Leben eigenständig zu gestalten und seine eigenen Entscheidungen zu treffen, ist für die meisten von uns eine Selbstverständlichkeit. Dies kann sich jedoch innerhalb weniger Momente grundlegend ändern.
Menschen, die selber nicht mehr in der Lage sind, ihre Angelegenheiten zu regeln oder eigene Entscheidungen zu treffen, benötigen eine rechtliche Vertretung. Hierfür kann man Vorsorge treffen. Wurden keine Regelungen getroffen, wird die gesetzliche Vertretung in Form einer rechtlichen Betreuung vom Betreuungsgericht am örtlichen Amtsgericht bestellt.

Lassen Sie sich in jedem Fall im Vorfeld zum Thema Vorsorge und gesetzliche Betreuung individuell beraten. Kostenfreie und neutrale Beratung erhalten Sie bei den unten aufgeführten Adressen.

Vorsorgevollmacht
Die Vorsorgevollmacht ist wie jede Vollmacht eine Willenserklärung, mit der Sie einer anderen Person Vertretungsvollmacht erteilen. Mit der Vorsorgevollmacht geben Sie einer vertrauenswürdigen Person die Möglichkeit, in Ihrem Namen nach Ihren Vorgaben zu handeln.

Für den Fall, dass Sie eines Tages aus gesundheitlichen Gründen selbst nicht mehr entscheidungs- und handlungsfähig sind
Durch eine Vorsorgevollmacht vermeiden Sie im Bedarfsfall die gesetzliche Bestellung eines Betreuers.
Die Unterschrift auf der Vorsorgevollmacht kann bei der Betreuungsstelle im Landratsamt öffentlich beglaubigt werden (Gebühr 10 Euro pro Vollmacht).
Ebenso kann die Vollmacht beim Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer in Berlin, Kronenstraße 42, 10117 Berlin (www.vorsorgeregister.de) hinterlegt werden.

Zum Vorgehen:
Eine wirksame Vollmacht können Sie nur erteilen oder widerrufen, solange und soweit Sie geschäftsfähig sind. Die Vollmacht sollte in schriftlicher Form (eigenhändige Unterschrift) abgefasst werden. Soll die Vollmacht auch zu Entscheidungen über Ihre höchstpersönlichen Angelegenheiten (z. B. Einwilligung in ärztliche Maßnahmen und/oder freiheitsbeschränkende Maßnahmen) berechtigen, muss sie hierfür ausdrücklich erteilt werden.

Betreuungsverfügung
Mit dem Wort Betreuung wird die vom Betreuungsgericht angeordnete gesetzliche Vertretung bezeichnet. Die Betreuungsverfügung ist eine Willenserklärung, mit der Sie festlegen, wer als gesetzlicher Vertreter für Sie handeln soll und wie Sie Ihre Angelegenheiten geregelt haben möchten, wenn Sie nicht mehr selbst entscheiden

3. Vorsorge fürs Alter

können. Der von Ihnen gewählte Betreuer oder die Betreuerin wird vom Betreuungsgericht bestellt und auch kontrolliert.

Gesetzliche Betreuung
Kann ein Volljähriger aufgrund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung seine Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht besorgen, so bestellt das Betreuungsgericht für ihn einen Betreuer. Dies bedeutet, dass selbst engste Angehörige oder Vertrauenspersonen nicht automatisch entscheidungsbefugt sind, sie bedürfen einer rechtlichen Entscheidung durch das Gericht. Als Betreuer kann dann ein Angehöriger, eine Person des Vertrauens oder aber, wenn niemand zur Verfügung steht, ein Berufsbetreuer eingesetzt werden. Angehörige oder engste Freunde haben dabei lt. Gesetz Vorrang. Die mit der Betreuung entstehenden Kosten zahlt entweder der Staat oder bei Vermögenden der Betreute selbst. Sorgen Sie deshalb in Zeiten geistiger Leistungsfähigkeit mit einer Vorsorgevollmacht vor, wer später für Sie entscheiden soll und welche persönlichen Wünsche dabei zu beachten sind.

Patientenverfügung
In der Patientenverfügung sollte ausführlich – und von Ihnen persönlich formuliert – dargelegt sein, welche Behandlungsmaßnahmen Sie im Falle eigener Entscheidungsunfähigkeit wünschen bzw. welche Maßnahmen zu unterlassen sind. Lassen Sie sich bei der Abfassung Ihrer Patientenverfügung von Ihrem Hausarzt bezüglich der medizinischen Einzelheiten beraten.

Information und Beratung
Broschüre: Vorsorge bei Unfall, Krankheit und Alter, Beck-Verlag, ISBN 978-3-406-67602-4

Kostenlose und neutrale Beratung:

Landratsamt Ebersberg, Betreuungsstelle
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 823-381, Fax: 08092 823-9381
E-Mail: betreuungsstelle@lra-ebe.de

Betreuungsverein Ebersberg/Erding
Herzog-Ludwig-Straße 18, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 4391-30, Fax: 08121 4391-50
E-Mail: info@btv-ebe.de

Betreuungsverein Brücke Ebersberg e. V.
Dr.-Wintrich-Straße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8601160
E-Mail: info@bruecke-ebersberg.de

Anregung einer gesetzlichen Betreuung:
Amtsgericht Ebersberg – Betreuungsgericht
Bahnhofstraße 19, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8253-0, Fax: 08092 8253-96
E-Mail: poststelle@ag-ebe.bayern.de

Zahlreiche Broschüren zum Thema „Vorsorge und Betreuungs- und Patientenverfügung“ erhalten Sie im Buchhandel.

Umfangreiche Informationen zu Betreuungen im Landkreis Ebersberg finden Sie im Internet unter www.betreuungen-landkreis-ebersberg.de.

Hilfestellung.

Wir lassen Sie in sozialrechtlichen Fragen nicht allein.

Rechtsberatung und -vertretung vor Behörden und Sozialgerichten für Mitglieder unter anderem in folgenden Bereichen des Sozialrechts:

- Rentenversicherung
- Arbeitslosengeld I und II
- Krankenversicherung
- Pflegeversicherung
- Unfallversicherung
- Schwerbehindertenrecht
- Grundsicherung

Sozialverband VdK Bayern
Kreisgeschäftsstelle Ebersberg
Eichthalstraße 4
85560 Ebersberg
Tel.: 08092 21080
Fax: 08092 2939

SOZIALVERBAND VdK BAYERN

Zukunft braucht Menschlichkeit.

---

braun lutz

rechtsanwältin
fachanwältin
für familienrecht

Bahnhofstraße 29 | 85591 Vaterstetten
Tel. 08106 21323-0 | Fax 08106 21323-23
www.kanzlei-braun-lutz.de
E-Mail: info@kanzlei-braun-lutz.de

RECHTSANWALTSKANZLEI
RSP
STOCKER-PREISENBERGER

CARMEN
STOCKER-PREISENBERGER, M. A.
RECHTSANWÄLTIN
BRUNNENSTRASSE 50 A
85598 BALDHAM

FON + 49 8106 34 800 88
FAX + 49 8106 34 800 87
MOBIL + 49 173 316 63 45
RSP@KANZLEI-RSP.DE

WWW.KANZLEI-RSP.DE

Vererben mit warmer Hand

WARNKE Rechtsanwälte

Der Staat erbt gerne!
Wenn Sie kein gültiges Testament und keine Angehörigen haben, freut sich der Staat!

Zeitlebens nahestehende Personen zu begünstigen, macht beide Seiten glücklich.

Gerne informieren wir Sie über Freibeträge und Steuersätze.

Gehen Sie auf Nummer sicher, lassen Sie sich beraten.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Ihre
Kanzlei Warnke
Rechtsanwälte

Rechtsanwältin
Christiane Warnke

Warnke Rechtsanwälte
Georg-Wimmer-Ring 8 b
85604 Zorneding

Telefon: 08106 30877-0
info@warnke-rechtsanwaelte.de
www.warnke-rechtsanwaelte.de

4. Gesundheit

4.1 Gesundheit allgemein

In jedem Alter ist es wichtig, sich um seine Gesundheit zu kümmern.

Hausärztliche Versorgung
Erster Ansprechpartner für alle Fragen zur Gesundheit ist der Hausarzt.
Ein Verzeichnis der Hausärzte erhalten Sie bei der Krankenkasse. Sie können sich auch im Telefonbuch oder Internet informieren.
Der Hausarzt überweist Sie bei Bedarf an Fachärzte oder Hilfsdienste.

Über das Wohlbefinden entscheidet nicht nur der Mediziner, sondern in erster Linie jeder Mensch selbst. Das Landratsamt Ebersberg bietet mit seinem Gesundheitsamt allgemeine Beratung in Fragen zur Gesundheit.

Landratsamt Ebersberg, Gesundheitsamt
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 823-383, Fax: 08092 823-390
E-Mail: gesundheitsamt@lra-ebe.de

Umfassende Beratung erhalten Sie hier zu folgenden Themen:

- Sucht (Alkohol, Tabletten, Drogen)
- Impfschutz bei Reisen
- Gesundheit und Umwelt

Gesundheit fängt mit der richtigen **Ernährung** an, die sich im Laufe des Lebens verändern kann.

Unter www.ernaehrung.de/tipps/ finden Sie Antworten auf viele Ernährungsfragen.
Auch die Volkshochschulen bieten Kurse zum Thema Ernährung an (siehe Kap. 8).

Partner für Ihre Gesundheit

Dr. med. Malte Dohmen
Facharzt für Innere Medizin · Hausarzt · Sportmedizin
Reisemedizin · Diabetologie (DDG) · Gelbfieberimpfstelle

Anschrift Altstadtpassage 2
1. Obergeschoss (Lift)
85560 Ebersberg
Telefon 0 80 92 / 82 77 - 0
Fax 0 80 92 / 82 77 - 33
Internet www.drdohmen.de

Sprechzeiten:
Mo 8.30 - 11.30 16.00 - 18.00
Di 8.30 - 11.30 14.00 - 16.00 nur nach Vereinbarung
Mi 8.30 - 11.30 16.00 - 19.00
Do 8.30 - 11.30 ——
Fr 8.30 - 11.30 15.00 - 17.00
- sowie nach individueller Vereinbarung -

Privatdozentin Dr. med.
Irmgard Bumeder

Praxis und Tagesklinik
für Hämatologie, internist. Onkologie, Akupunktur

Kontakt
Sieghartstr. 25 (im Reischlhof)
85560 Ebersberg
Telefon 08092/230380
praxis@onkologie-ebersberg.de
www.onkologie-ebersberg.de

Bären-Apotheke

Ihre Apotheke am Marktplatz in Grafing!

85567 Grafing
Marktplatz 5
Telefon: 08092 83303

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 8 – 18.30 Uhr
Sa. 8 – 13 Uhr

www.baeren-apotheke-grafing.de

Tassilo Apotheke

Martina Schott

...Wir liefern im Einzugsgebiet

Herzogplatz 14, 85604 Zorneding
Tel.: 08106 22269, Fax: 08106 998729
www.tassilo-apotheke-zorneding.de

Wir beraten Sie gerne!

Forellen-Apotheke

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 8.00 – 18.30 Uhr
Sa. 8.00 – 12.30 Uhr

Apotheker G. Schmel e. K.
Wolfgang-Wagner-Straße 9 a · 85625 Glonn
Telefon 08093 9349 · Fax 9359

Zahnärzte

Drs. med. dent.
Axel Wittkowski

Eva Forster angest.
Eva Vacha angest.

Lena-Christ-Straße 2b
85625 Glonn
Telefon 08093 4466

ZAHNARZTPRAXIS
MUDr. LAURA HEIDER

Münchner Straße 62 · 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 56 39 634 · Fax: 08091 56 39 635
praxis@zahnarzt-kirchseeon.de · www.zahnarzt-kirchseeon.de

· Tätigkeitsschwerpunkt: **Endodontie** (Wurzelbehandlung) und Prothetik
· **moderne Zahnmedizin** für große, kleine und ängstliche Patienten

NEU: Jeden 3. Freitag bis 17.00 Uhr geöffnet

Mo, Mi, Fr	8.00 - 12.30 Uhr
Di	7.30 - 12.30 Uhr
Mo und Mi	14.00 - 19.00 Uhr

Alle Termine nach Vereinbarung – Alle Kassen –

Gesunde Zähne bis ins hohe Alter

dres. florian & claudia
müller-stahl
zahnärzte

- Implantologie
- Parodontologie
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Kinderzahnheilkunde
- Prophylaxe
- Eigenes Meisterlabor

Mo. bis Do. 7.30 - 20.00 Uhr
Fr. 8.00 – 16.30 Uhr
Telefon: 08121 82248

Bürgerstr. 2 (im City Center 2)
85586 Poing
www.dr-mueller-stahl.de

Unsere Leistungen — Der Mensch im Mittelpunkt

Ganzheitlich-biologische Zahnmedizin
Umwelt-Zahnmedizin
Kinesiologie / Homöopathie
Bio-Zahnersatz
Bioenergetische Testverfahren für Medikamente, Materialien und Schwermetallbelastungen

Montag	nach Vereinbarung
Dienstag	8.00 – 12.00 Uhr u. 16.00 – 20.00 Uhr
Mittwoch	8.30 – 12.00 Uhr u. 15.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag	8.00 – 12.00 Uhr
Freitag	8.00 – 12.00 Uhr u. 15.00 – 18.00 Uhr
Samstag	nach Vereinbarung

Zahnarztpraxis
Dr. Joachim Wyrwoll
Bergstraße 12 1/2
85567 Grafing
Telefon: 08092 4580
www.praxisdrwyrwoll.de

Behandlungszeiten — Kontaktdaten

Das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten bietet im Internet ein vielfältiges Angebot an Ernährungsinformationen für Erwachsene an: http://www.stmelf.bayern.de/ernaehrung/

Das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Ebersberg initiierte das **Modellprojekt „Netzwerk Generation 55plus – Ernährung und Bewegung“.** Hier werden Angebote gebündelt und Anbieter vernetzt, um ein attraktives Angebot für den Bereich Ernährung und Bewegung im Landkreis Ebersberg zu gestalten.

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Wasserburger Straße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2699-183, Fax: 08092 2699-131
E-Mail: poststelle@aelf-eb.bayern.de
www.aelf-eb.bayern.de/ernaehrung

Auch **Sport** trägt im Alter dazu bei, sich körperlich und geistig fit zu erhalten. Im Vordergrund steht hierbei der gesundheitliche Aspekt, nämlich die Förderung der Beweglichkeit, Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und die Stärkung des Muskelapparates. Andererseits bestehen durch Sport-, Gymnastik- und Tanzgruppen auch Kontaktmöglichkeit und Geselligkeit, die der Vereinsamung und Isolation im Alter entgegenwirkt.
Sportangebote für Senioren finden Sie bei den Sportvereinen und den Volkshochschulen im Landkreis (siehe Kap. 8).
Die besten Chancen eine Krankheit zu heilen, bestehen dann, wenn sie früh genug erkannt wird. Deshalb sollten Sie regelmäßig bestimmte **Vorsorgeuntersuchungen** in Anspruch nehmen. Fragen Sie dazu bei Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenkasse nach. Bei der Einnahme von **Medikamenten** achten Sie bitte auf Nebenwirkungen, Verfalldatum und die Gefahr des Missbrauchs.

4.2 Kreisklinik Ebersberg

Die seit 1878 bestehende Kreisklinik Ebersberg ist ein Krankenhaus mit langer Tradition, welches sich heute zu einem Gesundheitszentrum mit breitem Behandlungsspektrum und modernster technischer Ausrüstung entwickelt hat. Die erstrangige Zielsetzung besteht in der ortsnahen, gehobenen medizinischen Grundversorgung der Bürger des Landkreises. Je nach Erkrankung finden Patienten medizinische Hilfe in den Hauptabteilungen Innere Medizin, Allgemein-, Visceral- und Gefäßchirurgie, Unfallchirurgie und Orthopädie, Plastisch-Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie, Gynäkologie/Geburtshilfe, Urologie, Psychosomatik sowie Radiologie und Anästhesie. Die Belegabteilungen Orthopädie, Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Urologie sowie Kooperationsärzte weiterer Fachrichtungen runden das medizinische Leistungsspektrum ab.

Kreisklinik Ebersberg gemeinnützige GmbH
Pfarrer-Guggetzer-Straße 3, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 82-0, Fax: 08092 82-2224
E-Mail: klinikleitung@klinik-ebe.de
www.klinik-ebe.de

Barbara Steinhauser
Praxis für Logopädie
Tel. 08106 - 30 31 68

BRIGITTE LECHNER
Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)
Kinder-, Jugend- und Familienberatung
Tel. 08106 • 997 99 03

NORBERT POHL
Privatpraxis für Physiotherapie
Tel. 0152 - 318 376 74

Sie finden uns in der
Bahnhofstraße 14
85591 Vaterstetten

4.3 Rehabilitation

Neben der ärztlichen Versorgung gibt es viele Möglichkeiten, akute und chronische Erkrankungen zu heilen oder zu lindern bzw. das Leben im Alltag zu erleichtern. Dazu zählen nicht nur eine gesunde Ernährung und Lebensweise, regelmäßige Bewegung, sondern auch verschiedene therapeutische Maßnahmen, die großteils von den Krankenkassen übernommen werden.

Physiotherapie ist eine Form der äußerlichen Anwendung von Heilmitteln, mit der unter anderem die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des menschlichen Körpers wiederhergestellt, verbessert oder erhalten werden soll. Ausgebildete Physiotherapeuten behandeln Erkrankungen mit Krankengymnastik, Massagen, Lymphdrainage, manueller Therapie sowie Elektro-, Wärme- und Kältetherapie.

Ihre Partner für eine schnelle Genesung

Sprache
Sprechen im Alter
Stimme

Logopädische Praxis
Christina Schneider
Goethering 10
85567 Grafing bei München
Telefon 0 80 92 - 91 24
Mobil 0179 - 398 31 50
E-Mail kontakt@logopaedie-grafing.de
Internet www.logopaedie-grafing.de

Therapieleistungen Erwachsene:
Schlaganfall/Neurologische Krankheitsbilder
Stimmverlust bei Parkinson
Fazialislähmung
Atemhilfen
Schluckstörungen
Alternative Kommunikationshilfen
Montag–Freitag 9–20 Uhr

Krankengymnastik & Osteopathie
Andreas Kurz
Rotter Str. 5 • 85617 Aßling
Tel: 0 80 92 / 33 60 99 • Fax: 0 80 92 / 85 10 02
e-mail: kg-kurz@t-online.de
alle Kassen • Termine nach Vereinbarung • Dienstag bis Samstag

Ergotherapie ist gerichtet auf die Behandlung krankheitsbedingter motorischer, sensorischer und psychischer Funktionseinschränkungen und Behinderungen. Sie hat zum Ziel, Menschen dabei zu helfen, eine durch Krankheit, Verletzung oder Behinderung verloren gegangene bzw. noch nicht vorhandene Handlungsfähigkeit im Alltagsleben wieder zu erreichen.

In der **Psychotherapie** werden seelische oder seelisch bedingte körperliche Erkrankungen behandelt. Psychotherapie bietet Hilfe bei Störungen des Denkens, Fühlens, Erlebens und Handelns, wie z. B. bei Ängsten, Depressionen, Essstörungen, Süchten, Zwängen und Erkrankungen infolge seelischer Konflikte sowie bei familiären Konflikten und Beziehungskonflikten.

Die **Logopädie** befasst sich mit Stimm-, Sprech- und Sprachstörungen. Im Anschluss an akute schwere Erkrankungen oder bei chronischen Leiden trägt oft eine **Kur** oder **Anschlussheilbehandlung** zu einer schnelleren Genesung bei. Kostenträger sind hierbei oft die Krankenkassen oder Rentenversicherungsträger.

Rehabilitationssport unterscheidet sich vom allgemeinen (und Behinderten-)Sport dadurch, dass er ärztlich verordnet wird; er findet in Übungsgruppen mit dafür speziell ausgebildeten Übungsleitern und speziell bei den Herzsportübungen mit ärztlicher Betreuung für einen beschränkten Zeitraum statt. Der Reha Sport Verein Grafing e. V. und die Volkshochschulen im Landkreis Ebersberg bieten hierzu regelmäßig unterschiedliche Kurse an. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte den aktuellen Programmen.

Volkshochschule im Zweckverband Kommunale Bildung
Griesstraße 27, 85567 Grafing
Tel.: 08092 8195-0, Fax: 08092 8195-55
E-Mail: info@vhs-grafing.de
www.vhs-grafing.de

Volkshochschule Vaterstetten e. V.
Wendelsteinstraße 10, 85591 Vaterstetten
Tel.: 08106 3590-35, Fax: 08106 3590-16
E-Mail: service@vhs-vaterstetten.de
www.vhs-vaterstetten.de

Der Reha Sport Verein Grafing e. V. im Landkreis Ebersberg, kurz RSV Grafing e. V., ist mit umfangreichen Übungsangeboten im Reha-, Präventions- und Vitalsport in Alxing, Grafing, Ebersberg und Oberndorf vertreten. Er bietet sowohl Herz-, Lungen- und Wirbelsäulengymnastik als auch Seniorensport an. Neu im Übungsprogramm ist eine spezielle Wirbelsäulengymnastik im Sitzen für Teilnehmer mit Einschränkungen für Bodenübungen.

RSV Grafing e. V.
Ansprechpartner:
Baldestraße 46, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092-8525356
E-Mail: kontakt@rsv-grafing.de
www.rsv-grafing.de

Ebenso bieten einige Fitnessstudios im Landkreis Rehasport an.

4.4 Heil- und Hilfsmittel

Über die Möglichkeit, Heil- und Hilfsmittel in Anspruch zu nehmen, befragen Sie am besten Ihren Arzt oder Ihre Krankenkasse. Auch in Sanitätshäusern und Seniorenfachgeschäften bzw. Seniotheken erhalten Sie hierzu fachkundige Beratung. Mehr Lebensqualität bedeutet auch mehr Gesundheit. Gönnen Sie sich deshalb auch nicht von der Kasse bezahlte Heil- und Hilfsmittel. Für den Verleih von Hilfsmitteln wenden Sie sich an örtliche Nachbarschaftshilfen, an Sozialstationen oder an den gewerblichen Hilfsmittelverleih.

4.5 Psychische Erkrankungen im Alter

Wir möchten auch auf psychische Erkrankungen älterer Menschen hinweisen. Manchmal haben Senioren schon einen langen Leidensweg hinter sich, manchmal treten psychische Probleme erst im Alter auf. Die Suizidrate steigt z. B. im Alter an. Depressionen, Ängste und andere Erkrankungen können behandelt werden. Der Hausarzt kann hier erster Ansprechpartner sein und geeignete Hilfen vermitteln.

Beratung zu diesem Thema bietet:

Sozialpsychiatrische Beratung mit gerontopsychiatrischen Fachkräften
Sieghartstraße 21, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85338-0, Fax: 08092 85338-30
Beratung für psychisch kranke ältere Menschen und ihre Angehörigen, Haus- und Klinikbesuche, Gruppenangebote

OPTIK LOCHNER

Optik Lochner GmbH
Heinrich-Vogl-Str. 12
85560 Ebersberg

Marktplatz 23
85614 Kirchseeon

Tel.: 08092 88978
Fax: 08092 88979
info@optik-lochner.de
www.optik-lochner.de

EBER-APOTHEKE
Ihre grüne Apotheke im E-EinZ

Wir bieten Ihnen kompetente, freundliche Beratung und mehr.
Gerne nehmen wir uns Zeit für Sie!
Willkommen in Ihrer grünen Apotheke.

Für Sie 12 Stunden / 6 Tage geöffnet:
Montag – Samstag 08:00 – 20:00 Uhr

Inhaber: Dr. Bernd Grünberg e. K.
Altstadtpassage 6 · 85560 Ebersberg
Telefon: 08092 863640 · Fax: 08092 8636425
info@eber-apotheke.de · www.eber-apotheke.de

sanvithek

Nie aufhören anzufangen

entspannt, gesund, mobil

www.sanvithek.de

Hofer'sche Sanvithek · Hans-Eham-Platz 4 · 85567 Grafing

St. Georg-Apotheke

Apothekerinnen
Barbara Posch & Gabriele Heiß OHG
Kirchplatz 12, 85617 Aßling
Telefon 0 8092/91 93, Telefax 0 80 92/3 23 05
E-Mail gh-apo.posch@t-online.de

Unser Leistungsspektrum besteht unter anderem aus:
- Bandagen
- Inkontinenzartikeln
- Anpassung von Kompressionsstrümpfen

QM SYSTEM a

Öffnungszeiten: Montag–Freitag 8.00 bis 19.00 Uhr
Samstag 8.00 bis 14.00 Uhr

Krisendienst des Bezirks Oberbayern im Landkreis Ebersberg für psychisch erkrankte Menschen und ihre Angehörigen
Auch für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
Krisendienst Psychiatrie
Tel.: 0180 6553000
Telefon täglich besetzt von 9:00 bis 24:00 Uhr

Beim Krisendienst Psychiatrie erhalten Sie qualifizierte Soforthilfe bei seelischen Krisen und psychiatrischen Notfällen aller Art: telefonische Beratung, Vermittlung in ambulante Krisenhilfe, aufsuchende Hilfe vor Ort, Vermittlung in stationäre Behandlung durch Fachteams in Zusammenarbeit mit dem SPDI Ebersberg.

4.6 Demenz

Demenz ist ein Oberbegriff für eine Vielzahl verschiedener Krankheitsformen, die den Verlust der geistigen Fähigkeiten zur Folge haben. Es wird zwischen primärer und sekundärer Demenz unterschieden. Die bekannteste primäre Demenzerkrankung ist Alzheimer. Der Verlauf und die Symptome von Demenzerkrankungen können sehr unterschiedlich sein. Eine Demenzerkrankung hat nicht nur den Verlust des Gedächtnisses zur Folge, sondern verändert auch das Wesen des erkrankten Menschen, seine Wahrnehmung und sein Verhalten. Deshalb ist eine Demenzerkrankung für den Betroffenen und seine Angehörigen eine große Herausforderung. Sie erfordert eine genaue fachärztliche Diagnose und eine spezielle Behandlung und Unterstützung der Erkrankten. Für Angehörige ist ausführliche Information und Beratung hilfreich.
Das Thema Demenz kann einen eigenen Wegweiser füllen. Wir geben hier einige Anregungen und informieren über erste Anlaufstellen.

Sehr gute ausführliche Informationen **zum Thema Demenz** finden Sie unter www.wegweiser-demenz.de

Informationen **zum Thema Alzheimer** finden Sie unter www.alzheimergesellschaft-ebersberg.de

Bundesweite Hilfe am Alzheimer-Telefon
Für die Beratung von Betroffenen, Angehörigen und Helfern gibt es als Anlaufstelle das Alzheimer-Telefon. Ein multiprofessionelles Team beantwortet Ihre Fragen zu Demenz und speziell zur Alzheimer-Krankheit.
Servicenummer: 01803 171017 oder
Festnetznummer: 030 259379514
Beratungszeiten: Montag bis Donnerstag 9:00 – 18:00 Uhr und Freitag 9:00 – 15:00 Uhr.

Diagnose:
Zur Abklärung einer Demenzerkrankung wenden Sie sich an die **Fachärzte für Neurologie.**
In München gibt es die **Demenzambulanz** im Zentrum für kognitive Störungen am

Klinikum rechts der Isar
Ismaninger Straße 22, 81675 München
Tel.: 089 4140-0
E-Mail: vorstand@mri.tum.de

Beratung und Hilfen für Angehörige:
Das Leben mit einem demenzkranken Menschen stellt Angehörige vor große Herausforderungen. In jedem Fall sollten Sie sich Beratung und Unterstützung holen. Es gibt die Möglichkeit für Angehörige, sich in Gesprächsgruppen auszutauschen. Ehrenamtliche Demenzhelfer, die stundenweise ins Haus kommen, können Entlastung schaffen. Eine weitere Möglichkeit für die Erkrankten sind Betreuungsgruppen oder der Besuch einer Tagespflegeeinrichtung.

Ausführliche Beratung hierzu bieten im Landkreis Ebersberg:

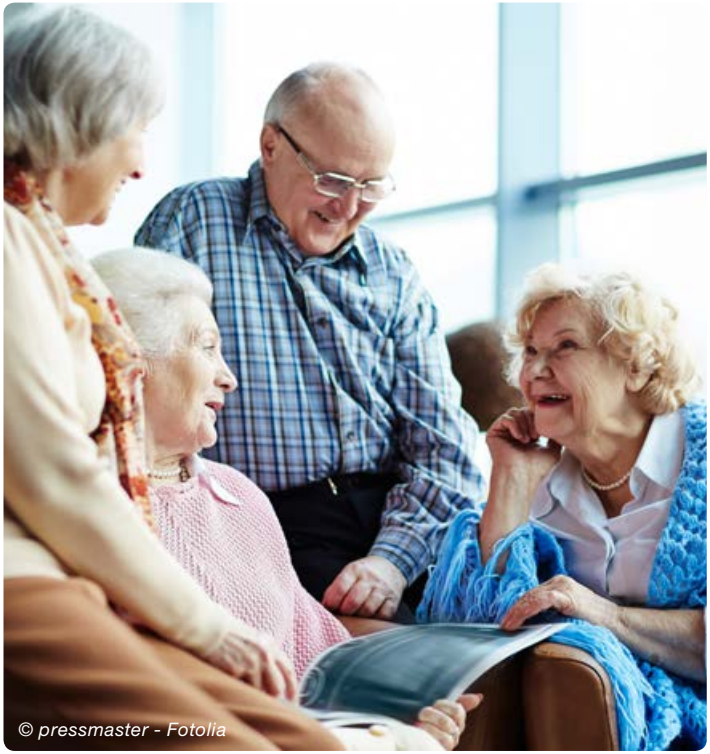
Caritas-Zentrum Grafing
Fachstelle für pflegende Angehörige
www.caritasebersberg.de
Tel.: 08092 2324-10 Grafing
Tel.: 08121 220713 Markt Schwaben
Tel.: 08092 8577863 Ebersberg
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de

© Osterland - Fotolia

4. Gesundheit

Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg (SPDI)
Sieghartstraße 21, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85338-0
E-Mail: spdi-ebersberg@im-muenchen.de

Tagespflege
Tagespflege kann pflegende Angehörige gerade bei Demenzerkrankungen sehr entlasten. Der Erkrankte verbringt einzelne oder mehrere Wochentage in einer Einrichtung und wird dort von Fachkräften betreut.
Informationen zur Tagespflege entnehmen Sie dem Kapitel 7.4.


© pressmaster - Fotolia

Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz
In Landsham entsteht demnächst ein Mehrgenerationen-Wohnprojekt. Hier wird es eine Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz geben (ab 2018).

Informationen dazu:
www.maro-genossenschaft.de
Maro Genossenschaft für selbstbestimmtes und nachbarschaftliches Wohnen
Buchenweg 14, 82441 Ohlstadt
Tel.: 08841 488917
Tel.: 0176 34220678
E-Mail: v.beck@maro-genossenschaft.de

Menschen mit Demenz im Krankenhaus
Ein Klinikaufenthalt stellt für Menschen mit Demenz eine besondere Belastung dar. Die fremde Umgebung und die fremden Menschen verstärken oft Unruhe und führen zu Verschlimmerung der Symptome. Angehörige sollten die Klinik immer über die Demenzerkrankung informieren.

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft hat einen Informationsbogen für Patienten mit einer Demenz bei Aufnahme ins Krankenhaus entwickelt. Dieser kann von den Angehörigen ausgefüllt und der Klinik übergeben werden.

Informationen dazu unter
www.deutsche-alzheimer.de

4.7 Selbsthilfegruppen (SHG)

Neben der Hilfe durch den Arzt können Sie bei Krankheiten und Behinderung Rat und Unterstützung in Selbsthilfegruppen finden. Durch Erfahrungsaustausch informieren, beraten und helfen sich die Teilnehmer gegenseitig. Die Begegnung miteinander, das gegenseitige Verständnis und das Gefühl, mit seinen Problemen nicht allein zu sein, stehen dabei im Vordergrund.

Deutsche Rheuma-Liga e. V.
Arbeitsgemeinschaft Ebersberg
Ansprechpartner: Elfriede Völkl
Am Kapellenberg 17, 85604 Zorneding
Tel.: 08106 246185
E-Mail: kontakt@rheuma-liga-ebersberg.de
www.rheuma-liga-ebersberg.de

Deutsche Parkinson Vereinigung
Regionale Gruppe Ebersberg
Ansprechpartner: Klaus-Dieter Encz
Gerda-Penzel-Straße 3, 85591 Vaterstetten
Tel.: 08106 5768, Fax: 08106 304955
E-Mail: gabyencz@gmx.de
www.parkinson-ebersberg.de

Inkontinenz Selbsthilfeverband Tulling
Ansprechpartner: Annemarie Groß
Eichenweg 20, 83539 Pfaffing
Tel.: 08076 8552, Fax: 08076 8857430
E-Mail: annemarie-gross@t-online.de

Krebsselbsthilfegruppe Baldham
Ansprechpartner: Ursula Wollert
Brunnenstraße 1, 85598 Baldham
Tel.: 08106 32252, Fax: 08106 3802058
E-Mail: uschi.wollert@web.de

Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Poing
Ansprechpartner: Christine Otter M. A.
Mitterfeldring 58, 85586 Poing
Tel.: 08121 971187
E-Mail: otter-poing@t-online.de
www.dmsg-bayern.de

Rolli-Treffpunkt Ebersberg, SHG für Körperbehinderte und aktive Rollstuhlfahrer
Graf-Sempt-Straße 9, 85661 Forstinning
Tel.: 08121 40729

Schlaganfall Online-Selbsthilfegruppe LK Ebersberg
Ansprechpartner: Willi Daniels
Elchering 6, 85643 Steinhöring
Tel.: 08094 907561
E-Mail: willi@daniels-innovation-gesundheit.de

Online-Selbsthilfegruppe:
www.facebook.com > Schlaganfall-ONLINE-Gruppe (Geschlossene Gruppe)

Depression Selbsthilfegruppe
Irmi Tomaschko
Tel.: 08092 5616
E-Mail: info@ospe-ev.de

5. Hilfen zu Hause

5.1 Entlastende Angebote

Die meisten Menschen möchten im Alter so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben. Dies ist möglich, wenn Sie rechtzeitig planen und auch die Entwicklung Ihrer zukünftigen Bedürfnisse mit in den Blick nehmen. Der Grundsatz „ambulant vor stationär“ ist auch ein wesentlicher Gedanke der Seniorenarbeit im Landkreis Ebersberg. Hier finden Sie auch ein umfangreiches Angebot an sozialen Dienstleistungen und Hilfen.

Barrierefreies Wohnen
Lassen Sie Ihre Wohnung altersgerecht und barrierefrei ausstatten. Für eine behindertengerechte Wohnung gibt es eventuell Fördermöglichkeiten, (siehe hierzu Kapitel 6).

Alltägliche Hilfen
Soziale Hilfsdienste und Serviceagenturen bieten die unterschiedlichsten Dienstleistungen, die das alltägliche Leben erleichtern: hauswirtschaftliche Unterstützung, Fahrdienste, Begleitung zum Arzt oder zur Apotheke, Unterstützung bei Behördengängen, kleinere Reparaturen im Haushalt usw. Kosten können Sie dabei sparen, wenn es in Ihrer Nähe eine Organisation gibt, die diese Leistungen oft auf ehrenamtlicher Basis oder auf Tauschbasis anbietet. Im Landkreis Ebersberg gibt es dazu zahlreiche Tauschbörsen, Freiwilligen-Agenturen, Nachbarschaftshilfen, Familienzentren usw. Fragen Sie bei Interesse in Ihrer Gemeinde nach.

Mittlerweile liefern auch viele Lebensmittelhändler, Apotheken und diverse Fachgeschäfte Ihre Bestellungen zu Ihnen nach Hause. Ebenso bieten auch Ärzte, Therapeuten, die meisten sozialen Dienste und ehrenamtliche Helfer Hausbesuche an. Fragen Sie bei Bedarf einfach telefonisch nach oder informieren Sie sich über das Internet. Oft treten im Alter bei einfachen Hausarbeiten Schwierigkeiten auf, die Probleme und Gefahren mit sich bringen. Scheuen Sie sich dann nicht, Hilfe von gewerblichen Anbietern, sozialen Diensten oder Vereinen mit ehrenamtlichen Helfern in Anspruch zu nehmen. Hier können oft kleine Unterstützungen große Entlastung bringen.

Alltagsbegleiter für Senioren
Diese kommen stundenweise ins Haus und helfen älteren Menschen, ihren gewohnten Tagesablauf zu bewältigen und die Angehörigen zu entlasten. Eine Abrechnung über Betreuungsleistungen des Pflegeversicherungsgesetzes ist gegebenenfalls möglich. Fragen Sie hierzu bei Sozialstationen (u. a. Caritas), Pflegediensten, den Sozialpsychiatrischen Diensten Ebersberg (SPDI) und sonstigen karitativen Einrichtungen nach (siehe hierzu auch Kapitel 7).

Haushaltshilfe
Für Pflegebedürftige gibt es die Möglichkeit, ausländische Haushaltshilfen, die in der eigenen Wohnung mit ihnen zusammenleben, zu beschäftigen. Unter anderem vermittelt die Bundesagentur für Arbeit deren Dienste.

Nachbarschaftshilfe Kirchseeon e. V.

Schulgasse 2
85614 Kirchseeon

Tel.: 08091/4050
Fax: 08091/6452

E-Mail: nhk@gmx.info
www.nhk-kirchseeon.de

Mo.–Fr. 08.00–12.00 Uhr

Betreuungsverein
Ebersberg/Erding e. V.
Tel.: 08121 / 43 91 30
Fax: 08121 / 43 91 50

Betreuungsverein für Bürgerinnen und Bürger der Landkreise Ebersberg und Erding e.V.
Herzog-Ludwig-Str. 20
85570 Markt Schwaben

www.btv-ebe.de
info@btv-ebe.de

Hilfen zu Hause

AWO Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Ebersberg e. V.

Im Mittelpunkt der Mensch

Wir bieten im Landkreis Ebersberg folgende soziale Dienste an:

- Ambulanter Pflegedienst in Markt Schwaben mit Essen auf Rädern, Leistungen der Pflege- und Krankenversicherung, Beratung
- Ambulanter Dienst für Menschen mit Behinderung
- 20 Kindertagesstätten
- Projekt Mentoring

AWO Kreisverband Ebersberg
Geschäftsstelle Herzog-Ludwig-Straße 20, 85570 Markt Schwaben
Telefon 0 81 21/93 34-0, Telefax 0 81 21/93 34-50
E-Mail info@awo-kv-ebe.de, Homepage www. awo-kv-ebe.de

Immer für Sie da!

Der Johanniter-Hausnotruf und der Johanniter-Fahrdienst

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Marktplatz 12, 85614 Kirchseeon
Tel. 08091 5678335
www.johanniter.de/kirchseeon

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

5. Hilfen zu Hause

Informationen erteilt die Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV), Bonn
Tel.: 0228 713-1313
E-Mail: make-it-in-germany@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Ebenso bieten auch verschiedene Vermittlungsagenturen eine individuelle 24-Stunden-Betreuung neben hauswirtschaftlichen Diensten an (siehe Kapitel 7, Pflege).

5.2 Nachbarschaftshilfen und Helferkreise der Pfarreien

In vielen Gemeinden gibt es Nachbarschaftshilfen (NBH), die ehrenamtliche Dienste für Senioren vermitteln: Hilfen im Haushalt und im Garten, Begleitdienste zum Arzt, Einkaufshilfen u. v. m. Dies ist eine Möglichkeit, das Leben zu Hause zu erleichtern.

NBH Anzing
Herr Otto Bellmer
Tel.: 08121 3910

NBH Egmating
Frau Christa Heiler
Tel.: 08098 400

NBH Forstinning
Frau M. Haack
Tel.: 08121 5950
E-Mail:
info@nachbarschaftshilfe-forstinning.de
www.nachbarschaftshilfe-forstinning.de

NBH Glonn
Frau Martina Haslbeck
Tel.: 08093 1094

NBH Hohenlinden
Frau Barbara Meyer
Tel.: 08124 8189

NBH Moosach
Frau M. Hecht
Tel.: 08091 9360

NBH Kirchseeon
Frau Barbara Simmel
Tel.: 08091 4050
E-Mail: nhk@gmx.info
www.nhk-kirchseeon.de

NBH Oberpframmern
Frau Annette Bayer
Tel.: 08093 2455
E-Mail:
britta.bonten@gmail.com
www.nbh-oberpframmern.de

NBH Markt Schwaben
Frau Bärbel Baumgart
Tel.: 0175 2769949
www.nachbarschaftshilfe-marktschwaben.de

NBH Gelting-Finsing
Frau Marianne Strobel
Tel.: 08121 82395

NBH Vaterstetten-Zorneding-Grasbrunn
Tel.: 08106 3684-6
E-Mail:
info@nbh-vaterstetten.de
www.nbh-vaterstetten.de

Die SeniorenKarte Grafing e. V.
hilft Menschen ab 63 oder mit Behinderung, ihre Selbstständigkeit zu behalten, um in ihren eigenen vier Wänden wohnen bleiben zu können. Hierzu werden verschiedene Dienstleistungen in der Seniorenbörse angeboten, wie z. B. Haushaltshilfen, kleinere Reparaturen, kleinere Gartenhilfen, Büroarbeiten, Begleitung bei Behördengängen usw. Diese Dienste übernehmen ehrenamtliche Helfer.
Tel.: 08092 3069988
E-Mail: seniorenkarte@gmx.de
www.seniorenkarte-grafing.de

5.3 Mahlzeitendienste, Mittagstisch und Tafeln

Für ältere Menschen oder Hilfsbedürftige, die ihre Mahlzeiten nicht mehr eigenständig zubereiten können oder möchten, bieten soziale Dienste und Hilfsorganisationen „Essen auf Rädern“ bzw. einen mobilen Mahlzeitendienst an. Täglich wird eine fertig zubereitete Mahlzeit oder ein wöchentliches Tiefkühlsortiment, das nur noch erwärmt werden muss, zu ihnen nach Hause geliefert. Auch Diät- und Schonkost können dabei meist berücksichtigt werden.

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Rathausstraße 4, 85586 Poing
Tel.: 08121 98662-20, Fax: 08121 98662-23
E-Mail: info@pflegesterngmbh.de
www.pflegesterngmbh.de

Caritas Alten- u. Pflegeheim, Marienheim Glonn
Rotter Straße 10, 85625 Glonn
Tel.: 08093 90900, Fax: 08093 909099
E-Mail: marienheim@caritasmuenchen.de
www.caritas-altenheim-glonn.de

AWO Kreisverband Ebersberg
Herzog-Ludwig-Straße 20, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 9334-0, Fax: 08121 9334-50
E-Mail: info@awo-kv-ebe.de
www.awo-kv-ebe.de

Nachbarschaftshilfe Vaterstetten
Brunnenstraße 28, 85598 Baldham
Tel.: 08106 3684-6, Fax: 08106 3684-84
E-Mail: info@nbh-vaterstetten.de
www.nbh-vaterstetten.de

5. Hilfen zu Hause

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Landshuter Straße 55
85435 Erding
Tel.: 08122 9955177
E-Mail: menueservice.ost-oberbayern@malteser.org
www.malteser-erding.de

Wer seine Mahlzeiten lieber in Gesellschaft einnimmt, für den ist ein offener Mittagstisch das richtige Angebot. Folgende Einrichtungen bieten günstigen Mittagstisch für alle Interessierten, nicht nur für Heimbewohner:

- AWO Seniorenzentrum Markt Schwaben
- AWO Seniorenzentrum Kirchseeon
- Caritas-Altenheim St. Korbinian, Baldham
- Caritas Alten- und Pflegeheim, Marienheim Glonn
- Seniorenwohnpark Vaterstetten
- Seniorendomizil Haus Bartholomäus Zorneding

Die einzelnen Adressdaten siehe Kapitel 7.

Tafeln
In zahlreichen Gemeinden gibt es sogenannte Tafeln. Dort werden regelmäßig an bedürftige Mitbürger Lebensmittel verteilt. Ausgabeorte und -zeiten erfahren Sie über

Diakonisches Werk Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit
Floßmannstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 23210-23, Fax: 08092 23210-24
E-Mail: kasa-ebersberg@sd-obb.de

5.4 Behindertenfahr- und -begleitdienste

Es gibt einen Fahrdienst für Menschen mit Behinderung, die bedürftig sind im Sinne des Sozialgesetzbuches XII (SGB XII). Dieser kann kostenlos in Anspruch genommen werden. Die Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse wird vom Bezirk Oberbayern vorgenommen. Behindertenfahrdienst bieten im Landkreis Ebersberg an:

Bayerisches Rotes Kreuz, KV Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Dienststelle Kirchseeon
Marktplatz 12, 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 537833-5, Fax: 0891 537833-6
E-Mail: kirchseeon@joh-bayern.de
www.johanniter.de/kirchseeon

5.5 Hausnotruf

Das Hausnotrufsystem ermöglicht eine schnelle Hilfeleistung in einem Notfall. Besonders in Krisensituationen kann jederzeit über einen kleinen Sender, der am Körper getragen wird, eine Notrufzentrale erreicht werden. Diese veranlasst sofort die erforderliche Hilfe oder benachrichtigt Angehörige oder Personen des Vertrauens. Als Aktivitätszeichen kann auch einmal täglich über das Hausnotrufgerät Kontakt hergestellt werden. Wenn Sie pflegebedürftig sind, können Sie die

Teilnahme am Hausnotrufsystem auch bei der Pflegekasse beantragen.

Anbieter im Landkreis Ebersberg:

Bayerisches Rotes Kreuz, KV Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Dienststelle Kirchseeon
Marktplatz 12, 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 537833-5, Fax: 0891 537833-6
E-Mail: kirchseeon@joh-bayern.de
www.johanniter.de/kirchseeon

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Landshuter Straße 55, 85435 Erding
Tel.: 08122 9955177
E-Mail: hausnotruf.traunstein@malteser.org
www.malteser-erding.de

Informationen über weitere Anbieter erhalten Sie auch bei den ambulanten Pflegediensten.

5.6 Weitere häusliche Hilfen

Informationen zu den **zusätzlichen Betreuungsleistungen und zu ambulanten Pflegediensten** finden Sie im Kapitel 7.

Technische Hilfsmittel ermöglichen Beweglichkeit und eine selbstständige Lebensführung.

Es gibt eine Vielzahl von Hilfsmitteln, die Ihnen bei Behinderung oder Pflegebedürftigkeit Ihre Unabhängigkeit und Lebensqualität sichern können. So wird z. B. mit dem Einbau eines Treppenliftes oftmals ein Verbleib in der eigenen Wohnung ermöglicht.

Die Palette der Hilfsmittel ist groß. Einige Hilfsmittel wie Krankenbetten, Rollstühle usw. werden von Ihrer Pflegekasse zur Verfügung gestellt. Der Einbau von Haltegriffen in Bad und WC und weitere seniorengerechte Umbaumaßnahmen werden über die Wohnraumanpassung finanziert, siehe hier Kapitel 6.1, Wohnen im Alter. Beratung und Hilfe bei der Beantragung erhalten Sie bei Ihren Ansprechpartnern der Pflegekassen und bei den örtlichen Sanitätshäusern.

Sie sollten unbedingt eine **Hausapotheke** haben, die trocken, dunkel und kühl gelagert wird. Ideal sind dazu auch abschließbare Schränkchen. Bewahren Sie alle Medikamente in ihrer Originalverpackung und mit Beipackzettel auf. So haben Sie stets alle wichtigen Informationen zu den Arzneimitteln parat und Verwechslungen sind ausgeschlossen. Achten Sie darauf, keine Medikamente mit abgelaufenem Haltbarkeitsdatum einzunehmen.

6. Wohnen im Alter

Wer sein Leben auch im Alter nach seinen Vorstellungen und Wünschen gestalten möchte, der sollte sich frühzeitig die Frage nach der geeigneten Wohnsituation stellen.

Zur Beurteilung, welche Wohn- und Betreuungsform für Sie oder Angehörige infrage kommt, spielen die Erwartungen und Vorstellungen an das Wohnen und eine eventuell notwendige Betreuung eine wichtige Rolle. Ihre Lebenserfahrungen, Ihr Grad der Selbstständigkeit und vor allem Ihre persönlichen Vorstellungen sind dabei entscheidend.

Die meisten älteren Menschen haben auch bei eingeschränkter Beweglichkeit den Wunsch, so selbstständig wie möglich in der eigenen Wohnung zu bleiben. Ein seniorengerechtes Wohnen im Alter erfordert daher bauliche Voraussetzungen und die Sicherheit, dass die entsprechenden Hilfen auch verfügbar sind, wenn es die persönlichen Umstände erfordern.
Achten Sie bitte darauf, einen Zweitschlüssel bei einer Person Ihres Vertrauens zu hinterlegen.

Beachten Sie den Grundsatz: „So viel Selbstständigkeit wie möglich, so viel Hilfe wie nötig!“

Umfangreiche Informationen dazu finden Sie u. a.:

www.stmas.bayern.de/senioren/wohnen
www.wohnen-alter-bayern.de

6.1 Wohnraumanpassung

Hilfe für barrierefreies Wohnen
Um eine selbstständige, möglichst problemlose Lebensführung zu erhalten, sollten Senioren ihre Wohnung an altersspezifische Bedürfnisse anpassen lassen. Durch Umgestaltung können Barrieren und Gefahrenquellen beseitigt werden.

Dazu ist häufig eine individuelle Wohnberatung erforderlich, um eine geeignete und kostengünstige Lösung zu finden und auch umzusetzen. Hierfür gibt es Wohnberatungsstellen.

Wohnberatung ist wichtig, weil ältere Menschen häufig nicht mehr selbst in der Lage sind, die Notwendigkeit von Veränderungen wahrzunehmen, die Möglichkeiten nicht kennen und die Anpassungsmaßnahmen nicht in eigener Regie durchführen können.

Das Caritaszentrum Ebersberg bietet Wohnraumanpassungsberatung an. Es gibt sowohl Beratung in der Beratungsstelle als auch Besuche von ehrenamtlichen geschulten Wohnberatern bei Ihnen zu Hause.
Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Caritas-Zentrum Ebersberg, Fachstelle für pflegende Angehörige und Beratung zur Wohnraumanpassung für Senioren
Von-Feury-Straße 10, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8577863
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de

Die Bayerische Architektenkammer bietet mit der Fachstelle „Barrierefreies Bauen“ in München dazu eine kostenlose und fachübergreifende Beratung (finanzielle Fördermöglichkeiten, Sozialberatung usw.) an.

Bayerische Architektenkammer
Beratung Barrierefreiheit
Waisenhausstraße 4, 80637 München
Tel.: 089 139880-80
E-Mail: info@byak-barrierefreiheit.de
www.byak-barrierefreiheit.de

Darüber hinaus stehen auf dieser Homepage Informationsbroschüren zum Thema Barrierefreies Bauen zum Herunterladen bereit.

Finanzielle Hilfen bei Umbaumaßnahmen
Häufig sind kleinere Maßnahmen schon sehr wirkungsvoll. Pflegebedürftige mit einer Pflegestufe können Zuschüsse zur „Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes“ bis zu einer Höhe von 4.000 Euro nach § 40 Abs. 4 **Soziale Pflegeversicherung** SGB XI erhalten. Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung beschränken sich auf Hilfsmittel.

Im Rahmen der **Sozialen Wohnraumförderung in Bayern** können im Einzelfall Anpassungsmaßnahmen von Wohnungen an die Belange von Menschen mit einer Behinderung bzw. einer dauerhaften schweren Erkrankung gefördert werden. Voraussetzung ist das Vorliegen eines Schwerbehindertenausweises oder eines fachärztlichen Attests, in dem eine andauernde schwere Erkrankung dokumentiert wird. Es gelten Einkommensgrenzen. Für bauliche Maßnahmen bzgl. einer Wohnung kann ein „leistungsfreies Baudarlehen“ (das nach 5 Jahren der Wohnnutzung in einen Zuschuss umgewandelt wird) bis zu maximal 10.000 Euro gewährt werden.

Gefördert werden insbesondere
- Umbau einer Wohnung (behindertengerechter und barrierefreier Wohnungszuschnitt)
- Einbau behindertengerechter sanitärer Anlagen
- Einbau von Anlagen, die die Folgen einer Behinderung mildern (z. B. ein Aufzug oder eine Rampe für Rollstuhlfahrer)

Geplante Maßnahmen sind vor Auftragserteilung bzw. Maßnahmebeginn mit der Bewilligungsstelle zu klären. **Beratung hierzu** im

Landratsamt Ebersberg
Ansprechpartner erreichen Sie unter:
Tel.: 08092 823-163 Fax: 08092 823-9163
E-Mail: poststelle@lra-ebe.de

Die Förderrichtlinien zur Sozialen Wohnraumförderung finden Sie auf der Internetseite der Obersten Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern (www.stmi.bayern.de/bauen/obb) mit weiteren Hinweisen auf beispielhafte Projekte zum integrierten und barrierefreien Wohnen.

GEORG REISCHL
Spedition • Logistik
Ihre seit Jahren bewährte Möbelspedition
– mit dem kompletten Umzugsservice –
SCHREINERGESTELLUNG • VERPACKUNGEN
Möbelspedition – Lagerung
Computer- und Spezialtransporte

Der Fachmann für Ihren Umzug
www.georg-reischl.de
Ebersberg • Anzinger Straße 20 Tel. (0 80 92) 82 81 - 0 • Fax 82 81 - 31

Der Reischlhof - Betreutes Wohnen
im Herzen von Ebersberg

Wir vermieten moderne und barrierefreie
2- Zimmer Wohnungen
von 48 - 73 qm Wohnfläche
an Senioren, die mehr Lebensqualität im Alter wünschen.
Unser erfahrener Partner, die Innere Mission, bietet eine ganze Reihe von Dienstleistungen an, die das Leben bequemer und lebenswerter machen und über ein normales Mietverhältnis hinaus gehen, wie z.B. das oft lebensrettende funkbasierte Notrufsystem. Außerdem gibt es auf Wunsch Essensversorgung, gesellschaftliche Veranstaltungen, Spielenachmittage, Gottesdienste und vieles mehr.
Informieren Sie sich rechtzeitig - es lohnt sich für Sie! Fordern Sie unverbindlich unsere Informationsbroschüre an.
Wir freuen uns, wenn wir Sie beraten dürfen.
Georg Reischl Liegenschaften GmbH & Co KG.
Sieghartstr. 25, 85560 Ebersberg, Tel. 0 80 92 - 82 81 - 0

Anfragen zu behindertengerechten Einrichtungen und Wohnungen beantwortet gerne die Behindertenbeauftragte für den Landkreis Ebersberg.

Ehrenamtliche Behindertenbeauftragte für den Landkreis Ebersberg, Landratsamt Ebersberg
Telefonische Beratung/Sprechstunde im Landratsamt jeden 2. Mittwoch in den ungeraden Kalenderwochen 09:00 – 12:00 Uhr
Tel.: 08092 823-697, Fax: 08092 823-9697
E-Mail: behindertenbeauftragte@lra-ebe.de oder demografie@lra-ebe.de

6.2 Betreutes Wohnen

Beim Betreuten Wohnen (oder bei Betreuter Wohnanlage) handelt es sich um eine barrierefreie Wohnung, die mit einem gewissen Maß an Betreuungsleistungen, dem sogenannten Grundservice, verbunden ist. Meist ist dafür ein **Umzug in eine entsprechende Wohnanlage** notwendig. Der Grundservice und die möglichen Wahlleistungen entsprechen im Wesentlichen dem des Betreuten Wohnens zu Hause.

Diese Wohnform erfordert jedoch eine relativ hohe Selbstständigkeit. Ab einem gewissen Grad an Hilfs- oder Pflegebedürftigkeit kann dann ein Umzug, z. B. in ein Pflegeheim, notwendig werden.

Betreute Wohnanlagen sind mit Gemeinschaftsräumen ausgestattet, die den Kontakt der Bewohner untereinander fördern und oftmals z. B. auch

von Vereinen für Veranstaltungen genutzt werden können.

Für diese Wohnform, die keinen heimrechtlichen Bestimmungen unterliegt, werden auch Begriffe wie Service-Wohnen, unterstütztes Wohnen oder Wohnen Plus verwendet.

Auch die Übersicht der Alten- und Pflegeheime in Kapitel 7 gibt Auskunft über Angebote des Betreuten Wohnens im Landkreis Ebersberg.

Anbieter im Landkreis Ebersberg:

Seniorenhaus am Burgerfeld
Burgerfeld 4, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 2570-0, Fax: 08121 2570-190
E-Mail: markt.schwaben@pichlmayr.de
www.pichlmayr.de/marktschwaben.php

Seniorenwohnpark Vaterstetten
Fasanenstraße 24, 85591 Vaterstetten
Tel.: 08106 385-0, Fax: 08106 385-206
E-Mail:
kontakt@seniorenwohnpark-vaterstetten.de
www.seniorenwohnpark-vaterstetten.de

Betreutes Wohnen im Reischlhof
Ignaz-Perner-Straße 11, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85331-0, Fax: 08092 85331-23
E-Mail: aph-reischlhof@im-muenchen.de
www.aph-reischlhof.de

Betreutes Wohnen in Markt Schwaben
Wohnpark Falkenhof Markt Schwaben
Erdinger Straße 8, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 224198-6, Fax: 08121 224198-7
E-Mail: cz-ebe@caritasmuenchen.de
www.caritasebersberg.de

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Betreutes Wohnen
Rathausstraße 4, 85586 Poing
Tel.: 08121 98662-0
E-Mail: info@pflegesterngmbh.de
www.pflegesterngmbh.de

6.3 Neue Wohnformen

Neben den genannten Möglichkeiten gibt es noch weitere neuere Wohnformen:

Generationsübergreifende Wohnformen
Generationsübergreifende Wohnformen sind Wohnmöglichkeiten, in denen Mieter oder Eigentümer unterschiedlichen Alters und Familienstandes in einem Haus zusammen leben, um sich gegenseitig zu unterstützen.

Ambulante Hausgemeinschaften
Ambulante Hausgemeinschaften sind Wohnformen, in denen ältere aktive Menschen, jeder in einer eigenen abgeschlossenen Wohnung, selbstbestimmt und eigenverantwortlich miteinander in einem Haus mit einem Gemeinschaftsraum leben. Die Bewohner unterstützen sich im Bedarfsfall gegenseitig, sodass sie nach Möglichkeit bis an ihr Lebensende in der ambulanten Hausge-

6. Wohnen im Alter

meinschaft verbleiben können. In der Regel nehmen sie auch gemeinsam Dienstleistungen in Anspruch.

Wohngemeinschaften für aktive Ältere
Wohngemeinschaften für aktive Ältere sind Wohnformen, in denen aktive ältere Menschen, jeder in der Regel in einem eigenen Zimmer, gemeinsam in einer abgeschlossenen Wohnung leben und zusammen z. B. Wohnzimmer, Küche und Bad nutzen.

Bei diesen Wohnformen bewahren Sie sich ihre Unabhängigkeit und sind doch nicht allein.

Diese Wohnprojekte sind in der Regel selbst initiierte Hausgemeinschaften.

Bei solchen gemeinschaftlichen Wohnprojekten geht der Gemeinschaftsaspekt weit über die normalen Nachbarschaftsverhältnisse hinaus. Diese Gruppen planen normalerweise ihre Wohnprojekte, oft auch mit Gemeinschaftsräumen, selbst und setzen es in Kooperation mit anderen Akteuren, z. B. mit Wohnungsbaugesellschaften, um.
Auch im Krankheitsfall können sich die Wohngemeinschaftsmitglieder gegenseitig helfen. Das Risiko dieser Wohnform besteht jedoch darin, dass Sie eventuell wieder ausziehen müssen, wenn Sie schwerstpflegebedürftig werden oder demenziell erkranken. **Beratung** zu den oben genannten Wohnformen erhalten Sie bei der **Koordinationsstelle „Wohnen im Alter “.**
Tel.: 089 20189857, Fax: 089 8962304
E-Mail: info@wohnen-alter-bayern.de
www.wohnen-alter-bayern.de

Wenn Sie Interesse daran haben, eine Wohngemeinschaft zu gründen oder einer beizutreten, müssen Sie bereit sein, Ihr Leben umzustellen und sich anzupassen, was aber bei einer Heimunterbringung nicht anders wäre. Erkundigen Sie sich bei Interesse auch nach finanziellen Fördermöglichkeiten.

Ambulant betreute Wohngemeinschaften
Ambulant betreute Wohngemeinschaften im Sinne des Art. 2 Abs. 3 Pflege- und Wohnqualitätsgesetz (PfleWoqG) dienen dem Zweck, pflegebedürftigen Menschen das Leben in einem gemeinsamen Haushalt und die Inanspruchnahme externer Pflege- oder Betreuungsleistungen gegen Entgelt zu ermöglichen.

7.1 Pflege allgemein

Pflegebedürftig sind Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung für die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen im täglichen Leben auf Dauer, voraussichtlich für mindestens 6 Monate, in erheblichem oder höherem Maße der Hilfe bedürfen. Wenn diese Situation eintritt, besteht die Möglichkeit, bei der Pflegekasse einen Antrag auf Einstufung in einen Pflegegrad zu stellen, um finanzielle Hilfen zu erhalten. Ihre Pflegekasse, die meistens auch zu Ihrer Krankenkasse gehört, berät Sie zu allen Fragen der Pflegeversicherung.

Die Pflegereform

Mittels einer dreistufigen Pflegereform hat das Bundesgesundheitsministerium in den letzten Jahren versucht, die pflegerische Versorgung zu verbessern.

Nach dem **Ersten Pflegestärkungsgesetz** im Jahr 2015 ist im Jahr 2016 das **Zweite Pflegestärkungsgesetz** in Kraft getreten. Schwerpunkt dieses Gesetzes ist die Einführung eines neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffes, der zum 01.01.2017 wirksam wurde. Ziel ist es, kognitiv und psychisch eingeschränkte Menschen – wie z. B. Demenzkranke – bei der Feststellung der Pflegebedürftigkeit mit körperlich eingeschränkten Menschen gleichzustellen. Das **Dritte Pflegestärkungsgesetz**, das ebenfalls zum 01.01.2017 wirksam wurde, soll die Pflegeberatung der Kommunen stärken und Beratung für Betroffene und Angehörige aus einer Hand unterstützen.

Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017

Am 01.01.2017 wurde der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff eingeführt. Dies bedeutet eine andere Bewertung der Pflegebedürftigkeit und eine andere Einstufung in Pflegegrade.

Wurden bisher körperliche Beeinträchtigungen bewertet, werden nun alle für die Pflegebedürftigkeit relevanten Aspekte berücksichtigt (körperlich, psychisch und kognitiv).

Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

Die Begutachtung der Pflegebedürftigkeit erfolgt durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK). Dabei wird vor allem beurteilt, wie selbstständig die betroffene Person noch ist.

Ihr ambulanter Pflegedienst für den Landkreis Ebersberg.
Freundlich, flexibel, zuverlässig.
PFLEGEZENTRUM
EBERSBERG · SIMONE FROST
Dr.-Wintrich-Straße 16 · 85560 Ebersberg

- Leistungen der Grundpflege
  z. B. Hilfe bei der Körperpflege, Ernährung
- Behandlungspflege
  z. B. Medikamentengabe, Injektionen
- Beratung
  z. B. Pflegeberatungsgespräch
- Vermittlung
  z. B. Essen auf Rädern, Hausnotruf

Telefon: 08092 861986 · Telefax: 08092 861987
pflegezentrum-ebersberg@t-online.de

7. Pflege

Die Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

- Mobilität
- kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Bei der Begutachtung werden in diesen Bereichen Punkte vergeben, je nach Befinden des Betroffenen. Daraus ergibt sich die Einstufung in **Pflegegrade von 1 bis 5.**

- **Pflegegrad 1:** geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (12,5 – unter 27 Punkte)
- **Pflegegrad 2:** erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (27 – unter 47,5 Punkte)
- **Pflegegrad 3:** schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (47,5 – unter 70 Punkte)
- **Pflegegrad 4:** schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit (70 – unter 90 Punkte)
- **Pflegegrad 5:** schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung (90 – 100 Punkte)

Übersicht über die Leistungen der Pflegeversicherung:

Pflegegrade	Geldleistung ambulant	Sachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
Pflegegrad 1			125 Euro	125 Euro
Pflegegrad 2	316 Euro	689 Euro	125 Euro	770 Euro
Pflegegrad 3	545 Euro	1.298 Euro	125 Euro	1.262 Euro
Pflegegrad 4	728 Euro	1.612 Euro	125 Euro	1.775 Euro
Pflegegrad 5	901 Euro	1.995 Euro	125 Euro	2.005 Euro

gültig seit 01.01.2017, Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

Arten der Hilfeleistungen:

Die einzelnen Beträge entnehmen Sie bitte nebenstehender Tabelle.

- **Pflegegeld:** Pflegebedürftige erhalten je nach Pflegegrad monatliches Pflegegeld, wenn sie zu Hause gepflegt werden.

- **Pflegesachleistung:** Anstelle des Pflegegeldes können Pflegebedürftige, die zu Hause gepflegt und betreut werden, auch Hilfe von professionellen Pflegekräften in Anspruch nehmen. Sie erhalten die Grundpflege und die hauswirtschaftliche Versorgung als Sachleistung, die die Pflegedienste direkt mit den Pflegekassen abrechnen. Eine Kombination aus Sach- und Geldleistungen ist möglich.

- **Pflegevertretung (Verhinderungs- und Urlaubspflege):** Falls die Pflegeperson infolge von Urlaub oder Krankheit verhindert ist, können die Kosten der Ersatzpflege für 28 Tage für Kurzzeitpflege bzw. 42 Tage bei Nichtnutzung der Kurzzeitpflege übernommen werden.

- **Pflegehilfsmittel und technische Hilfen (siehe Pflegegeld):** Ergänzend zu Pflegegeld oder Pflegesachleistung können von der Pflegeversicherung die Kosten für Pflegehilfsmittel wie z. B. Betteinlagen, Desinfektionsmittel in Höhe von 40 Euro monatlich übernommen werden. Bei medizinischer Notwendigkeit gewährt die Pflegekasse die Erstattung für Hilfsmittel wie Gehhilfe, Rollatoren etc.

7. Pflege

© Gina Sanders – Fotolia

- **Zuschuss zum Hausnotruf:** Für einen Hausnotruf zahlt die Pflegekasse einmalig 10,49 Euro für den Anschluss und 18,36 Euro für den laufenden Betrieb.

- **Wohnungsanpassung:** Zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes von Pflegebedürftigen, z. B. für kleinere Um- und Einbauten, können Zuschüsse bis jeweils 4.000 Euro gewährt werden. (Weitere Unterstützung siehe Kapitel 6.1, Wohnen.)

- **Pflegekurse:** Für Angehörige und sonstige Pflegepersonen werden oft unentgeltliche Pflegekurse angeboten, in denen die Grundkenntnisse der häuslichen Pflege vermittelt werden.

- **Absicherung der Pflegeperson in der gesetzlichen Renten- und Unfallversicherung:** Für Pflegepersonen besteht ein gesetzlicher Unfallversicherungsschutz. Auch leistet die Pflegeversicherung auf Antrag Beiträge zur gesetzlichen Pflegeversicherung.

- **Vollstationäre Pflegeleistungen:** Pflegebedürftige haben Anspruch auf Pflege in vollstationären Einrichtungen, wenn häusliche Pflege nicht möglich oder wegen der Besonderheit des Einzelfalles nicht ausreichend ist.

- **Förderung selbstorganisierter, ambulant betreuter Wohngruppen:** Wird der Pflegebedürftige in einer ambulant betreuten Wohngruppe versorgt, zahlt die Pflegekasse einen Einrichtungszuschuss sowie einen Zuschuss

für eine Organisationskraft. Die Förderung des barrierefreien Umbaus ist möglich.

Nähere Informationen hierzu und zur Pflege allgemein erhalten Sie beim

Bundesministerium für Gesundheit
unter www.bundesgesundheitsministerium.de/pflege oder dessen Bürgertelefon unter der Rufnummer 030 3406066-02

oder

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen
unter www.stmas.bayern.de oder dessen Bürgerbüro unter der Tel.: 089 1261-1660

Beratung für pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen
Pflegebedürftigkeit ist keinesfalls gleichbedeutend mit der Notwendigkeit eines Heimaufenthaltes. Pflege kann lange und gut auch in der eigenen Wohnung erfolgen. Sie oder Ihre Angehörigen können in jedem Fall mit der professionellen Unterstützung von Pflegefachkräften und sozialen Diensten rechnen.
Die meisten Pflegebedürftigen erhalten die nötige organisatorische und hauswirtschaftliche Unterstützung durch die Familie. Die Angehörigen müssen dann auf ihre eigenen Kräfte und Bedürfnisse achten und eine Überforderung vermeiden. Hier sind insbesondere die **Fachstellen für pflegende Angehörige** hilfreiche Ansprechpartner, um entlastende Angebote zu organisieren.

Im Landkreis Ebersberg bietet das **Caritas-Zentrum für den Landkreis Ebersberg** dazu eine umfassende Fachberatung:
Die **Angehörigenberatung** bietet vielseitige Informationen und Unterstützung, gibt Gelegenheit zum Gespräch über Ihre persönlichen Fragen: am Telefon, im Büro oder auch bei Ihnen zu Hause.

- **Grafing, Caritas-Zentrum**
  Tel.: 08092 23241-10
- **Markt Schwaben, Caritas-Zentrum**
  Tel.: 08121 2207-13
- **Ebersberg, Caritas-Zentrum**
  Tel.: 08092 8577863

© Getty Images/iStockphoto

Im **Gesprächskreis für pflegende Angehörige** besteht die Möglichkeit, sich in der Runde mit Gleichgesinnten auszutauschen, Fragen und Belastungen, aber auch gelungene Hilfe zur Sprache zu bringen.
In Ebersberg gibt es den **Treffpunkt pflegender Männer,** der Möglichkeiten zum Austausch bietet.
Informationen dazu gibt es bei den Caritas Beratungsstellen.

Stundenweise Betreuung daheim
Alltagsbegleiter kommen stundenweise ins Haus und helfen älteren Menschen, ihren gewohnten Tagesablauf zu bewältigen und die Angehörigen zu entlasten. Die Begleitung bei Spaziergängen oder gemeinsamen Aktivitäten trägt dazu bei, den Tag zu gestalten, fördert Selbstständigkeit und Lebensqualität. Das Angebot kann von der Pflegeversicherung übernommen werden (§ 45 SGB XI).

Caritas-Zentrum
Ebersberg, dienstags 9:00 – 11:00 Uhr
Tel.: 08092 23241-10, Fax: 08092 31989
Markt Schwaben, donnerstags 9:00 – 11:30 Uhr
Tel.: 08121 2207-10, Fax: 08121 2207-21

Betreuungsgruppe für Menschen mit demenzieller Erkrankung
Die Betreuung Demenzkranker fordert die Angehörigen oft rund um die Uhr. Die Caritas hat Betreuungsgruppen in Baldham und Markt Schwaben eingerichtet. Dies ermöglicht Angehörigen sich einmal wöchentlich eine Auszeit zu gönnen. Ebenso gibt es den Betroffenen Gelegenheit mit anderen in anregender Umgebung gemeinsam schöne Stunden zu verbringen. Die Kosten können durch die Pflegekasse erstattet werden.

Caritas-Zentrum
Tel.: 08092 23241-10, Fax: 08092 31989
Tel.: 08121 2207-13, Fax: 08121 2207-21
Alle Informationen dazu finden Sie unter
www.caritasebersberg.de

Ebenso bieten die **Sozialpsychiatrischen Dienste Ebersberg (SPDI)** eine Aktivierungsgruppe an, die nach § 45 SGB XI mit 100 Euro bzw. 200 Euro bezuschusst werden kann.

Sieghartstraße 21, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85338-0, Fax: 08092 85338-30
E-Mail: spdi-ebersberg@im-muenchen.de
www.spdi-ebersberg.de

7.2 Sozialstationen und ambulante Pflegedienste

Sozialstationen und ambulante Pflegedienste bieten Hilfen durch Fachpflegekräfte für pflegebedürftige Menschen an, die zu Hause versorgt werden. Diese Sachleistungen können anstelle oder kombiniert mit dem Pflegegeld ganz oder teilweise, entsprechend dem jeweiligen Grad der Pflegebedürftigkeit, durch die Pflegekassen übernommen werden. Die Kosten für behandlungspflegerische Leistungen übernimmt die Krankenkasse.

Bei finanzieller Bedürftigkeit kann das Sozialamt als Kostenträger in Betracht kommen.

Alle Sozialstationen und ambulanten Pflegedienste bieten mindestens folgende Dienstleistungen an:

- häusliche Grundpflege, z. B. Baden und Körperpflege
- häusliche Behandlungspflege: wird vom Arzt verordnet, z. B. Injektionen und Wundversorgung
- hauswirtschaftliche Versorgung, z. B. Einkaufen, Putzen, Kochen

Außerdem übernehmen die meisten ambulanten Pflegedienste auch

- die notwendige Pflegeberatung
- die Vermittlung bzw. Beschaffung von Pflegehilfsmitteln
- die Vermittlung von Hilfsdiensten, z. B. Essen auf Rädern

In der folgenden Übersicht sind die ambulanten Pflegedienste nach der Örtlichkeit ihrer Büros im Landkreis Ebersberg aufgeführt. Die Dienste sind jedoch oft über den Ort hinaus tätig.
Zusätzliche Angebote der ambulanten Dienste werden gesondert erwähnt.

Ebersberg

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2095-0, Fax: 08092 2095-20
E-Mail: info@kvebersberg.brk.de
www.kvebersberg.brk.de
Behindertenfahrdienst, Hausnotruf, Essen auf Rädern

7. Pflege

Pflegezentrum Ebersberg – Simone Frost
Dr.-Wintrich-Straße 16, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 861986, Fax: 08092 861987
E-Mail: info@pz-ebersberg.de
www.pflegezentrum-ebersberg.de

Glonn

Ambulanter Pflegedienst
Angela Rogoll-Gottwald
Am Berg 3, 85625 Glonn
Tel.: 08093 3007-20
Fax: 08093 3007-19
Sterbebegleitung, palliative Pflege, Alltagsbegleitung

Grafing

Caritas Sozialstation
Bahnhofstraße 1, 85567 Grafing
Tel.: 08092 23241-10, Fax: 08092 336072
Außenstelle **Markt Schwaben**
Tel.: 08121 2207-11 oder -12
E-Mail: cs-ebe@caritasmuenchen.de
www.caritasebersberg.de
Hauskrankenpflegekurs, Alltagsbegleitung, niederschwellige Angebote, Zusammenarbeit mit dem Palliativ- und Hospizverein SAPV

Angela Rogoll-Gottwald
Am Berg 3
85625 Glonn
Tel.: 08093/300720
Fax: 08093/300719
Handy: 0171/8102545
E-Mail: ro-go@t-online.de
www.ambulante-pflege-glonn.de

AMBULANTER PFLEGEDIENST GmbH
Jetzt auch in Hohenlinden • Jetzt auch in Höhenkirchen

Ambulante Pflege Pfeffer
Seeweg 4, 85567 Grafing
Tel.: 08092 709400, Fax: 08092 709401
E-Mail: info@appgrafing.de
www.appgrafing.de

Hohenlinden

Pflegeambulanz Hohenlinden
Hauptstraße 7, 85664 Hohenlinden
Tel.: 08124 4457324, Fax: 08124 4457326
Mobil: 0171 8783485
E-Mail: pflegeambulanz.hohenlinden@gmx.de

Kirchseeon

Nachbarschaftshilfe Kirchseeon e. V.– Sozialstation
Schulgasse 2, 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 4050, Fax: 08091 6452
E-Mail: nhk@gmx.info
www.nhk-kirchseeon.de
Mobiler Mahlzeitendienst

Aurora Intensivpflegedienst
Münchener Straße 3, 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 5378485, Fax: 08091 5378568
E-Mail: info@aurora-intensivpflegedienst.de
www.aurora-intensivpflegedienst.de
Intensivpflege von schwer erkrankten Patienten jeden Alters

Markt Schwaben

AWO Kreisverband Ebersberg e. V.
Herzog-Ludwig-Straße 20,
85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 9334-0, Fax: 08121 9334-50
E-Mail: info@awo-kv-ebe.de
www.awo-kv-ebe.de
niederschwellige Angebote, Essen auf Rädern

Häusliche Alten- und Krankenpflege Haller-Sutjitra
Am Fischergries 25, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 49161, Fax: 08121 49162
E-Mail: ambulante-pflege-haller@t-online.de

Poing

Pflegeambulanz Gisela Mautner
Neufarner Straße 58, 85586 Poing
Tel.: 08121 912126
E-Mail: pflegeambulanz-mautner@hotmail.de

Pflegeambulanz Richard Mautner
Schwanenstraße 27d, 85586 Poing
Tel.: 08121 4767736 oder 0176 22606110
E-Mail: info@pflegeambulanz-richard-mautner.de
www.pflegeambulanz-richard-mautner.de

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Ambulante Pflege
Marktstraße 5 b, 85586 Poing
Tel.: 08121 256299, Fax: 08121 256260
E-Mail: info@pflegesterngmbh.de
www.pflegesterngmbh.de
Gruppen für Demenzkranke, Betreutes Wohnen zu Hause, Betreutes Wohnen, Mobiler Mahlzeitendienst

Steinhöring

Ambulante Senioren- und Krankenpflege
Svetlana Hauf
Weberzipfel 13, 83512 Wasserburg am Inn
Tel.: 08094 907138
E-Mail: info@pflegedienst-hauf.de
www.pflegedienst-hauf.de

Vaterstetten

Nachbarschaftshilfe, Sozialdienste, Pflegedienste in den Gemeinden Vaterstetten, Zorneding
Brunnenstraße 28, 85598 Baldham
Tel.: 08106 3684-6, Fax: 08106 3684-84
E-Mail: info@nbh-vaterstetten.de
www.nbh-vaterstetten.de
Betreutes Wohnen zu Hause, Familienpflege

Pflege und ambulante Betreuung aus einer Hand.
Die Nachbarschaftshilfe Vaterstetten.

Ambulante Pflege
im häuslichen Umfeld

Sie selbst, Ihr Partner, ein Elternteil oder ein anderes Familienmitglied benötigt Unterstützung? Wir sorgen dafür, dass diese Hilfe in vertrauter Umgebung stattfinden kann.

Gemeinsam mit den Betroffenen und deren Angehörigen erstellen wir ein Pflegekonzept. Das Wohlbefinden und die gesundheitliche Förderung des Patienten steht dabei immer im Mittelpunkt.

Brunnenstraße 28 • 85598 Baldham
Telefon: 08106 - 3684-6 • Fax: 08106 - 36 84-84
info@nbh-vaterstetten.de • **www.nbh-vaterstetten.de**

nachbarschaftshilfe
sozialdienste
pflegedienste
vaterstetten | zorneding | grasbrunn

„Gerne beraten wir Sie kompetent und individuell bei allen Fragen rund um die ambulante Pflege. Für Angehörige bieten wir spezielle Schulungen.“
Astrid Westermeier stellvertretende Pflegedienstleitung

Krankenpflege zuhause Dietra Röthke
Frühlingsstraße 16 c, 85598 Baldham
Tel.: 08106 33113, Fax: 08106 301864
E-Mail: pflegedienst.roethke@t-online.de
www.pflegedienst-roethke.de

Zorneding

Zornedinger Pflegedienst Gisela Pfeufer
Herzogplatz 30, 85604 Zorneding
Tel.: 08106 29674, Fax: 08106 236717
E-Mail: info@zornedinger-pflegedienst.de
www.zornedinger-pflegedienst.de

7.3 Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen – Entlastungsbetrag

Pflegebedürftige, die zu Hause gepflegt werden, können zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen in Anspruch nehmen. Seit 01.01.2017 erhalten Pflegebedürftige aller Pflegegrade, die ambulant gepflegt werden, einen einheitlichen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 Euro monatlich. Der Betrag ist zusätzlich zum Pflegegeld und zweckgebunden. Er kann z. B. für anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag eingesetzt werden.

© Getty Images/iStockphoto

7.4 Tagespflege/Tagesstruktur

Tagespflege ist ein Angebot für Pflegebedürftige, die in der Regel nicht bettlägerig sind und den Tag nicht allein verbringen wollen oder können. Betreut und gepflegt werden sie von qualifiziertem Fachpersonal.

Ziel der Tagespflege ist die Aktivierung und Rehabilitation durch entsprechende Angebote. Die Kosten werden anteilig von der Pflegekasse übernommen. Die Tagespflege ist eine wichtige Unterstützung für pflegende Angehörige.
Ob ein Fahrdienst von der Tagespflegeeinrichtung angeboten wird, klären Sie mit dem jeweiligen Seniorenzentrum.

Im Landkreis Ebersberg bieten derzeit folgende Einrichtungen Tagespflege an:

AWO Seniorenzentrum Kirchseeon
Am Dachsberg 1 – 3, 85614 Kirchseeon
Tel.: 08091 5692-0, Fax: 08091 5692-29
E-Mail: info@sz-kir.awo-obb.de
www.awo-obb-senioren.de

AWO Seniorenzentrum Markt Schwaben
Trappentreustraße 12, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 9316-0, Fax: 08121 9316-16
E-Mail: el@sz-mts.awo-obb.de
www.awo-obb-senioren.de

Caritas Altenheim St. Korbinian
Brunnenstraße 28, 85598 Baldham
Tel.: 08106 3601-0, Fax: 08106 3601-47
E-Mail: st-korbinian@caritasmuenchen.de
www.caritas-altenheim-baldham.de

Caritas Alten- und Pflegeheim Marienheim Glonn
Rotter Straße 10, 85625 Glonn
Tel.: 08093 9090-0, Fax: 08093 9090-99
E-Mail: marienheim@caritasmuenchen.de
www.caritas-altenheim-glonn.de

Sozialpsychiatrische Dienste Ebersberg (SPDI)
Tagesstätte „Der Gartenhof“ für psychisch kranke Erwachsene
Semptstraße 4, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8868-0
E-Mail: gartenhof@im-muenchen.de
www.spdi-ebersberg.de

Tagespflege „Seniorentreff Grafing“
Glonner Straße 6, 85567 Grafing
Tel.: 08092 23017-10, Fax: 08092 23017-12
E-Mail: tagespflege-grafing@pflegesterngmbh.de
www.pflegesterngmbh.de

Tagespflege der NBH Vaterstetten
Brunnenstraße 26, 85598 Vaterstetten
Tel.: 08106 368474
E-Mai: info@nbh-vaterstetten.de
www.nbh-vaterstetten.de

7.5 Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege dient der zeitlich befristeten stationären Betreuung pflegebedürftiger älterer Menschen, die ansonsten zu Hause gepflegt werden, mit Pflegegrad 2 – 5. Sie soll einen Krankenhausaufenthalt vermeiden oder verkürzen sowie nach schwerer Krankheit die Nachsorge sicherstellen. Außerdem ermöglicht sie pflegenden Angehörigen eine zeitlich begrenzte Entlastung von bis zu 8 Wochen (56 Tage) je Kalenderjahr, z. B. bei Urlaub oder Krankheit der Pflegeperson. Im Einzelfall kann Kurzzeitpflege auch dazu dienen, das Leben im Heim näher kennenzulernen, um eine notwendige Heimaufnahme zu erleichtern. Für Menschen mit psychischer Erkrankung, Behinderung oder Demenz muss die Möglichkeit der Aufnahme im Einzelfall geklärt werden.

Einrichtungen im Landkreis Ebersberg, die Kurzzeitpflege anbieten, finden Sie in der Übersicht der stationären Einrichtungen in Kapitel 7.9.

7.6 Verhinderungspflege

Verhinderungspflege ist die Vertretung einer privaten Pflegeperson in der häuslichen Pflege, wenn diese ausfällt. Die Pflegeversicherung übernimmt die Kosten für die Ersatzpflege. Sie kann bis maximal 6 Wochen in Anspruch genommen werden.
Genauere Informationen dazu erhalten Sie unter www.bundesgesundheitsministerium.de/pflege.

7.7 Pflegezeit – Familienpflegezeit

Hier geht es um die Vereinbarkeit von Arbeit und der Pflege naher Angehöriger.

Pflegezeit – die nicht bezahlte vollständige oder teilweise Freistellung von Arbeitstätigkeit – kann beim Arbeitgeber beantragt werden, um z. B. einen nahen Angehörigen in seiner letzten Lebensphase zu begleiten und zu pflegen (bis zu 6 Monate).

Familienpflegezeit bedeutet die teilweise Freistellung von der Arbeitstätigkeit für die Dauer bis zu 24 Monaten.

Die rechtlichen Grundlagen und genauere Angaben finden Sie unter www.bundesgesundheitsministerium.de.

7.8 24-Stunden-Pflege

Seit einigen Jahren werden immer mehr Pflegebedürftige zu Hause von sogenannten 24-Stunden-Hilfskräften betreut. Diese Rund-um-die-Uhr-Betreuung wird vorwiegend von Personal aus den osteuropäischen EU-Ländern durchgeführt. Es gibt verschiedene offizielle Möglichkeiten, eine 24-Stunden-Kraft zu beschäftigen:

- **Anstellung einer Hilfskraft:** Der Arbeitsvertrag wird direkt mit der Hilfskraft abgeschlossen. Personalvermittlung kann z. B. durch die Arbeitsagentur erfolgen.

PROMEDICA PLUS

Betreuungs- und
Pflegekräfte aus Osteuropa

Beratung und Information:
Tel. +49 (0)89 - 5000 50 40

PROMEDICA PLUS Ebersberg
Melanie Hambückers
Lukasfeldweg 7 | 85646 Neufarn
ebersberg@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de/ebersberg

- **Entsendung einer Hilfskraft:** Eine (meist) osteuropäische Agentur schließt mit der Hilfskraft einen Arbeitsvertrag ab und setzt die Hilfskraft bei dem pflegebedürftigen Menschen ein.
- **Bei selbstständig arbeitenden 24-Stunden-Kräften** ist darauf zu achten, dass keine Scheinselbstständigkeit vorliegt.

Zum Schutz der Pflegebedürftigen, aber auch zum Schutz der Hilfskräfte ist auf Legalität und Einhaltung der Arbeitsbedingungen zu achten.
Genauere Informationen zum Thema finden Sie unter:
www.wegweiser-demenz.de/informationen/betreuung-und-pflege
www.verbraucherzentrale.de/pflege-rund-um-die-uhr

Sie können sich zur Beratung auch an die Fachdienste im Landkreis wenden.

7.9 Stationäre Einrichtungen

In manchen Seniorenwohnheimen bzw. Altenheimen ist die Vermietung abgeschlossener Wohnungen (Betreutes Wohnen) an Senioren angegliedert, die noch weitestgehend selbstständig und somit nicht pflegebedürftig sind. Es können dann die Serviceleistungen der Einrichtung, wie z. B. gemeinsame Mahlzeiten oder Freizeitangebote, genutzt werden. In den meisten Einrichtungen stehen zusätzlich Pflegeabteilungen zur Verfügung, in denen die Bewohner bei Bedarf gepflegt werden können.

EIN STÜCK HEIMAT – DIE AWO IM LANDKREIS EBERSBERG

Das Angebot der AWO Seniorenzentren Kirchseeon und Markt Schwaben auf einen Blick:

- ✔ Vollstationäre Pflege
- ✔ Betreuung von demenziell erkrankten Menschen
- ✔ Kurzzeitpflege
- ✔ Tagespflege
- ✔ Individuelle Beratung
- ✔ Regelmäßige Informationsveranstaltungen
- ✔ Stationärer Mittagstisch

Wir beraten Sie gern und bieten Ihnen selbstverständlich Besuchstermine an, damit Sie sich persönlich ein Bild von unserer Arbeit machen können!

Ein Stück Heimat.
Die Seniorenzentren
der AWO Oberbayern.

AWO Bezirksverband Oberbayern e. V.

Hier erreichen Sie uns direkt:

AWO Seniorenzentrum Kirchseeon
Am Dachsberg 1 · 85614 Kirchseeon
✆ 08091 5692-0
E-Mail: info@sz-kir.awo-obb.de

AWO Seniorenzentrum Markt Schwaben
Trappentreustraße 12 · 85570 Markt Schwaben
✆ 08121 9316-0
E-Mail: info@sz-mts.awo-obb.de

Evangelisches Pflegeheim im Reischlhof

- Individuelle Pflege und Betreuung für Menschen aller Konfessionen und Nationalitäten
- Höchste Pflegequalität
- 49 Plätze für vollstationäre Pflege und Kurzzeitpflege
- Offene und beschützende Plätze für Menschen mit dementiellen Erkrankungen
- Modernste technische Ausstattung zur Betreuung dementiell erkrankter Menschen mittels Sensortechnik
- Vielfältige, aktivierende Beschäftigungsangebote
- Großzügige, helle Einzel– und Doppelzimmer
- Zentrale Lage in Stadtnähe

Evangelisches Pflegeheim im Reischlhof
Ignaz-Perner-Straße 15
85560 Ebersberg
Telefon 08092-85331-0
Telefax 08092-85331-23
E-Mail aph-reischlhof@im-muenchen.de
www.aph-reischlhof.de

Unsere Mission Menschlichkeit
Hilfe im Alter

Unser Haus ist nach DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.
Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin zur persönlichen Hausführung.

Wohnen und Wohlfühlen

Seniorendomizil
Haus Bartholomäus

WIR SUCHEN SIE!
Sie arbeiten gerne mit Menschen, sind engagiert …
JETZT BEWERBEN!
WWW.COMPASSIO.DE

NEU

Dauer-/Kurzzeitpflege
Tagespflege
Ambulante Pflege
Offene Angebote

Anzinger Straße 17 · 85604 Zorneding · haus-bartholomaeus@compassio.de

Pflegeheim Walterhof

Unsere Leistungen:

- ✓ *vollstationäre Pflege*
- ✓ *Kurzzeit- und Verhinderungspflege*
- ✓ *gerontopsychiatrische Pflege*
- ✓ *spezielle Demenzbetreuung*

Pflegeheim Walterhof GmbH
Bahnhofallee 2
85570 Markt Schwaben

Tel. 08121 3564
Fax 08121 3644

info@pflegeheim-walterhof.de
www.pflegeheim-walterhof.de

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die stationären Einrichtungen im Landkreis Ebersberg:

	Stationäre Einrichtungen im Landkreis Ebersberg	Alten- und Pflegeheim	Pflegeheim	Beschützende Plätze	Kurzzeitpflege	Tagespflege	Betreutes Wohnen	Angebote für Demenzkranke	Bürgerschaftliches Engagement erwünscht
Anzing	**Seniorenzentrum Anzing** Anna-Ismair-Weg 2, 85646 Anzing Tel.: 08121 77269-0, Fax: 08121 77269-290 E-Mail: info@pflegesterngmbh.de www.pflegesterngmbh.de	✔			✔				✔
Ebersberg	**Senioren-Zentrum Ebersberg** Münchner Straße 9, 85560 Ebersberg Tel.: 08092 24717-0, Fax: 08092 24717-555 E-Mail: ebersberg@pichlmayr.de www.pichlmayr.de		✔		✔			✔	✔
	Evangelisches Pflegeheim im Reischlhof Ignaz-Perner-Straße 15, 85560 Ebersberg Tel.: 08092 85331-0, Fax: 08092 85331-23 E-Mail: aph-reischlhof@im-muenchen.de	✔	✔	✔	✔		✔	✔	✔
Glonn	**Caritas Alten- und Pflegeheim Marienheim Glonn** Rotter Straße 10, 85625 Glonn Tel.: 08093 9090-0, Fax: 08093 9090-99 E-Mail: marienheim@caritasmuenchen.de www.caritas-altenheim-glonn.de	✔	✔	✔	✔	✔		✔	✔

7. Pflege

	Stationäre Einrichtungen im Landkreis Ebersberg	Alten- und Pflegeheim	Pflegeheim	Beschützende Plätze	Kurzzeitpflege	Tagespflege	Betreutes Wohnen	Angebote für Demenzkranke	Bürgerschaftliches Engagement erwünscht
Grafing	**Stiftung Seniorenhaus Grafing** Hans-Eham-Platz 2 – 4, 85567 Grafing Tel.: 08092 86299-18 E-Mail: verwaltung2bw@seniorenhaus-grafing.de www.seniorenhaus-grafing.de						✔		✔
	Pflegestern Seniorenservice gGmbH Hans-Eham-Platz 4, 85567 Grafing Tel.: 08092 86299-37 u. 08121 98662-16 Fax: 08121 98662-13 E-Mail: info@pflegesterngmbh.de www.pflegesterngmbh.de	✔				✔	✔		✔
Kirchseeon	**Abaton-Pflegeheim GmbH** Am Herterfeld 2, 85614 Kirchseeon Tel.: 08091 6948, Fax: 08091 6288 E-Mail: abaton-pflegeheim@t-online.de		✔		✔			✔	
	AWO Seniorenzentrum Kirchseeon Am Dachsberg 1 – 3, 85614 Kirchseeon Tel.: 08091 56920, Fax: 08091 5692-29 E-Mail: info@sz-kir.awo-obb.de www.awo-obb.de		✔		✔	✔		✔	✔

gegründet 1991

Förderwerk Senioren Wohn- und Pflegeheim Grafing b. München e.V.

Wir sind
- ein rechtsfähiger Verein mit Sitz in Grafing,
- als gemeinnützig anerkannt,
- getragen von über tausend Mitgliedern.

Deshalb: Werden Sie Mitglied im Förderwerk oder unterstützen Sie unsere aktive Hilfe für die Grafinger Senioren.
Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer des Förderwerks bringen sich mit ihren Kenntnissen, Fähigkeiten und Erfahrungen täglich aktiv ein. Werden auch Sie tätig und unterstützen Sie unseren Kreis der Ehrenamtlichen.

Josef Koller · 1. Vorsitzender · Raiffeisenstraße 10 · 85567 Grafing
Telefon 0 80 92/41 33 · Fax 0 80 92/86 38 52
E-Mail Jos.Koller@t-online.de · www.seniorenhaus-grafing.de

Pflege ist **Vertrauenssache**

Im Alter individuell betreut und bestens versorgt.
Ambulant und stationär.

Betreutes Wohnen zu Hause
Finsing, Kirchheim, Oberding, Poing

Betreutes Wohnen
Poing

Ambulanter Pflegedienst
Poing, Oberding
(unselbständige Zweigstelle)

Tagespflegeeinrichtungen
Edling, Finsing, Grafing, Kirchheim

Stationäre Einrichtungen
Anzing, Edling, Finsing, Grafing, Kirchheim, Oberding, Poing

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Rathausstraße 4 | D-85586 Poing
Tel: 08121/98 662-0
info@pflegesterngmbh.de
www.pflegesterngmbh.de

PFLEGESTERN
Seniorenservice gGmbH

©MonkeyBusiness–Fotolia

Stiftung Seniorenhaus Grafing

- *Selbstbestimmendes und eigenverantwortliches Wohnen*
- *Organisation von externen Hilfen*
- *Sicheres Umfeld*
- *Umfangreiches Programm*

Stiftung Seniorenhaus Grafing
Hans-Eham-Platz 2 – 4 · 85567 Grafing
Geschäftsführung: Tel. 08092 86299-18
Fax 08092 86299-17
Betreutes Wohnen: Tel. 08092 86299-19
Fax 08092 86299-17
bw@seniorenhaus-grafing.de

7. Pflege

	Stationäre Einrichtungen im Landkreis Ebersberg	Alten- und Pflegeheim	Pflegeheim	Beschützende Plätze	Kurzzeitpflege	Tagespflege	Betreutes Wohnen	Angebote für Demenzkranke	Bürgerschaftliches Engagement erwünscht
Markt Schwaben	**AWO Seniorenzentrum Markt Schwaben** Trappentreustraße 12, 85570 Markt Schwaben Tel.: 08121 9316-0, Fax: 08121 9316-16 E-Mail: el@sz-mts.awo-obb.de www.awo-obb-senioren.de	✔	✔	✔	✔	✔		✔	✔
	Pflegeheim Walterhof Bahnhofallee 2, 85570 Markt Schwaben Tel.: 08121 3564, Fax: 08121 3644 E-Mail: info@pflegeheim-walterhof.de www.pflegeheim-walterhof.de		✔	✔				✔	✔
	Seniorenhaus am Burgerfeld Burgerfeld 4, 85570 Markt Schwaben Tel.: 08121 2570-0, Fax: 08121 2570 -190 E-Mail: markt.schwaben@pichlmayr.de www.pichlmayr.de/marktschwaben.php	✔	✔		✔		✔	✔	✔
Poing	**Seniorenzentrum Poing** Marktstraße 7, 85586 Poing Tel.: 08121 98662-19, Fax: 08121 98662-13 E-Mail: info@pflegesterngmbh.de www.pflegesterngmbh.de	✔					✔		✔

	Stationäre Einrichtungen im Landkreis Ebersberg	Alten- und Pflegeheim	Pflegeheim	Beschützende Plätze	Kurzzeitpflege	Tagespflege	Betreutes Wohnen	Angebote für Demenzkranke	Bürgerschaftliches Engagement erwünscht
Vaterstetten	**Caritas Altenheim St. Korbinian** Brunnenstraße 28, 85598 Baldham Tel.: 08106 3601-0, Fax: 08106 3601-47 E-Mail: st-korbinian@caritasmuenchen.de www.caritas-altenheim-baldham.de	✔			✔	✔		✔	✔
	CARECON Vaterstetten GmbH Fasanenstr. 24 85591 Vaterstetten Tel.: 08106 385-0, Fax: 08106 385-206 E-Mail: kontakt@carecon-vaterstetten.de www.seniorenwohnparkvaterstetten.de	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔	✔
Zorneding	**Seniorendomizil Haus Bartholomäus** Anzinger Straße 17, 85604 Zorneding Tel.: 08106 9967-0, Fax: 08106 8946-1099 E-Mail: haus-bartholomaeus@compassio.de www.compassio.de	✔	✔	✔	✔	✔		✔	✔

Im Rüstigenbereich von Senioreneinrichtungen erhalten die Bewohner Unterkunft und Verpflegung sowie bei Bedarf Betreuung bei der Grundpflege (Waschen, Essen, Kleidung) und Pflege (z. B. medizinische Pflegeleistungen). Die Zimmer bzw. Wohnungen sind teilweise oder komplett eingerichtet; meist können aber auch eigene Möbel mitgebracht werden. In Pflegeeinrichtungen werden Menschen betreut, die wegen Krankheit oder Alter pflegebedürftig und damit ständig auf Hilfe angewiesen sind. Hier steht die Betreuung und Pflege der Menschen durch geschultes Personal im Vordergrund. Grundsätzlich werden Menschen mit psychischer Erkrankung, Behinderung oder Demenz auch aufgenommen.

7. Pflege

In vielen Pflegeinrichtungen gibt es speziell eingerichtete Wohnbereiche und eine intensive Pflege für psychisch veränderte ältere Menschen. Verwirrte Menschen, Menschen mit Weglauftendenz oder selbstgefährdender Desorientierung bedürfen eines besonderen Schutzes und einer Betreuung in einem sicheren Wohnbereich. Für die Unterbringung in einem beschützenden Pflegebereich (Gerontopsychiatrie) ist ein Unterbringungsbeschluss durch das Betreuungsgericht erforderlich.

Umzug ins Senioren- oder Pflegeheim
Haben Sie sich zu einem Umzug ins Heim entschlossen, dann suchen Sie sich eine für Sie geeignete Einrichtung sorgfältig aus. Kriterien für die Auswahl finden Sie in zahlreichen Broschüren oder im Internet. Sie können sich jederzeit verschiedene Einrichtungen ansehen und dann entscheiden. Die meisten Häuser bieten die Möglichkeit eines Probewohnens an. Vor einem Umzug in ein Senioren- bzw. Pflegeheim sollten Sie einen Heimvertrag abschließen und sich dort auch wegen der Finanzierung des Platzes (Pflegekasse, Sozialhilfe etc.) beraten lassen.

© Getty Images

Rechte als Bewohner
Die Bewohner von Senioren- oder Pflegeeinrichtungen stehen unter besonderem Schutz des Gesetzgebers. Das Bayerische Pflege- und Wohnqualitätsgesetz schafft Rahmenbedingungen zur Sicherung und Stärkung der Lebensqualität älterer oder behinderter Menschen in Bayern. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.bagso.de.

Die Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtungen – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA) (ehemals „Heimaufsicht“)
Die Fachstelle (FQA) im Landratsamt stellt durch Beratung und Überwachung der stationären Einrichtungen eine angemessene Qualität der Betreuung und Pflege sicher. Die FQA berät außerdem Bewohner von Pflegeeinrichtungen und deren Angehörige, Bewohnervertretungen, Bewohnerfürsprecher, Betreuer usw. Außerdem ist sie die richtige Anlaufstelle für Beschwerden.

Landratsamt Ebersberg
Tel.: 08092 823-122
Fax: 08092 823-9122
E-Mail: fqa.ebersberg@lra-ebe.de

Wer Anteil nimmt am Leben ringsum, wer vielfältige Möglichkeiten nutzt, Sinnvolles und Nützliches zu tun, wer sich für andere engagiert und auch die schönen Dinge und Erfahrungen zu genießen versteht, der bleibt innerlich jung und ist meist weniger anfällig für Krankheiten.

8.1 Bürgerschaftliches Engagement von und für Senioren

Nach dem Motto „Wer rastet, der rostet“ bietet ein soziales Engagement außerhalb der eigenen Familie eine sinnvolle und nützliche Beschäftigung im Alter.
Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren, leisten einen wichtigen Beitrag zur Schaffung und Aufrechterhaltung von sozialen Angeboten in Städten, Märkten und Gemeinden des Landkreises Ebersberg. Im Rahmen der örtlichen Angebote und Vereine gibt es im Landkreis Ebersberg bereits zahlreiche Möglichkeiten gerade für ältere Mitbürger, ihr Wissen und ihre Erfahrungen auf ehrenamtlicher Basis in vielfältiger Weise in das gesellschaftliche Leben einzubringen.

Wenn Sie sich engagieren wollen, überlegen Sie vorher, in welchem Bereich Sie sich betätigen und wie viel Zeit Sie einbringen wollen.

Nachfolgend finden Sie eine Auswahl an Möglichkeiten eines überörtlichen Engagements; ausdrücklich wird jedoch darauf hingewiesen, dass die genannten Angebote unvollständig sind.

© pixabay.com

Im Landratsamt gibt es das **Koordinierungszentrum Bürgerschaftliches Engagement/ Fachstelle Ehrenamt.**
Das Koordinierungszentrum Bürgerschaftliches Engagement ist Service- und Anlaufstelle für alle Fragen rund um das Ehrenamt im Landratsamt.
Es bietet neben der Fachberatung eine Engagementvermittlung, bietet Unterstützung und Vernetzung der Ehrenamtlichen, Vereine und Organisationen im Landkreis.
Im Rahmen des Dankes und der Anerkennung für das ehrenamtliche Engagement der Bürger vergibt der Landkreis Ebersberg bereits seit November 2015 die Bayerische Ehrenamtskarte. Sie führt zu kleinen Vergünstigungen bei teilnehmenden Akzeptanzpartnern.

8. Aktivitäten älterer Menschen

Weitergehende Informationen finden Sie unter: www.lra-ebe.de und www.engagiert-im-landkreis-ebersberg.de.

Koordinierungszentrum Bürgerschaftliches Engagement/Fachstelle Ehrenamt
Tel.: 08092 823-516
E-Mail: demografie@lra-ebe.de
Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung

Schwungrad Ebersberg e. V.
ist ein Ansprechpartner und Vermittler zwischen engagementbereiten Bürgern jeden Alters und Organisationen, die deren Hilfe in Anspruch nehmen.
Von-Feury-Straße 10, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 2320817
E-Mail: schwungrad@ebersberg.de
www.schwungrad-ebersberg.de

Auf Gemeinde- und auf Landkreisebene gibt es diverse **AGENDA-21**-Arbeitskreise, die sich über Ihre Mitarbeit sehr freuen würden. Erkundigen Sie sich dazu auf der Internetseite der jeweiligen Gemeinde oder des Landratsamtes.

Ansprechpartner im Landratsamt:
Norbert Neugebauer
Tel.: 08092 823-175, Fax: 08092 823-9175
E-Mail: norbert.neugebauer@lra-ebe.de

Ebenso finden sich viele Vereine und Organisationen im Bereich Natur und Umwelt, die sich über eine ehrenamtliche Mitarbeit sehr freuen würden. So können Sie sich zum Beispiel im Bund Naturschutz als Naturschutzwächter oder für das Museum Wald und Umwelt in Ebersberg ehrenamtlich engagieren.
Die Mitarbeit in einer politischen Gruppierung oder Partei gibt allen Interessierten Gelegenheit, ihre persönlichen Erfahrungen und politischen Ansichten für das Gemeinwohl einzubringen. Einzelne Parteien bzw. politische Gruppierungen im Landkreis haben sehr aktive Seniorenvertretungen.

Ebersberger Wirtschaftssenioren – EWS
Die Mitglieder dieses Vereins sind ehemalige Führungskräfte aus der Wirtschaft, die ehrenamtlich ihre Erfahrungen, Beziehungen und Kenntnisse zugunsten von Unternehmensgründern oder -übernehmern einsetzen. Sie bieten ihre Unterstützung u. a. jungen Gründern und bestehenden Unternehmen an und verfügen über unterschiedliche Spezialkenntnisse.

Anmeldung für ehrenamtliche Beratung
Tel.: 08092 823-777
www.a-ws.de

Sind Sie vor allem an einer Mitarbeit im Seniorenbereich interessiert, bieten Ihnen folgende Fördervereine dazu Gelegenheit:

Verein aktiver Bürger e. V. Vaterstetten
Tel.: 08106 2352632
E-Mail: buero@verein-aktiver-buerger.de

Das Alter erleben in Zorneding e. V.
Tel.: 08106 22771
www.alter-erleben-in-zorneding.com

Förderwerk Senioren Wohn- und Pflegeheim Grafing e. V.
Tel.: 08092 4133, Fax: 08092 863852
E-Mail: jos.koller@t-online.de
www.seniorenhaus-grafing.de

Förderverein Seniorenzentrum Poing
Tel.: 089 9044774
E-Mail: dchf.reinhardt@t-online.de

In den letzten Jahren haben sich in einigen Gemeinden des Landkreises auch generationsübergreifende Projekte entwickelt, die allen Altersgruppen offenstehen. Oft vermitteln bzw. bieten diese Organisationen in einem ehrenamtlichen

© colourbox.de

sportwelt
WSV GLONN

Mobilität und Funktionalität bis ins hohe Alter!

In der Sportwelt fördern und fordern wir

Ihre
- Beweglichkeit
- Stabilität
- Ausdauer

durch
- Funktionalitätsüberprüfung vorab
- ganzheitliches Training
- vielseitige Kursangebote

in
- großzügigen Trainingsräumen

mit
- einem Saunabereich zur Regeneration

und
- praxiserfahrenen Trainer/innen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Wintersportverein WSV Glonn e.V.
Haslacher Str. 27 • 85625 Glonn
Tel. 08093/2222 • info@wsvglonn.de
www.wsvglonn.de

Rahmen den gegenseitigen Austausch von kleineren Handreichungen bzw. Dienstleistungen an. Sie kümmern sich um die organisatorischen und rechtlichen Fragen hierzu.

Hier gibt es die unterschiedlichsten Möglichkeiten, sich persönlich zu engagieren oder als Teilnehmer die Angebote zu nutzen. Das Miteinander von Jung und Alt ist meist eine Bereicherung für jeden. Erwähnt werden hier nur Organisationen mit überörtlichem Einzugsbereich soweit uns hierüber Informationen vorlagen.

8.2 Freizeitangebote – Seniorentreffen

In fast allen Gemeinden des Landkreises gibt es speziell für Senioren Gelegenheiten zu Begegnung, Geselligkeit und Seniorenausflügen in Seniorenclubs oder diversen anderen Begegnungsstätten. Freie Verbände, Kirchengemeinden, Wohlfahrtsverbände und sonstige Organisationen bieten eine Vielzahl von Veranstaltungen und Aktivitäten speziell für ältere Menschen an. Angebote, Ansprechpartner und Adressen finden Sie bei Interesse in Ihrem Rathaus, bei Seniorenbeauftragten, den Pfarrämtern, den Wohlfahrtsverbänden oder in der Tagespresse.

Sport
Sportliche Aktivitäten, wie z. B. Gymnastik, Tanz, Wandern, sind gerade im Alter wichtig für die Erhaltung des Wohlbefindens. Zahlreiche Sportarten sind je nach körperlicher Verfassung oftmals bis ins hohe Alter möglich. Im Vordergrund sollten beim Sport die Freude an der eigenen

Leistungsfähigkeit und das Gemeinschaftsgefühl stehen. Erkundigen Sie sich dazu bei den Sportvereinen oder Fitnessstudios in Ihrer Nähe.
Auch bei den Erwachsenenbildungsträgern (z. B. Volkshochschulen, Kreisbildungswerk) finden Sie ein umfangreiches Angebot zum Seniorensport.

Reisen
Nutzen Sie nach Möglichkeit Ihre Zeit zum Reisen. Hier gibt es viele gesellige Angebote, unter anderem durch örtliche Busunternehmer. Vereine, Kirchen und Verbände organisieren ebenfalls Tagesausflüge und mehrtägige Reisen. Außerdem bietet die Tourismusbranche viele Reisen in einem speziellen Rahmen für Senioren an (z. B. mitreisender Arzt, zusätzliches Betreuungspersonal usw.).

Hobby
Beginnen Sie nach der Berufstätigkeit noch ein neues Hobby. Probieren Sie je nach Interesse etwas Neues aus; diese Herausforderungen können viel Spaß machen und halten geistig und körperlich fit. Sie finden im Landkreis dazu eine große Bandbreite an verschiedenen Vereinen. In geselliger Runde macht alles oft viel mehr Spaß.

Wenn Sie aus finanziellen Gründen (wegen kleiner Rente oder Bezug von Grundsicherung im Alter) keinen Sportverein oder VHS-Kurs besuchen können, wenden Sie sich bitte an die Seniorenbeauftragte im Landratsamt oder an die sozialen Beratungsstellen im Landkreis. Es gibt spezielle Spendenprojekte und Stiftungen für Senioren. Niemand soll von der Teilhabe am kulturellen Leben ausgeschlossen sein.

8.3 Bildung und Kultur

Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Denn viele Menschen haben erst im Alter Zeit und Muße, lang gehegte Interessen zu verwirklichen. Mit Gleichgesinnten einem Hobby nachzugehen oder etwas völlig Neues zu lernen, bringt nicht nur menschliche Kontakte, sondern ist eine neue Herausforderung, die jung hält und Spaß macht. Umfangreiche Bildungsangebote bieten im Landkreis folgende Organisationen:

Volkshochschule im Zweckverband Kommunale Bildung
in der Region Ebersberg, Grafing, Kirchseeon, Markt Schwaben
Angebote für alle und speziell VHS für Ältere
Geschäftsstelle
Griesstraße 27, 85567 Grafing
Tel.: 08092 8195-0, Fax: 08092 8195-55
E-Mail: info@vhs-grafing.de
www.vhs-grafing.de

Volkshochschule Vaterstetten e. V.
umfangreiches Weiterbildungsprogramm

PALMA-REISEN
PALMA REISEN
Bahnhofstraße 1 a
85604 Zorneding
Telefon: 08106 2880
Telefax: 08106 2809
palmareisen@aol.com
www.palmareisen.de
Renate Maffey

8. Aktivitäten älterer Menschen

- Geschäftsstelle Vaterstetten
  Baldhamer Straße 39, 85591 Vaterstetten
  Tel.: 08106 3590-35, Fax: 08106 3590-16
  E-Mail: service@vhs-vaterstetten.de
  www.vhs-vaterstetten.de
- Außenstelle Poing – Pliening – Anzing
  Friedensstraße 5, 85586 Poing
  Tel.: 08106 3590-91, Fax: 08106 3590-95
- Kurse finden auch statt in Zorneding und Neukeferloh

Kath. Kreisbildungswerk Ebersberg e. V.
diverse Kurse verschiedener Themenbereiche
Seniorenbildung
Pfarrer-Bauer-Straße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 85079-0, Fax: 08092 85079-20
E-Mail: info@kbw-ebersberg.de
www.kbw-ebersberg.de

Evangelisches Bildungswerk Rosenheim e. V.
Münchener Straße 38, 83022 Rosenheim
Tel.: 08031 809558-10, Fax: 08031 809558-18
E-Mail: info@ebw-rosenheim.de
www.ebw-rosenheim.de

Kultur vermittelt nicht nur Wissen. Sie ist Ausdruck einer Gesellschaft und somit Bestandteil unseres Lebens und Brauchtums.

Tragen Sie zur kulturellen Bereicherung in unserem Landkreis Ebersberg bei und engagieren Sie sich im kulturellen Leben oder nehmen Sie an den zahlreichen Angeboten und Veranstaltungen teil. Vor allem die Bereiche Kunst und Musik können die Sinne eines jeden Menschen verwöhnen. Gönnen Sie sich deshalb Auszeiten und besuchen Sie dazu diverse Veranstaltungen.

8.4 Büchereien und sonstige Medien

In den meisten Gemeinden im Landkreis gibt es öffentliche Büchereien, die umfangreiche Literatur zur Ausleihe anbieten. Für sehgeschwächte Menschen gibt es Bücher im Großdruck. Ferner bieten Medien wie z. B. Hörbücher, CDs und

DVDs zahlreiche unterschiedliche Möglichkeiten der Unterhaltung, ohne hierfür viel Geld investieren zu müssen. Sehr beliebt sind in den Bibliotheken meist auch Fachzeitschriften oder -bücher zu Gesundheitsthemen oder Sachliteratur zu speziellen Themen. Sie finden dort ebenfalls oft regionale Zeitungen, Rad- und Wanderkarten oder aktuelle Zeitschriften.

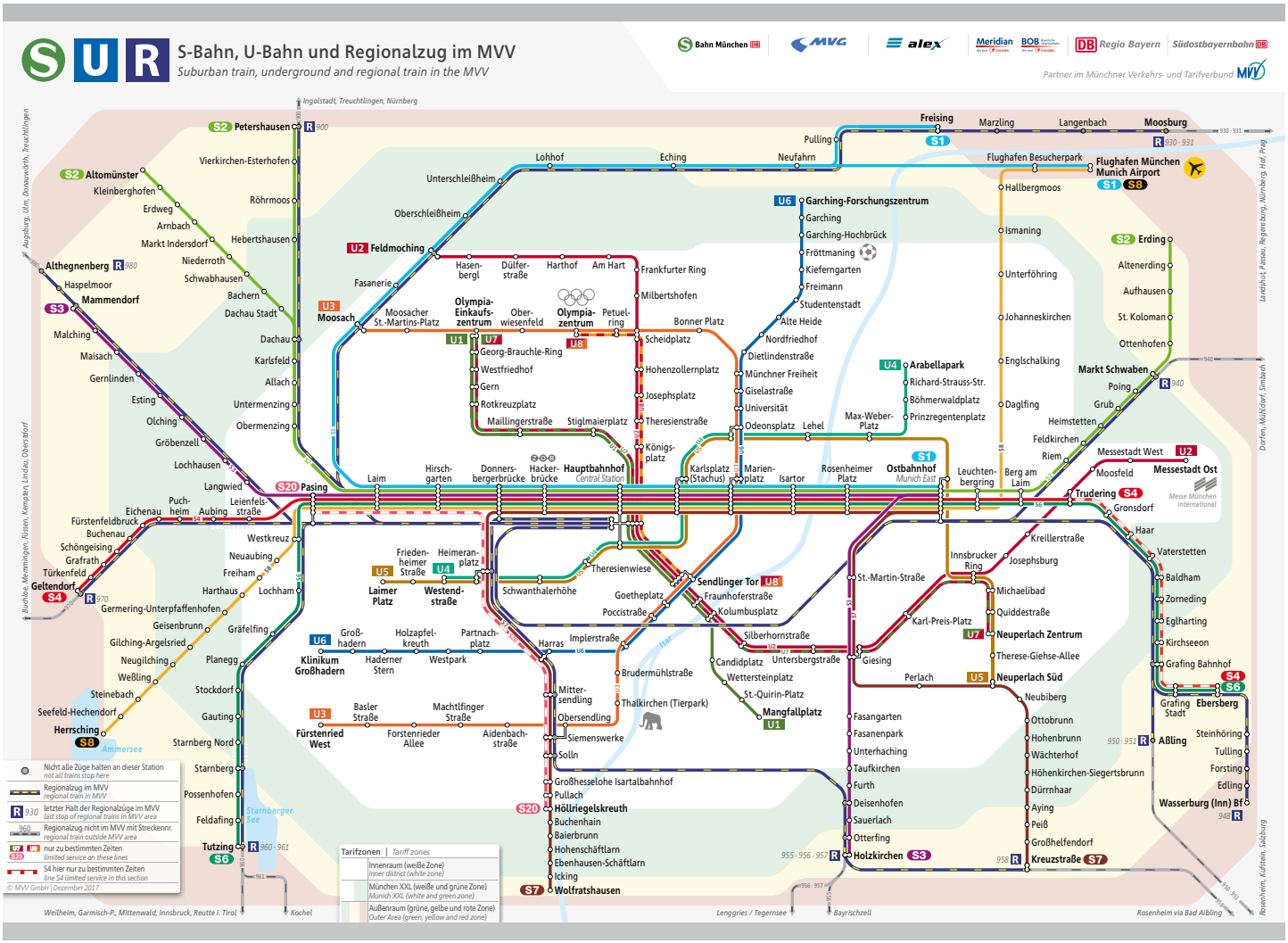
Eine Sammelstelle für heimatgeschichtliche Literatur, amtliche Drucksachen, alte Zeitungen, Tonträger, Plakate, Filme und Fotos finden Sie bei der Kreisdokumentation im Landratsamt. Dort ist auch die „Historische Sammlung“ untergebracht.

Landratsamt Ebersberg, Kreisdokumentation
Eichthalstraße 5, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 823-173, Fax: 08092 823-330
E-Mail: reva@lra-ebe.de

9. Weitere Tipps und Hilfen von A bis Z

9.1 Münchner Verkehrs- und Tarifverbund GmbH – MVV

Der MVV bietet mit der IsarCard 60 eine übertragbare Monatskarte für alle Personen ab 60 Jahren, die den MVV regelmäßig, aber nicht Montag bis Freitag von 6:00 bis 9:00 Uhr nutzen möchten. Sie gilt für einen Kalendermonat und ist übertragbar. Die Preise sind gestaffelt nach den Geltungsbereichen Innenraum, Außenraum und Gesamtnetz. Aktuelle Informationen erhalten Sie auch aus den Tarifbroschüren an



Bahnhöfen oder beim MVV-Kundencenter an der Zeitkartenstelle im Münchner Hauptbahnhof oder im Internet unter der Adresse www.mvv-muenchen.de unter „Tickets und Preise“. Schwerbehinderte, die infolge ihres Handicaps in ihrer Bewegungsfähigkeit erheblich beeinträchtigt sind, haben Anspruch auf Freifahrt mit den MVV-Verkehrsmitteln im Gesamtnetz. Sofern eine ständige Begleitung notwendig ist, fährt auch diese kostenlos mit. Der MVV bietet auf seiner Internetseite (www.mvv-muenchen.de) eine Übersicht über barrierefreie Zugänge sowie den Einsatz von behindertengerechten Fahrzeugen.

Hierzu können Sie auch die wheelmap, eine Onlinekarte für barrierefreie Orte, nutzen unter www.wheelmap.org.

9.2 Guter Rat in Rechtsfragen

Im Hinblick auf oft schwer verständliche Formulierungen in Gesetzen oder Anträgen ist eine neutrale und kompetente Beratung oft sehr sinnvoll. Hierzu können Sie sich unter anderem an folgende Stellen wenden:

- Rechtsanwälte oder Angehörige der anderen rechtsberatenden Berufe
- öffentliche Beratungsstellen
- Verbraucherschutzberatung
- in Mietrechtsfragen: Mieterschutzverein (falls Mitgliedschaft besteht)
- in Wohneigentumsfragen: Haus- und Grundbesitzerverein oder Eigenheimer-Vereinigungen (falls Mitgliedschaft besteht)
- VdK: in Sozialrechtsfragen für Mitglieder
- Für Senioren mit geringem Einkommen besteht die Möglichkeit einer Rechtsberatung gegen einen geringen Unkostenbeitrag im Amtsgericht Ebersberg immer Dienstag von 10:00 bis 12:00 Uhr (siehe Kapitel 1.5).

Öffentliche Einrichtungen beraten oftmals kostenlos. Fragen Sie aber eventuell vorab nach Kosten für die Beratung.

Aktuelle Adressen finden Sie neben Telefonbuch und Gelben Seiten auch im Internet. Oft genügt auch eine Recherche im Internet zur Beantwortung rechtlich einfacher Fragen.

9. Weitere Tipps und Hilfen von A bis Z

9.3 Presse

Ebersberger Zeitung
Eichthalstraße 2, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8282-0, Fax: 08092 8282-30
E-Mail: redaktion@ebersberger-zeitung.de
www.merkur.de/lokales/ebersberg

Süddeutsche Zeitung – Ebersberger SZ
Ulrichstraße 1, 85560 Ebersberg
Tel.: 08092 8266-0, Fax: 08092 8266-80
E-Mail: lkr-ebersberg@sueddeutsche.de
www.sueddeutsche.de

Grafinger Anzeiger/HALLO Ebersberg
Jahnstraße 5 b, 85567 Grafing
Tel.: 08092 8583-0, Fax: 08092 8583-99
E-Mail: anzeigen@grafinger-anzeiger.de
redaktion@grafinger-anzeiger.de
www.anzeigenzeitungsverlag.de

©RobertKneschke-Fotolia

Hallo Falke Markt Schwaben
Alte Bräuhausgasse 7, 85570 Markt Schwaben
Tel.: 08121 223-66, Fax: 08121 223-685
E-Mail: anzeigen@markt-schwabener-falke.de

9.4 Öffentliche Toiletten im Landkreis Ebersberg

Für Senioren (aber auch für Familien mit Kindern), die unterwegs sind, trägt eine gute Versorgung mit öffentlichen Toiletten zur Lebensqualität und Sicherheit bei.

Sie finden eine Liste mit den öffentlichen Toiletten im Landkreis Ebersberg auf der Online-Version des Seniorenwegweisers unter www.lra-ebe.de.

Auf der Online-Karte wheelmap.org (eine Online-Karte zum Suchen und Finden rollstuhlgerechter Orte) finden Sie Eintragungen öffentlicher Toiletten und eine Information, ob diese barrierefrei sind.
www.wheelmap.org

9.5 Sicherheit

Bei Haustürgeschäften ist besondere Vorsicht geboten. Ein gesundes Misstrauen ist keine Unhöflichkeit. Manche Vertreter suchen sich bewusst einen älteren Kundenkreis. Unterschreiben Sie nichts an der Haustür unter Zeitdruck. Sie haben ein grundsätzliches Widerrufsrecht innerhalb von 14 Tagen.

9. Weitere Tipps und Hilfen von A bis Z

Notruftafel	Telefonnummer:
Polizei (Technisches Hilfswerk (THW) über Polizei)	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst/Notarzt Rettungswagen, Rettungshubschrauber, Bergwacht, Wasserwacht	112
Unfall- und Notfallbetreuung im LK Ebersberg	0172 8914001
Ärztlicher Bereitschafts- u. Notdienst	116 117
(bei Nichterreichen des Hausarztes in dringenden Fällen)	01805 191212 (kostenpflichtig)
Krisendienst Psychiatrie	0180 6553000
Polizeiinspektion Ebersberg	08092 8268-0
Polizeiinspektion Poing	08121 9917-0
Polizeiinspektion Erding	08122 968-0
APS, Autobahnpolizeistation Hohenbrunn	08102 74450
Giftnotruf München	089 19240
Kreisklinik Ebersberg	08092 82-0
Gehörlosentelefon Notruf (Schreibtelefon)	089 19294
Telefonseelsorge (Tag und Nacht)	evangelisch 0800 1110111 katholisch 0800 1110222
Wasserversorgung	über die Gemeinde
Gas, Erdgas Südbayern	08092 8245-0

Wenn Sie einen Notruf absetzen müssen, sind folgende fünf Punkte besonders wichtig (die 5 W-Fragen):

- **Wo ist der Notfall/Unfall, das Feuer?**
- **Was ist geschehen?**
- **Wie viele Verletzte/Betroffene sind zu versorgen?**
- **Welche Verletzungen oder Krankheitszeichen haben die Betroffenen?**
- **Warten Sie immer auf Rückfragen der Rettungsleitstelle!**

9. Weitere Tipps und Hilfen von A bis Z

- Hinweis: Waren aus offiziellen Blindenwerkstätten werden nicht bei Haustürgeschäften angeboten.
- Lassen Sie sich bei diversen Sammelaktionen einen Ausweis oder eine gewerberechtliche Erlaubnis zeigen.
- Gewähren Sie fremden Personen keinen unbeaufsichtigten Zutritt zu Ihrer Wohnung.

Vorsicht ist grundsätzlich immer geboten bei **unbekannten Personen,** die sich als Ihr Enkel oder naher Verwandter vorstellen und schnelle Hilfe in Form von Geld oder Bankdaten benötigen. Hier wird oft Ihr Mitleid ausgenutzt. Gerade über das Telefon oder Internet sollten Sie niemals Ihre persönlichen Daten weitergeben. Umfangreiche Informationen finden Sie dazu unter dem Stichwort „Enkeltrick“ auf der Internetseite der Polizei unter www.polizei-beratung.de.

Weitere Formen von Trickbetrug: Betrüger geben sich als Polizisten, als Handwerker, als Mitarbeiter von Behörden aus. Lassen Sie niemanden ohne Anmeldung in Ihre Wohnung. Wählen Sie die 110, wenn Sie unsicher sind.

Schützen Sie sich vor **Einbrechern,** indem Sie beim Verlassen der Wohnung alle Türen und Fenster schließen.

Rauchmelder retten im Ernstfall Ihr Leben – installieren Sie in Ihrer Wohnung in allen Räumen Rauchmelder, um sich und Ihre Mitmenschen vor Rauchvergiftungen oder Schlimmerem zu schützen. Seit dem 01.01.2018 sind Sie gesetzlich verpflichtet Rauchmelder anzubringen.

9.6 Spenden und Stiftungen

Leider gibt es immer mehr alte Menschen mit geringen Renten oder Bezug von Grundsicherung im Alter. Hier ist gerade das Existenzminimum gesichert. Für außerplanmäßige Ausgaben – wie eine neue Brille, Reparatur der Waschmaschine, Fahrtkosten zu einer Familienfeier etc. – fehlt oft das Geld.

Wir möchten darüber informieren, dass es die Möglichkeit gibt, bei Stiftungen oder Spendenprojekten einen Zuschuss zu erhalten.

Wenden Sie sich wegen Informationen zu einer Spende an die sozialen Beratungsstellen im Landkreis oder an die Seniorenbeauftragte im Landratsamt.

Das Landratsamt verfügt über ein eigenes Spendenprojekt für einkommensschwache Senioren. Informationen dazu: www.foerdern-und-helfen.de Tel.: 08092 823-277

Liebe Leser, als wertvolle Orientierungshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie. Die alphabetische Anordnung ermöglicht Ihnen ein schnelles Auffinden der gewünschten Branche. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.total-lokal.de

Ambulanter Pflegedienst	56, 59
Apotheken	27, 33
Ärzte	26
Aufzugbau	U 3
Aufzugwartung	U 3
AWO-Seniorenzentren	63
Bestattungen	22
Betreutes Wohnen	46
Betreuungsverein	39
Bildung und Kultur, Stadt Ebersberg	76
BRK	U2
Caritas-Zentrum	U 2
Ergotherapie	83
Fahrdienst	39

Praxis für Ergotherapie und ambulante Rehabilitation mit Hausbesuchen

Anita Auxel

Westerhamer Straße 2
83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. (0 80 63) 972 11 77

Ulrichstraße 1
85660 Ebersberg
Tel. (0 80 92) 86 37 86

www.ergotherapie-auxel.de
info@ergotherapie-ebersberg.de

www.kskmse.de

Gut für die Region.
Wir engagieren uns für die Menschen in den Landkreisen München, Starnberg und Ebersberg. Denn dem Vertrauen unserer Kunden verdanken wir unser kontinuierliches Wachstum. Für eine Region, in der es sich zu leben lohnt.

Kreissparkasse

Branchenverzeichnis

Förderwerk 67
Garten- und Landschaftsbau 82
Gesundheit 26, 33
Golfplatz U 4
Hausnotruf 39
Heilpraktikerin Psychotherapie 30
Innere Medizin 26
Kinder-, Jugend- und Familienberatung 30
Krankengymnastik 30
Logopädie 30
Logopädische Praxis 30
Möbeltransporte 46
Nachbarschaftshilfe 39
Notare 20
Onkologie 26
Optik 33
Orthopädietechnik 27
Osteopathie 30
Pflege 62
Pflegedienst 58
Pflegeheim 3, 64
Pflegezentrum 49
Physiotherapie 30
Rechtsanwalt / Rechtsanwältin 20, 25
Rehatechnik 32
Reisebüro 75
Sanitätshaus 32
Senioren Wohn- und Pflegeheim 67
Seniorenhaus 67
Seniorenheim U 2, 3, 64
Seniorenservice 67
Soziale Dienste 41
Sozialverband 25, 39
Sparkasse 83
Steinmetzbetrieb 82
Steuerberater 7
Wintersportverein mit Fitnessstudio 74
Zahnärzte 28
Zahnarztpraxen 28

U = Umschlagseite

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

www.christoph-steinlechner.de

Barrierefreies Zuhause mit dem Homelift-ES 4!

Aufzugslösungen nach Maß

Planung, Neubau und Service

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne! Telefon: 089 / 904 997 25

Aufzug & Service W+S GmbH

www.aufzug-service-ws.de

GOLFPLATZ
THAILING

ERLEBNISGOLFEN MIT ALPENBLICK.

Der Golfplatz Thailing – sympathisch, familiär und offen für alle.

Golf ist der perfekte Sport für Senioren. Er verbindet die anregende Aktivität im Freundeskreis und die Förderung der eigenen Gesundheit mit einem ganz besonderen Naturerlebnis. Der moderne und wunderschön gepflegte Golfplatz Thailing im Ebersberger Forst hat viel zu bieten: ein traumhaftes Alpenpanorama auf der Runde, eine entspannte, freundschaftliche und familiäre Atmosphäre, eine gepflegte Gastronomie und eine Sonnenterrasse mit Weitblick, auf der man eigentlich den ganzen Tag verbringen möchte.

Ein weiteres Highlight ist der **6-Loch-Kurzplatz**. Hier können Senioren, die die Platzreife machen, in aller Ruhe, ohne Zeitdruck und Stress, eine Runde spielen oder das im Training Gelernte gleich auf die Bahn bringen.

Ein großer Vorteil für Sie, jetzt neu: Mit einer Mitgliedschaft haben Sie – auch am Wochenende – **Spielrecht** in Thailing und **auf den Partneranlagen in Iffeldorf** am Starnberger See, **Cleebronn** (Nähe Heilbronn) und **Steißlingen** am Bodensee.

Wir freuen uns auf Sie!

Die Vorteile für Senioren:

- **Platzreife-Mitgliedschaft** für nur 79 Euro im Monat
  - Monatlich kündbar
  - Wöchentliches Gruppentraining
  - Platzreifeprüfung und täglich 50 Rangebälle frei
- Spezielles **Seniorentraining** mit unseren Golf Pros
- Modernste **Übungseinrichtungen** und **6-Loch-Kurzplatz**

Golfplatz Thailing GmbH & Co. KG | Thailing 4 | 85643 Steinhöring
Tel. +49 (0) 8094 90550-0 | Fax +49 (0) 8094 90550-99 | info@thailing.de | www.thailing.de