

SENIOREN-RATGEBER



WASSERBURG AM INN



Michael Kölbl
1. Bürgermeister



Friederike Kayser-Büker
Seniorenreferentin



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

wir freuen uns, Ihnen die erste Ausgabe des „Ratgeber für Senioren“ überreichen zu können. Als Kommune versuchen wir, die Herausforderungen und Chancen des demografischen Wandels zu erkennen und angemessen zu reagieren.

Jede Lebensphase ist von speziellen Anforderungen und Bedürfnissen geprägt. Es ist uns ein Anliegen, Sie bei der Suche nach wichtigen Informationen zu unterstützen.

Der Ratgeber spiegelt die vielfältigen Angebote der Kommune und übergeordneter Stellen wieder und versucht, gleichzeitig zu strukturieren und in verständlicher Sprache zu informieren.

Im Rahmen ihrer Bachelorarbeit haben Frau Grimm und Frau Fegl, Studentinnen der Hochschule Rosenheim eine Übersicht der zahlreichen Angebote in und um Wasserburg, speziell auf Seniorinnen und Senioren abgestimmt, erarbeitet.

Die Autorinnen versuchen einfühlsam und mit großer Sorgfalt, den großen Bogen von Freizeitaktivitäten, Kultur, Barrierefreiheit, Mobilität, Gesundheit und Krankheit bis zum Lebensende zu spannen.

Wir bedanken uns ganz herzlich für deren Engagement und die hervorragende Zusammenarbeit mit der Stadt Wasserburg a. Inn.

Ihnen, liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, wünschen wir viel Freude beim Lesen dieses Ratgebers.

Inhaltsverzeichnis

8 Der BürgerBahnhof Wasserburg

10 Aktiv im Alter

- 11 Bürgerliches Engagement von und für Senioren
- 13 Kultur
- 18 Gesellschaftsspiele
- 19 Lernen im Alter
- 22 Sport und Bewegung

30 Freizeitangebote für Senioren

- 31 Barrierefreie und seniorengerechte Cafés und Restaurants
- 38 Seniorennachmittage
- 46 Seniorenreisen

48 Beratung und Information

- 50 Seniorenberatung
- 52 Allgemeine Soziale Beratung
- 54 Rechtsberatung
- 57 Beratung zur Pflegeversicherung und Pflegegrade
- 60 Beratung zu Sozialhilfeleistungen
- 62 Allgemeine Lebensberatung
- 63 Beratung in seelischen Notlagen
- 68 Betreuungsstelle

69 Suchtberatung

73 Schuldnerberatung

76 Rentenberatung

78 Finanzielle Hilfen und Vergünstigungen

79 Wasserburger Tafel

80 BRK Kleiderladen

82 SoWas Sozialkaufhaus Wasserburg

84 Befreiung oder Ermäßigung der Rundfunkgebühren

85 Wohngeld

86 Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe

88 Wohnen im Alter

89 Barrierefreie und seniorengerechte Wohnungen

89 Betreutes Wohnen

93 Wohnen bei Pflegebedürftigkeit

94 Gesundheit

95 Selbsthilfegruppen – „Wir sitzen alle in einem Boot“

101 Gesundheitsangebote

103 Unterstützung bei der psychischen Gesundheit

104 Rehabilitation: Was ist der Unterschied zwischen einer geriatrischen Rehabilitation und der Akut-Geriatrie?

106 Hilfe und Entlastung im Alter

- 107 Hausnotruf
- 109 Mobilnotruf
- 110 Mahlzeitendienste („Essen auf Rädern“)
- 114 Haushaltsnahe und hauswirtschaftliche Dienstleistungen
- 118 Unterstützung im Alltag
- 119 Mobiler Werkzeugkoffer
- 120 Unterstützung bei Behördengängen
- 122 Fahrdienste
- 126 Hilfe bei der Entsorgung von Inkontinenzmaterial
- 128 Hilfsmittelberatung

130 Pflege

- 131 Unterscheidung: Grundpflege und Behandlungspflege
- 132 Ambulante Pflege
- 133 Verhinderungspflege
- 136 Tagespflege (Teilstationär)
- 137 Kurzzeitpflege
- 138 Vollstationäre Pflege
- 142 Heimaufsicht
- 143 Hilfe und Unterstützung für pflegende Angehörige
- 143 Gesprächskreis für pflegende Angehörige
- 144 PflegePartner
- 145 Kurse für pflegende Angehörige
- 146 Betreuerische Hilfen, Betreuungsangebote, Besuchsdienste
- 148 Mobile Dienste
- 148 Friseurheimservice
- 149 Mobile medizinische Fußpflege

150 Hilfe und Entlastung bei Demenz

- 151 Mögliche Hinweise auf Demenz
- 152 Ursachen und Formen von Demenz
- 153 Alzheimertelefon
- 154 Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz
- 155 Gesprächskreis für Angehörige
- 156 „Hilfe beim Helfen“ – Kurs für Angehörige

158 Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter

- 159 Die Vorsorgevollmacht
- 159 Die Betreuungsverfügung
- 160 Die Patientenverfügung
- 161 Testament und Erbschein
- 161 Bestattungsverfügung
- 162 Vorsorgevertrag
- 162 Dauergrabpflege
- 163 Wohnungs- und Haushaltsauflösung
- 164 Sicherheit durch kriminalpolizeiliche Beratung

166 Begleitung auf dem letzten Weg

- 167 Unterschiede Palliativversorgung u. Hospizversorgung
- 168 Palliativversorgung
- 168 Ambulante palliative Versorgung
- 170 Stationäre palliative Versorgung
- 171 Palliativmedizinischer Dienst
- 172 Jakobus Hospizverein e.V.
- 172 Beratungsangebote
- 175 Hospiz- und Trauerbegleitung
- 176 Trauergruppen
- 180 Trauercafé



Der BürgerBahnhof Wasserburg, die erste Anlaufstelle

Ob eine einfache Frage, ein kleines oder großes Problem: Dafür bietet die Stadt Wasserburg a.Inn eine tolle Einrichtung. Das ist der **BürgerBahnhof Wasserburg**, der im Juni 2016 eröffnet wurde und sich im ehemaligen Bahnhofsgebäude befindet. Im gleichen Gebäude und durch den gleichen, **barrierefreien Eingang** erreichbar, befindet sich auch das Café CAFESITObar, das von der Stiftung Attl betrieben wird.

Der BürgerBahnhof Wasserburg ist die erste **Anlaufstelle** für alle Bewohner der Stadt Wasserburg a.Inn für **soziale Probleme** und Anliegen. Das Beratungsangebot ist kostenfrei, unverbindlich, vertraulich und auf Wunsch **anonym**. Um Beratung zu erhalten ist **keine Anmeldung** erforderlich. Beratungen finden zu den Öffnungszeiten im Erdgeschoss in den Beratungsräumen statt. Gerne können Ihre Angehörigen mit in die Beratung einbezogen werden.

Vergleichbar ist der BürgerBahnhof Wasserburg mit einem echten Bahnhof. Hilfesuchende Menschen kommen mit ihrem Anliegen und werden dann mit der richtigen „Zugverbindung“ zum richtigen „Bahngleis“ weitergelotst, um zum richtigen „Ziel“ zu kommen. Dadurch ist der BürgerBahnhof nicht nur eine Beratungsstelle, sondern eine Vernetzungsstelle. Falls beispielsweise ein **Angehöriger plötzlich pflegebedürftig** wird gibt es hier Möglichkeit, die entsprechenden Beratungsstellen und Unterstützungsmöglichkeiten zu erfahren. Außerdem kann die Beratungsstelle des BürgerBahnhofs einen Kontakt herstellen und einen Termin mit einer weiterführenden Stelle vereinbaren.

Sie haben Interesse an einem Ehrenamt? Dann sind Sie im BürgerBahnhof Wasserburg an der richtigen Beratungsstelle. Wenn Sie z. B. als Verein die Räumlichkeiten für Sitzungen und Besprechungen nutzen möchten, können Sie sich ebenfalls gerne an den BürgerBahnhof Wasserburg wenden.

Neue Ideen oder Vorschläge für Projekte können hier auch jederzeit an den BürgerBahnhof Wasserburg herangetragen werden. Man ist offen für jegliche Art von Anregungen und unterstützt Ihre Ideen.

Weitere Beratungsangebote finden in Räumlichkeiten des BürgerBahnhofs Wasserburg beispielsweise durch **die Familienberatung, die Migrationsberatung** der Arbeiterwohlfahrt und den **Sozialverband VdK** statt. Einen Überblick über das aktuelle Beratungsangebot wird im Amtsblatt der Stadt Wasserburg „Wasserburger Heimatnachrichten“ veröffentlicht.

Sehr gerne kann der BürgerBahnhof Wasserburg von allen Interessierten unverbindlich besichtigt werden. Manchmal ist es auch nur ein kleiner Rat oder Tipp den man selbst benötigt, um für sich Lösungen oder neue Blickwinkel zu finden. Trauen Sie sich auch bei kleinen Anliegen – auch hier bietet der BürgerBahnhof stets ein offenes Ohr und unterstützt Sie gerne.



BürgerBahnhof Wasserburg
Frau Ethel-D. Kafka (Sozialpädagogin)

Bahnhofsplatz 14 · 83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/5975286
E-Mail: buergerbahnhof@wasserburg.de



Sprechzeiten: Mo: 13.00 – 15.00 Uhr · Di: 15.00 – 18.00 Uhr
Do: 10.00 – 14.00 Uhr | und nach Vereinbarung



Aktiv im Alter

Was bedeutet es heutzutage, „alt“ zu sein?

Eine pauschale Antwort auf diese Frage zu finden ist schwierig bis sogar unmöglich. Das Altern ist von Mensch zu Mensch verschieden und besitzt viele Facetten. Was jedoch feststeht: Die Menschen werden immer älter, aber das Altersbild von älteren Menschen ist oftmals immer noch etwas „verstaubt“. Heutzutage sind Seniorinnen und Senioren so engagiert und aktiv wie nie zuvor: Sie treffen sich gemeinsam zum Sport, engagieren sich in einem Ehrenamt, bereisen die Welt. Ältere Menschen erhalten im Ruhestand die Möglichkeit freier ihren Interessen und Wünschen nachzugehen. Dies ist die Zeit um Neues zu entdecken, etwas mitzugestalten und gemeinsam etwas erreichen.



Bürgerliches Engagement von Senioren Füreinander – miteinander

Das Gefühl haben etwas Sinnvolles zu tun – das bewegt viele Menschen dazu, sich **ehrenamtlich engagieren** zu wollen. Ältere Menschen engagieren sich in vielen verschiedenen Bereichen. Sie nutzen ihre neuen zeitlichen Freiräume, um sich in Einrichtungen und Vereinen oder neuen Projekten aktiv einzubringen. Vielleicht können Sie in Ihrem Ehrenamt **besondere Fähigkeiten** oder Ihr **berufliches Wissen** mit einbringen und nutzen. Der Bereich zu helfen ist vielfältiger als hier aufgeführt werden kann. Jeder Handgriff ist eine Unterstützung und wird auch dankbar angenommen, deshalb scheuen Sie sich nicht, selbst aktiv zu werden.

Zum ehrenamtlichen Engagement im **gesellschaftlichen Bereich** zählen soziale Tätigkeiten wie beispielsweise Besuche im Pflege- bzw. Altenheim oder zu Hause, Mithilfe bei Seniorennachmittagen, Mithilfe bei der Essensausgabe und dem Kleiderverkauf oder die Begleitung im Alltag.

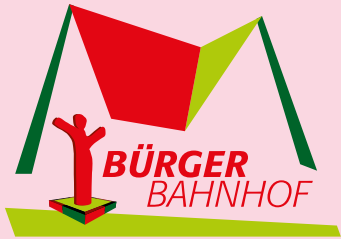
Beim ehrenamtlichen Engagement im **hauswirtschaftlichen und handwerklichen Bereich** übernehmen Sie beispielsweise kleine Handgriffe im Haushalt oder bei der Gartenarbeit. Für einen handwerklichen Einsatz, wie z. B. Glühbirnen wechseln oder auch andere kleine Reparaturen, ist der ehrenamtliche Handwerker gefragt.

Zum ehrenamtlichen Engagement für Senioren und Familien im **häuslichen Bereich** zählen Tätigkeiten wie beispielsweise Kinderbetreuung, die Unterstützung beim Einkaufen oder aber auch pflegende Angehörige zu entlasten und zeitliche Freiräume zu schaffen.



Wenn Sie sich vorstellen können, sich im **beratenden Bereich** ehrenamtlich einzubringen, sei es jemanden bei der Gestaltung des Wohnumfeldes zu beratschlagen oder bei Behördengängen zu unterstützen, erhalten Sie vorher entsprechende Schulungen.

Falls Sie sich engagieren möchten, jedoch noch keine Vorstellung haben in welchem Bereich, können Sie gerne mit dem BürgerBahnhof Wasserburg Kontakt aufnehmen.



BürgerBahnhof Wasserburg

Bahnhofsplatz 14
83512 Wasserburg a.Inn

Sprechzeiten:

Mo: 13.00 – 15.00 Uhr
Di: 15.00 – 18.00 Uhr
Do: 10.00 – 14.00 Uhr
Und nach Vereinbarung

Ansprechpartner:

Frau Ethel-D. Kafka
(Sozialpädagogin)

Telefon:
08071/5975286

E-Mail:
buergerbahnhof@wasserburg.de



Kultur in Wasserburg

Ehrenamtliche Ansprechpartnerin für verschiedenste Belange der Kulturschaffenden ist Frau Edith Stürmlinger, Stadträtin.

Im „**Kulturkreis Wasserburg**“ haben sich Künstler zu einem gemeinnützigen Verein zusammengeschlossen, um die unterschiedlichsten Interessen zu bündeln und zu koordinieren. Zahlreiche Institutionen, Vereine und individuelle Künstler fallen unter den Begriff Kultur. Sie alle aufzuzählen wäre sicher schwierig und immer unvollständig.

Als erstes muss man unsere historische Altstadt selbst nennen. Sie vereint Kulturgeschichte über viele Jahrhunderte mit der Kultur der Gegenwart, in einer lebendigen und offenen Stadt. Sie ist Dreh- und Angelpunkt unseres kulturellen Geschehens und lockt durch Ihre Schönheit und besondere Lage renommierte Künstler an, die wiederum unser kulturelles Leben enorm bereichern.





Beispielhaft ist das „**Theater Wasserburg**“ (ehemals „Belacqua“) zu nennen und gilt mit den drei Sparten Schauspiel, Tanz- und Musiktheater als Leuchtturm unter den bayerischen Privat-Theatern und ist überregional bekannt und ausgezeichnet.

Die jährlichen Theatertage dort sind ein kultureller Höhepunkt in der Region. Hinzugekommen ist jetzt ein Kinder- und Jugendtheater, das durch die interessante Programmauswahl durchaus auch für ältere Mitbürger von Interesse ist.

Die **bildenden Künste** sind mit dem **AK68 im Ganserhaus** eine feste Größe in unserer Stadt und mit der „Großen Kunstausstellung“ im Sommer und zahlreichen Ausstellungen unter dem Jahr ein echter Besuchermagnet.

Das **Kino „Utopia“** hat verdientermaßen zahlreiche Preise für seine außergewöhnliche Programmauswahl bekommen. Tausende pilgern im Sommer zum Freiluftkino „am Stoa“, um unter freiem Himmel Filmkunst vom Feinsten in einem Amphitheater zu erleben.

Wasserburg hat mehrere Chöre. Für engagierte Sänger ist der Bachchor eine großartige Möglichkeit auf höchstem Niveau klassische Chormusik in Form von Konzerten aufzuführen.

Einen pianistischen und inzwischen auch gesanglichen Höhepunkt bildet seit vielen Jahren der **Wasserburger Klaviersommer**.

Prof. Klaus Kaufmann gelingt es jedes Jahr wieder hervorragende Dozenten und außergewöhnliche Talente nach Wasserburg zu holen. Über eine Woche studieren und konzertieren täglich junge Künstler aus vielen Ländern hier in Wasserburg und begeistern ein treues und dankbares Konzert-Publikum. Der Eintritt ist frei!



Das **Tanzstudio Belacqua** steht seit vielen Jahren für erfolgreiche Kinder- und Jugendarbeit sowie hochgelobte Tanzaufführungen. Tanzfreudige im Alter von 3 bis 73 Jahren erhalten dort regelmäßig Tanzunterricht.



Hervorzuheben ist außerdem das „**Museum Wasserburg**“, das in historischen Räumen eine unglaubliche Anzahl von Kulturschätzen der Stadt beherbergt, sowie im Brucktor die „**Sammlung aus 5 Jahrhunderten Wasserburg**“. Ein Besuch ist sehr zu empfehlen. Das einzigartige Stadtarchiv mit wertvollen Dokumenten steht in engem Kontakt mit dem Museum.

Die **regelmäßigen Rathauskonzerte**, die man auch im Abonnement buchen kann, erfreuen sich wegen der hochkarätiger Kammermusik seit Jahrzehnten großer Beliebtheit und die Weihnachtskonzerte des Kammerorchesters sind fester Bestandteil des kulturellen Lebens in Wasserburg. Nicht wegzudenken und eine weitere kulturelle Institution sind die beliebten **Volksmusiktage** im historischen Rathaussaal. Der Rathaussaal ist barrierefrei zugänglich.

Zur Kultur oder auch Interkultur zählt auch **das Nationenfest**, wo man Kultur aus aller Herren Länder erleben kann und sich Wasserburger Mitbürger aus über 70 Ländern musikalisch und kulinarisch vorstellen.



Interessant auch für Senioren sind kulturelle Angebote, weil es hier Kultur auf hohem Niveau in unmittelbarer Nähe, sozusagen zum Anfassen gibt. Egal, ob man z.B. ein schönes Konzert besuchen möchte, oder je nach eigener Möglichkeit selbst mitwirken möchte, alles ist vor Ort möglich, zu Fuß und ohne lange Anfahrten. Wenn doch eine kleine Fahrt nötig ist, könnte auch der **Senioren-Fahrdienst der Stadt**, nach vorheriger Anmeldung, behilflich sein. Der Historische Rathaussaal ist übrigens barrierefrei mit einem Lift zu erreichen!

Aktuelle Informationen und gemeldete Termine zu den Kulturangeboten der Stadt Wasserburg werden in den **Heimatsnachrichten** der Stadt bekanntgegeben und an den Plakatwänden wird für Veranstaltungen geworben. Bei den jeweiligen Institutionen und Vereinen kann man sich persönlich oder im Internet erkundigen. Die **Sparkasse Wasserburg** übernimmt in den meisten Fällen den **Kartenvorverkauf**.



Hier noch einige Institutionen und Kontakt-Adressen:

Wasserburger Rathauskonzerte

Stadt Wasserburg a.Inn · Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg a.Inn
 Telefon: 08071/105-19 · Fax: 08071/105-70
 E-Mail: info@stadt.wasserburg.de
 Internet: www.rathauskonzerte.de

Heimatverein Wasserburg am Inn und Umgebung (Historischer Verein) e.V.

Stadtarchiv Wasserburg a. Inn Kellerstraße 10 · 83512 Wasserburg a.Inn
 Telefon: 08071/920369 · matthias.haupt@stadt.wasserburg.de

Theater Wasserburg

Salzburger Str. 15 · 83512 Wasserburg a.Inn
 Ansprechpartner: Frau Constanze Dürmeier
 Telefon: 08071/597345 · Fax: 8071/ 5272683
 E-Mail: kommunikation@theaterwasserburg.de oder karten@theaterwasserburg.de · Internet: theaterwasserburg.de
 Kontaktzeiten: Mo – Fr: 9.00 -13.00 Uhr

Arbeitskreis 68 Künstlergemeinschaft Wasserburg e.V.

Galerie im Ganserhaus · Schmidzeile 883512 Wasserburg a.Inn
 Telefon: 08071/4484 · Fax: 08071/922745
 E-Mail: arbeitskreis68@web.de · Internet: www.arbeitskreis68.de

Theaterkreis Wasserburg a.Inn

Äußere Lohe 15 | 83512 Wasserburg a.Inn
 Ansprechpartner: (Vorstand) Herr Josef Christandl
 Telefon: 08071/12-32 · Internet: www.theaterkreis-wasserburg.de



Gesellschaftsspiele

Eine ganz andere Art so manchen Abend zu gestalten ist bei den „Spui-Ratzn Wasserburg“ vorbeizuschauen.

Die „Spui-Ratzn Wasserburg“ ist eine Gruppe von Menschen jeden Alters, die neben dem Schafkopfen auch anderen Gesellschaftsspiele gemeinsam spielen. Die „Spui-Ratzn Wasserburg“ treffen sich jeden zweiten Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr beim

Gasthof Huberwirt am Kellerberg

Salzburger Str. 25
83512 Wasserburg a.Inn

Die „Spui-Ratzn Wasserburg“ sind kein Stammtisch. Die Gruppe eint vor allem die Leidenschaft zum Spielen. Jeder soll hier Spaß haben und kann sein eigenes Gesellschaftsspiel mitbringen, das er gerne spielen möchte.

Ansprechpartner: Herr Rainer Teichmann

Telefon: 08071/9227445
Mobil: 0162/2925541
E-Mail: rainerteichmann@LebensSterne-Geschichten.de
rainerteichmann@gmx.de



Lernen im Alter

vhs Volkshochschule Wasserburg

„Lernen ist die einzige
Möglichkeit, am Leben
teilzunehmen.“

Lernen ist vielfältig. Das kann ich in der Volkshochschule mit Kursangeboten machen oder ganz anders. Das ist der beste Weg, um selbstbewusst und glücklich alt zu werden. Lernen gehört zum Körper, zum Leben und Alt werden dazu.“

(Marlene Hof-Hippke, ehem. Leiterin der vhs Wasserburg, 2016)

Jeder Mensch lernt lebenslang. Aus diesem Grund ist eine Weiterbildung sicherlich keine Frage des Alters. Vielleicht ist für Sie jetzt der richtige Zeitpunkt, etwas ganz Neues auszuprobieren oder zu lernen. Vielleicht möchten Sie aber auch voll und ganz Ihrem Hobby nachgehen.



Die Volkshochschule Wasserburg bietet Kurse in verschiedenen Bereichen an:

- Gesundheit
- Sprachen
- Kultur
- Gesellschaft
- Beruf/ EDV
- Grundbildung



Manche **Kursangebote** sind **speziell auf die Zielgruppe** der Senioren ausgerichtet. Es ist jedoch auch möglich, jeglichen anderen Kurs zu besuchen. Außerdem sind Kurse, die von den Krankenkassen gefördert werden, entsprechend im Kursangebot gekennzeichnet. Für **Mitglieder** der Vhs gibt es die Möglichkeit **10% Ermäßigung** zu erhalten.

Falls Sie an kulturellen Angeboten interessiert sind, bietet die Theatergemeinde einmal im Monat einen Ausflug mit dem Bus nach München z. B. in die Oper, das Staatstheater, das Sprechtheater, das Ballett und die Staatsresidenz an.

Ab dem Jahr 2017 gibt es eine behindertengerechte Toilette und einen **barrierefreien Zugang** in die **Volkshochschule Wasserburg mit einem Lift**. Das Kursprogramm erscheint sich zweimal im Jahr, d. h. im Frühjahr und im Herbst. Das aktuelle Kursprogramm ist in der Broschüre der Volkshochschule Wasserburg oder im Internet zu finden.



vhs Volkshochschule Wasserburg

Salzburgerstr. 19
83512 Wasserburg a.Inn

Telefon: 08071/4873

Fax: 08071/50716

E-Mail: info@vhs-wasserburg.de

Internet: www.vhs-wasserburg.de



„Jung und Alt unter Strom“

Heutzutage sind die neusten technischen Geräte wie z. B. Handy, Computer und Laptop nicht mehr wegzudenken. Der Umgang mit diesen Geräten ist auf den ersten Blick vielleicht gar nicht so einfach, denn ständig gibt es etwas Neues oder ändert sich etwas. Dafür gibt es aber auch Experten – die jungen Menschen. Die Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Jugendtreff iNNSEKT mehrmals im Jahr gemeinsame Treffen „Jung und Alt unter Strom“. Dort können ältere Menschen ihre Fragen rund um Handy, Computer und Laptop stellen. Die Jugendlichen können ihr Wissen weitergeben und gemeinsam kann eine Lösung gefunden werden. Falls Sie Interesse an einem Treffen haben, nehmen Sie gerne Kontakt mit der Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn auf.



Treffpunkt: iNNSEKT Wasserburg

Kaspar-Aiblinger-Platz 6
83512 Wasserburg a.Inn

Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn – AWO

Kaspar-Aiblinger-Platz 6
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Anne Höffer von Loewenfeld

Telefon: 08071/95470

E-Mail: anne@loewenfeld.de

Internet: www.bayern.awo.de



Sport und Bewegung

Bewegung trägt nicht nur zur körperlichen Gesundheit bei, sodass die Muskeln gekräftigt, das Immunsystem gestärkt und der Blutdruck positiv beeinflusst werden kann. Bewegung kann viel mehr: Wenn wir uns bewegen werden so genannte **Glücks-Botenstoffe** im ganzen Körper ausgeschüttet, die wiederum dazu beitragen, dass man sich wohler und zufriedener fühlt. Außerdem wird die Durchblutung angeregt, vom Kopf bis zum Zeh. Dabei muss man gar nicht für einen Marathon trainieren, sondern es geht vielmehr um **Freude an der Bewegung**, Freude an der frischen Luft zu sein, Freude vielleicht etwas geschafft zu haben, dass man sich vorher gar nicht zugetraut hätte. Bewegung bedeutet auch, mit anderen Menschen zusammenzukommen und gemeinsame Geselligkeit.

Bade-, Sport- und Freizeitzentrum BADRIA

Alkorstraße 14 · 83512 Wasserburg a.Inn
 Telefon: 08071/81 33 · Fax: 08071/92 02 22
 E-Mail: info@badria.de · Internet: www.badria.de

Öffnungszeiten:

Täglich ab: 9.00 Uhr · So – Do: bis 21.00 Uhr | Fr & Sa: bis 22 Uhr

Bewegungsangebot Seniorenschwimmen:

- ▶ Mit verschiedenen Übungen für den ganzen Körper unter Anleitung
- ▶ Mittwochs von 9.00 – 10.30 Uhr

vhs | Volkshochschule Wasserburg

Salzburger Straße 19 · 83512 Wasserburg a.Inn
 Telefon: 08071/4873 · Fax: 08071/50716
 E-Mail: info@vhs-wasserburg.de
 Internet: www.vhs-wasserburg.de

Öffnungszeiten:

Mo: 8.30 – 12.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr
 Di: 8.30 – 12.00 Uhr
 Do: 8.30 – 12.00 und 16.00 – 18.00 Uhr
 Fr: 8.30 – 12.00 Uhr
 In den Schulferien gelten eingeschränkte Öffnungszeiten.

Bewegungsangebot Wassergymnastik und Aquafitness:

- ▶ Regelmäßige vhs-Kurse für Wassergymnastik und Aquafitness für den ganzen Körper unter Anleitung
- ▶ Information über Termine bei der vhs

Bewegungsangebot Präventionskurse:

- ▶ Regelmäßige Präventionskurse (z. B. medizinische Wassergymnastik) mit Möglichkeit der Bezuschussung von der Krankenkasse
- ▶ Information über Termine bei der vhs

Bewegungsangebot Koronarsport:

- ▶ Übungsgruppe für Herz- und Kreislaufpatienten unter Anleitung und ärztlicher Überwachung
- ▶ Donnerstags abends
- ▶ Information über Termine und persönliche Anmeldung bei der vhs



Deutscher Alpenverein

Sektion Wasserburg,
Kaspar-Aiblinger-Platz 2
683512 Wasserburg

Ansprechpartner:

Frau Marianna Reich | Telefon: 08071/40545
E-Mail: info@alpenverein-wasserburg.de
Internet: www.alpenverein-wasserburg.de

Öffnungszeiten:

Di: 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Do: 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Auszug aus dem Angebot des Alpenvereins:

Bewegungsangebot Werktagstouren:

- ▶ Donnerstags, über 500 Höhenmeter
(für jüngere Bergwanderer und Senioren geeignet)
- ▶ Freitags, bis 500 Höhenmeter („Tour für die Gemütlichen“)
Jeweils Einkehr in eine Wirtschaft mit Mittagsrast
Jeweils Treffpunkt um 8.15 Uhr am Busbahnhof Wasserburg
Information und Anmeldung beim Alpenverein in Wasserburg

Bewegungsangebot Wochenendtouren:

- ▶ Information und Anmeldung beim Alpenverein in Wasserburg

Bewegungsangebot „Seniorentag“:

- ▶ „Seniorentag“ 2x im Jahr auf einer Hütte
- ▶ Information und Anmeldung beim Alpenverein in Wasserburg



Kneipp-Verein Wasserburg a.Inn e.V.

Schustergasse 5 (= Wasserburger Bücherstube)
83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/7401 und 08071/7069 · Fax: 08071/3640
Mail: info@kneippverein-wasserburg-inn.de
Internet: www.kneippverein-wasserburg-inn.de

Auszug aus dem Angebot des Kneipp-Verein Wasserburg a.Inn e.V.:

Bewegungsangebot „Aktiv bleiben im Alter – Senioren in Bewegung“:

- ▶ Information über Termin, Kosten und Veranstaltungsort über
den Kneipp-Verein Wasserburg a.Inn

Bewegungsangebot „Fit und aktiv im Alter – Präventives Training und Gymnastik für Senioren“:

- ▶ Information über Termin, Kosten und Veranstaltungsort über
den Kneipp-Verein Wasserburg a.Inn



Turn- und Sportverein 1880 e.V. Wasserburg a.Inn

Alkorstraße 16 · 83512 Wasserburg a.Inn · Telefon: 08071/88 22
E-Mail: tsvwb@tsv-wasserburg.de
Internet: www.tsv-wasserburg.de

Kontaktzeiten:

Mo: 18.30 – 20.30 Uhr

Auszug aus dem Angebot des TSV:

Bewegungsangebot – Seniorengymnastik (Hockergymnastik)

- ▶ Mit verschiedenen Übungen für den ganzen Körper unter Anleitung
- ▶ Montags von 18.00 – 19.00 Uhr
- ▶ Mittelschule Wasserburg · Klosterweg 2 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Traudi Bayerl

Telefon: 0153/54918644
E-Mail: bayerlimmo@t-online.de

Bewegungsangebot „Er-Sie-Es“-Gruppe: Von Gymnastik, Nordic-Walking, Sport in der Natur, Wandern bis Radtouren und vieles mehr

- ▶ Sportgruppe für Jung und Alt
- ▶ Montags und Mittwochs von 18.00 – 19.30 Uhr
- ▶ In der „Badria-Halle“, Alkorstraße 14, 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Herr Helmut Samer

Telefon: 08071/8743
E-Mail: elsam@t-online.de

Sowie alle weiteren Breitensport-Angebote des TSV



Mrs.Sporty Wasserburg Fitnessclub

Salzburger Straße 4 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Melanie Wirth

Telefon: 08071/9228292 · E-Mail: Club189@club.mrssporty.de
Internet: www.mrssporty.de/club/wasserburg

Bewegungsangebot Kraft- und Ausdauertraining für Frauen jeden Alters:

- ▶ Persönlich abgestimmtes Kraft- und Ausdauertraining während der Öffnungszeiten
- ▶ Unterstützung durch persönliche Trainingsbetreuung
- ▶ Geeignet für Frauen jeden Alters (mit und ohne gesundheitlichen Einschränkungen)

Elan fitness

Am Aussichtsturm 5 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Herr Raouf K. Khair

Telefon: 08071/ 1611 · Fax: 08071/ 1693
E-Mail: elanfitness@t-online.de · Internet: www.elanfitness.de

Auszug aus dem Kurs- und Trainingsangebot von Elan fitness: Bewegungsangebot Best Age 50 plus:

- ▶ Persönlich abgestimmtes Kraft- und Ausdauertraining für Menschen über 50 Jahren
- ▶ Trainingsmöglichkeit zwischen 8.00 – 12.00 Uhr und Möglichkeit zur Nutzung des kompletten Kursangebotes
- ▶ Unterstützung durch persönliche Trainingsbetreuung
- ▶ Barrierefreier Zugang über Aufzug möglich



Fit&Fun Wasserburg

Alkorstraße 10
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Manuel Kebinger

Telefon: 08071/ 92 65 0
Fax: 08071 / 92 65 29



Auszug aus dem Kurs- und Trainingsangebot des Fit&Fun Wasserburg:

Bewegungsangebot Kurs „50plus“:

- Mit verschiedenen Übungen für den ganzen Körper unter Anleitung
- ▶ Mittwochs von 10.00 – 11.00 Uhr
- ▶ Bewegungsangebot „Fitnessführerschein“:
- ▶ Fitnessführerschein besteht aus 8 Kurseinheiten
- ▶ Persönlich abgestimmtes Training
- ▶ Bestehend aus den Schwerpunkten: Bewegung und Training für den ganzen Körper, Information über Ernährung und Training
- ▶ Unterstützung durch persönliche Trainingsbetreuung
- ▶ Anteilige Kostenübernahme des Fitnessführerscheins durch die Krankenkasse möglich
- ▶ Information über Mitgliedschaft, Kosten und Anmeldung bei Fit&Fun Wasserburg



Speedfitness Wasserburg

An der Stadtmauer 6
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Sabine Himmel

Telefon: 08071/51115
E-Mail: wasserburg@speedfitness.de
Internet: www.speedfitness.de



Auszug aus dem Kurs- und Trainingsangebot des Speedfitness Wasserburg:

Bewegungsangebot Fitnessführerschein:

- ▶ Fitnessführerschein besteht aus 10 Kurseinheiten à 90 Minuten
- ▶ Persönlich abgestimmtes Training in Kleingruppen
- ▶ Bestehend aus den Schwerpunkten: Bewegung und Training für den ganzen Körper
- ▶ Unterstützung durch persönliche Trainingsbetreuung
- ▶ Anteilige Kostenübernahme des Fitnessführerscheins durch die Krankenkasse möglich
- ▶ Während diesen 10 Wochen können alle Angebote des Speedfitness kostenfrei genutzt werden
- ▶ Information über Mitgliedschaft, Kosten und Anmeldung bei Speedfitness

Freizeitangebote für Senioren

Vielleicht jetzt die Gelegenheit nutzen und etwas Neues ausprobieren. Und dieses „etwas Neues ausprobieren“ kann in vielen Bereichen sein – sei es vielleicht bei Sport, beim gemütlichen Zusammensein oder beim Reisen. In diesem Abschnitt erfahren Sie, welche einladende Gastronomie und Treffpunkte es in der Stadt Wasserburg a. Inn gibt.

Barrierefreie und seniorengerechte Cafés und Gaststätten

In der Wasserburger Altstadt

Ob selbstgebackene Kuchen und duftender Kaffee bei einem gemütlichen Kaffeepausch, lieber Pasta und Suppen oder doch deftige und vegetarische Köstlichkeiten: Diese Cafés und Gaststätten in der Stadt Wasserburg a. Inn bieten für jeden Geschmack etwas.

Die Stadt Wasserburg a. Inn ist ständig bemüht, mögliche Barrieren zu beheben, um allen Menschen die Möglichkeit zu geben, sich sicher und völlig uneingeschränkt im Stadtgebiet zu bewegen. Falls Sie irgendwelche Barrieren in der Stadt Wasserburg entdecken, können Sie sehr gerne Kontakt mit dem BürgerBahnhof Wasserburg aufnehmen.



BürgerBahnhof Wasserburg
Frau Ethel-D. Kafka (Sozialpädagogin)
 Bahnhofplatz 14 · 83512 Wasserburg a. Inn
 Telefon: 08071/5975286
 E-Mail: buergerbahnhof@wasserburg.de

Sprechzeiten:

Mo: 13.00 – 15.00 Uhr · Di: 15.00 – 18.00 Uhr
 Do: 10.00 – 14.00 Uhr | und nach Vereinbarung





Gaststätte	Nr.	Eingang	Innenbereich	Toiletten
Alexis Zorbas Griechische Taverna	1	4 Stufen		3 Stufen
Café Central	2			
Café Die Schranne	3	4 Stufen auf Nachfrage über Seiteneingang barrierefrei begehbar		17 Stufen oder barrierefreie Toilette im Rathaus über Lift erreichbar
Café Obermaier	4	 Mobile Rampe		6 Stufen Sonst über Hinter- eingang begehbar aber eng
El Paso	5	2 Stufen	 aber eng	 aber eng
Gondola Eiscafé	6		1 Stufe	12 Stufen
Herrenhaus Restaurant	7	17 Stufen		18 Stufen
Il Gelato Eiscafé	8		Keine Information	Keine Information
Jujhar's Restaurant	9	 über Hintereingang		
Klosterstüberl Hennagaß'l	10	 Mobile Rampe		
La Famiglia	11			



Gaststätte	Nr.	Eingang	Innenbereich	Toiletten
La Piada	12	1 Stufe	zu eng	nicht vorhanden
Lutz und Christen Back und Kochhaus	13	1 Stufe		3 Stufen
Lychee's	14	2 Stufen		
Mai Lin	15	1 Stufe		
Metin Kara Imbiss	16	3 Stufen		2 Stufen
Paulanerstuben	17	 über Hoteleingang		
Perla di Calabria	18			
Queens	19	4 Stufen		
Roter Turm Bar und Restaurant	20	2 Stufen		
Stechl Keller	21			
Taj Mahal	22	1 Stufe		13 Stufen
Taverna	23			
Venezia Eiscafé	24			3 Stufen



Gaststätte	Nr.	Eingang	Innenbereich	Toiletten
DELIANO Café & Genuß Gastronomie	25	 Mobile Rampe		13 Stufen
Wasserburger Kaffeerösterei	26			8 Stufen
Weißes Rössl	27	1 Stufe		
CAFÉSITObar	28			

Information: Das CAFÉSITObar Wasserburg ist das einzige öffentliche Lokal in der Altstadt mit einer barrierefreien behindertengerechten Toilette.



Seniorenachmittage und Seniorenfeiern

Ob gemütlich beisammen sein, gemeinsam lachen, gemeinsam in Bewegung bleiben, Neuigkeiten erfahren und etwas Neues lernen, sich über alte Zeiten unterhalten oder mit anderen Menschen ins Gespräch kommen – für all das sind Seniorenachmittage da.

In der Stadt Wasserburg a.Inn gibt es ein großes **Veranstaltungsangebot für ältere Menschen**. Und nicht nur ältere Menschen, sondern jedermann ist unverbindlich und unabhängig von der Religion herzlich willkommen.

Im folgenden Abschnitt erhalten Sie einen Überblick über das örtliche Veranstaltungsangebot für Seniorenachmittage.

Manchmal fällt für die Verpflegung bei den Seniorenachmittagen ein kleiner Unkostenbeitrag an. Für **aktuelle Termine** und weitere Informationen können Sie gerne die Ansprechpartner kontaktieren. Die Termine werden außerdem regelmäßig in den Wasserburger Heimatnachrichten und im Internet veröffentlicht.

Die Vereine organisieren oft mehrmals im Jahr neben den Seniorenachmittagen verschiedene Feste. Termine über weitere Veranstaltungen finden Sie ebenfalls im Internet oder in den Wasserburger Heimatnachrichten.

Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn – AWO

An der Stadtmauer 6
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Anne Höffer von Loewenfeld
Telefon: 08071/95470
E-Mail: anne@loewenfeld.de
Internet: www.bayern.awo.de



Seniorenachmittag Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn:

- ▶ Alle zwei Wochen am Donnerstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
- ▶ In den Räumlichkeiten des Café CAFESITObar
Bahnhofsplatz 14 · 83512 Wasserburg a.Inn
- ▶ Programm je nach Jahreszeit: z. B. Kaffee und Kuchen, Singen, Plaudern, Rätselaufgaben in der Gruppe, Feste feiern
- ▶ Keine Anmeldung erforderlich
- ▶ Kostenfreier Fahrdienst zum Seniorenachmittag und wieder nach Hause (Vorherige Absprache mit Frau Höffer von Loewenfeld)

Bayerisches Rotes Kreuz Wasserburg

Krankenhausstraße 1
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Therese Bauer
Telefon: 08071/ 7055
E-Mail: Therese.Bauer@web.de
Internet: www.brk-rosenheim.de



- ▶ **Jeden 2. und 4. Montag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr**
- ▶ In den Räumlichkeiten des Bayerischen Roten Kreuz Wasserburg
- ▶ Programm je nach Jahreszeit: z. B. Kaffee und Kuchen, Ratschen, Vorträge (z. B. Blumen, Reisen), Vorlesen, Festivitäten feiern (z. B. Fasching, Muttertag, Weihnachten), Flohmarkt, Halbtagesausflüge
- ▶ Keine Anmeldung erforderlich
- ▶ Kostenfreier Fahrdienst durch die Firma Hilger zum Seniorenachmittag und wieder nach Hause (Haltestellen: Watzmannstraße, St. Konrad, AOK, Rosenheimer Straße, Gimplberg, Stadtwerke, Busbahnhof, Bayerisches Rotes Kreuz Wasserburg)



Katholische Pfarrgemeinden St. Konrad und St. Jakob

Ansprechpartner: Frau Therese Münchsmayer

Telefon: 08071/2859 · Mobil: 08071/2859

Seniorenachmittag Katholische Pfarrgemeinden St. Konrad und St. Jakob:

- ▶ **Alle zwei Wochen am Dienstag ab 14.30 Uhr**
- ▶ In den Räumlichkeiten des Pfarrsaals von St. Konrad
- ▶ Programm je nach Jahreszeit: z. B. Kaffee und Kuchen, Ratschen

Mehrgenerationenhaus Wasserburg a.Inn

Willi-Ernst-Ring 19, 27 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Maria Hessdörfer

Telefon: 08071/ 9035530

Fax: 08071/ 9227620

E-Mail: mehrgenerationenhaus@kinderschutzbund-rosenheim.de

Internet: www.mehrgenerationenhaus-wasserburg.de

Seniorenachmittag Mehrgenerationen Haus Wasserburg a.Inn „Alt und Jung gemeinsam aktiv“:

- ▶ **Jeden letzten Freitag** im Monat (März bis Oktober) von 14.00 bis 15.45 Uhr
- ▶ In den Räumlichkeiten des Mehrgenerationenhaus Wasserburg a.Inn
- ▶ Programm je nach Jahreszeit: z. B. Spielen, Ratschen, Backen, Kochen, Basteln, Gymnastik, Kaffee und Kuchen
- ▶ Programm wird in Zusammenarbeit mit Schülern der Berufsfachschule für Altenpflege Altenhohenau gestaltet
- ▶ Anmeldung erforderlich



Angebote für Senioren in der Pfarrgemeinde Edling

Seniorenachmittag in Attel

- ▶ **letzter Mittwoch im Monat 14 Uhr**
- ▶ Kontakt und Informationen Frau Schaber 08039 – 2166

Seniorenachmittag in Edling

- ▶ **1. Dienstag im Monat**
- ▶ Kontakt Frau Kirchlechner

Frauenkreis Reitmehring – Kaffeekränzchen

- ▶ **3. Mittwoch im Monat 14 – 16.30 Uhr**
- ▶ Kontakt: Frau Lebmeier, Telefon: 08071/ 6222 und Frau Scheiel

Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Wasserburg a.Inn

Evangelisch-Lutherisches Pfarramt · Surauerstr. 3
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Monika Barthold-Rieger (Pfarramtssekretärin)

Telefon: 08071/ 8690 · Fax: 08071/ 51604

E-Mail: pfarramt.wasserburg@elkb.de

Internet: www.wasserburg-evangelisch.de/

Seniorencafé Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Wasserburg a.Inn:

- ▶ 1-mal im Vierteljahr
- ▶ In den Räumlichkeiten des Evangelischen-Lutherischen Pfarramts
- ▶ Offenes Treffen für alle Senioren aus der Stadt Wasserburg a.Inn
- ▶ Keine Anmeldung erforderlich



Mehrgenerationenhaus Wasserburg a.Inn

Willi-Ernst-Ring 19, 2783512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Maria Hessdörfer

Telefon: 08071/ 9035530

Fax: 08071/ 9227620

E-Mail: mehrgenerationenhaus@kinderschutzbund-rosenheim.de

Internet: www.mehrgenerationenhaus-wasserburg.de/

Seniorencafé Mehrgenerationenhaus Wasserburg a.Inn:

- ▶ Jeden Montag (außer in den Schulferien) von 14.00 bis 16.00 Uhr
- ▶ In den Räumlichkeiten des Mehrgenerationenhaus Wasserburg a.Inn
- ▶ Offenes Treffen für alle Senioren aus der Stadt Wasserburg a.Inn
- ▶ Programm je nach Jahreszeit z. B. Rätselraten, Lieder singen, Erzählungen, Kaffee und Kuchen
- ▶ Keine Anmeldung erforderlich



Senioren ausflüge

Es muss nicht immer gleich eine Fahrt in die weite Ferne sein. Auch Kurzausflüge bringen Farbe in den Alltag und sind bei älteren Menschen oftmals sehr beliebt. Ob im Frühling, Sommer, Herbst oder Winter: Zu jeder Jahreszeit gibt es Neues zu entdecken. Die folgenden Anbieter veranstalten jedes Jahr Ausflüge zu den verschiedensten Zielen. Gerne informieren und beraten Sie die Ansprechpartner über das aktuelle Programm und Kosten, die für einen Ausflug anfallen.

Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn – AWO

An der Stadtmauer 6 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Anne Höffer von Loewenfeld

Telefon: 08071/95470

E-Mail: anne@loewenfeld.de

Internet: www.bayern.awo.de

Ausflugsangebot Arbeiterwohlfahrt Wasserburg a.Inn:

- ▶ Halbtagesausflug 2-mal im Jahr (am Nachmittag)
- ▶ Ausflugsziele: jedes Jahr unterschiedlich (Betreuung durch ehrenamtliche Krankenschwester möglich)
- ▶ Anmeldung erforderlich



Bayerisches Rotes Kreuz Wasserburg

Krankenhausstraße 1 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Therese Bauer

Telefon: 08071/7055

E-Mail:

Therese.Bauer@web.de

Internet:

www.brk-rosenheim.de



BRK Servicezentrum Wasserburg

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414 · Fax: 08071/ 914416

E-Mail: linhuber@kvroenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Di: 14.30 – 18.00 Uhr

Do: 9.00 – 12.30 Uhr

Fr: 9.00 – 12.30 Uhr

Ausflugsangebot Bayerisches Rotes Kreuz Wasserburg:

- ▶ Halbtagesausflüge 2-mal im Jahr
- ▶ Ausflugsziele: Richtung die Berge oder in der Umgebung
- ▶ 4-Tagesausflug 1-mal im Jahr
- ▶ Ausflugsziele: jedes Jahr unterschiedlich
- ▶ Anmeldung erforderlich



Katholische Pfarrgemeinden St. Konrad und St. Jakob

Ansprechpartner: Frau Therese Münchsmayer

oder in den Pfarrämtern

Telefon: 08071/2859 · Mobil: 08071/2859

Katholisches Pfarramt St. Konrad

St.-Bruder-Konrad-Str. 3 · 83512 Wasserburg a.Inn

Telefon: 08071/2137 · Fax: 08071/95110

Kontaktzeiten:

Di: 9.00 – 11.00 Uhr

Mi: 16.00 – 18.00 Uhr

Fr: 9.00 – 11.00 Uhr

Katholisches Pfarramt St. Jakob

Kirchhofplatz 5

83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Telefon: 08071/ 9194-0 · Fax: 08071 9194-21

Kontaktzeiten:

Mo – Fr: 9.00 – 11.00 Uhr

Ausflugsangebot der Katholischen Pfarrgemeinden St. Konrad und St. Jakob:

- ▶ Ausflüge 2-mal im Jahr (Frühjahr und Herbst)
- ▶ Ausflugsziele: Richtung die Berge zum Anschauen einer Kirche mit Einkehr in eine Gaststätte
- ▶ Auf Barrierefreiheit bei den Ausflugszielen wird geachtet
- ▶ Anmeldung erforderlich



Seniorenreisen

Reisen bedeutet in Bewegung zu bleiben. Von Anfang an den Urlaub unbeschwert genießen können und sich um nichts kümmern müssen. Das Bayerische Rote Kreuz (BRK) bietet dafür so genannte Seniorenreisen mit unterschiedlichen Reisezielen an. Dieses Angebot richtet sich an rüstige Senioren ohne Pflegebedarf.

Dabei werden Sie und Ihr Gepäck direkt von zu Hause abgeholt und zur Ihrem Urlaubsziel gebracht. Am Ende der mehrtägigen Reise werden Sie wieder sicher nach Hause gebracht. Die ganze Reise wird vom BRK organisiert. Manche Reisen werden auch mit Betreuung angeboten. Über das aktuelle Kursprogramm können Sie sich telefonisch oder im Internet informieren.

Bayerisches Rotes Kreuz | Kreisverband Rosenheim

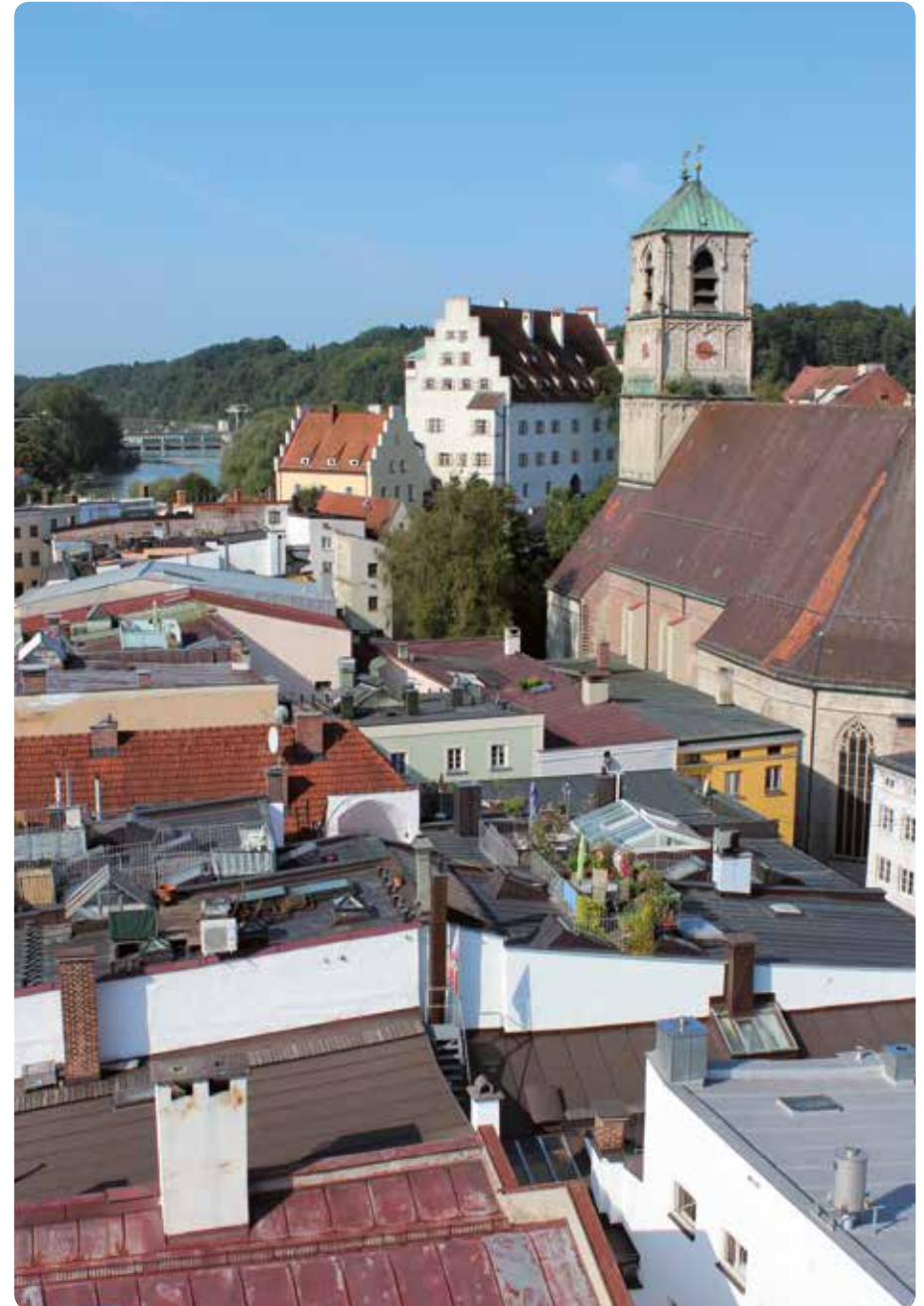
Tegernseestraße 5 · 83022 Rosenheim

Telefon für Informationen:

Telefon: 08051/ 96 522 11 oder Telefon: 08031/ 3019 0

Fax: 08031/ 3019 10 · E-Mail: info@kvrosenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de





Beratung & Information

1. Der BürgerBahnhof Wasserburg
2. Seniorenberatung
3. Allgemeine Soziale Beratung
4. Rechtsberatung
- 4.1 Sozialverband VdK Landesverband Bayern e.V.
- 4.2 Rechtsambulanz Rosenheim
5. Beratung zur Pflegeversicherung und Pflegegrade
6. Beratung zu Sozialhilfeleistungen
7. Allgemeine Lebensberatung
8. Beratung in seelischen Notlagen
9. Betreuungsstelle
10. Suchtberatung
11. Schuldnerberatung
12. Rentenberatung
13. Wohnberatung und Wohnraumanpassung



1. Der BürgerBahnhof Wasserburg

Der BürgerBahnhof Wasserburg ist bei allen Fragen und Angelegenheiten für die Bürgerinnen und Bürger der Stadt Wasserburg a.Inn da. Neben einem großen Beratungsangebot bietet diese Anlaufstelle für jegliche Art von sozialen Anliegen Unterstützung an.



BürgerBahnhof Wasserburg

Bahnhofplatz 14
83512 Wasserburg a.Inn

Sprechzeiten:

Mo: 13.00 – 15.00 Uhr
Di: 15.00 – 18.00 Uhr
Do: 10.00 – 14.00 Uhr
Und nach Vereinbarung

Ansprechpartner:
Frau Ethel-D. Kafka
(Sozialpädagogin)

Telefon:
08071/5975286

E-Mail:
buergerbahnhof@wasserburg.de





2. Seniorenberatung

Für das Älterwerden gibt es kein Patentrezept. Oft bedeutet Älterwerden, sich auf eine neue Lebenssituation einzustellen und sich auf einen noch ungewohnten Tagesablauf einzulassen. Manchmal bedeutet Älterwerden auch, **für schwierige Situationen eine Lösung zu finden** und diese gemeinsam zu meistern. Und auch der Übergang in den wohlverdienten Ruhestand ist nicht immer einfach. Das eigene Leben muss sich erst wieder neu ordnen, um neue Wege für sich zu entdecken.

Die **Seniorenberatung** leistet hierfür einen wichtigen Beitrag. Eine **individuelle Beratung** kann Sie dabei unterstützen, Strategien und Lösungsvorschläge für Ihre Anliegen zu finden. Unter anderem können individuell Fragen beantwortet und entsprechend an passende **Hilfsangebote oder Unterstützungsmöglichkeiten** empfohlen werden. Das Beratungsangebot ist vertraulich, unverbindlich und kostenfrei. Ein Termin ist vorher zu vereinbaren.



Caritas-Zentrum Wasserburg a.Inn
Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Roland Legat (Dipl.-Soz.päd (FH))
Telefon: 08071/90630 · Fax: 08071/906363
E-Mail: roland.legat@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr
Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr





3. Allgemeine Soziale Beratung

Das Angebot der „Allgemeinen Sozialen Beratung“ richtet sich an Ratsuchende jeden Alters bei allen **sozialen Fragen** und **Problemen des alltäglichen Lebens**, aber auch in Notlagen.

Die „Allgemeine Soziale Beratung“ ist für alle Menschen ein einfach zugängliches Angebot. Sie bietet Ihnen die Möglichkeit einer individuellen Beratung und Begleitung, Hilfe und Unterstützung. Die Beratung kann auch als Wegweiser verstanden werden, der Sie in die „richtige“ Richtung weist.

Das Angebot umfasst beispielsweise

- ▶ Eine erste Anlauf- und Vermittlungsstelle für soziale Fragen (z. B. auch für Angehörige, Vermieter, Nachbarn, ...)
- ▶ Gemeinsam Lösungen und Neuansätze entwickeln
- ▶ Bei der Bewältigung von verschiedenen Alltagsproblemen unterstützen (Hilfe zur Selbsthilfe)
- ▶ Ratsuchende und deren Familien vernetzen und begleiten
- ▶ An andere Fachdienste (z. B. Familienberatung, Schuldnerberatung, Sozialpsychiatrischer Dienst, Sozialamt, Fachstelle gegen Obdachlosigkeit, ...) vermitteln und gemeinsam zusammenarbeiten
- ▶ Ehrenamtlichen Unterstützungen vermitteln
- ▶ Sozialrechtliche Ansprüchen prüfen
- ▶ Sozialbescheide prüfen
- ▶ Über existenzsichernde Hilfen informieren und beraten
- ▶ In finanziellen Notlagen unterstützen



Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und falls gewünscht anonym und unabhängig von Religionszugehörigkeit. Eine vorherige Terminvereinbarung ist notwendig, um genügend Zeit für Sie einplanen zu können.



Caritas-Zentrum Wasserburg a.Inn

Herr Alexander Bongé (Dipl. Sozialpädagoge)

Heisererplatz 7

83512 Wasserburg a.Inn

Telefon: 08071/ 9063 0

Fax: 08071/ 90 63 63

E-Mail: alexander.bonge@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-rosenheim.de

Beratungstermine: Nach Vereinbarung





4. Rechtsberatung

Gelegentlich ergeben sich auch für ältere Menschen sozialrechtliche Fragen, die es zu klären gilt. Für Ihre Fragen in diesen Bereichen stehen Ihnen fachkundige Anlaufstellen zur persönlichen Beratung gerne zur Verfügung.

4.1 Sozialverband VdK Landesverband Bayern e.V.

Oftmals ist es nicht einfach, den Durchblick bei rechtlichen Angelegenheiten zu bewahren, vor allem da man im täglichen Leben nicht ständig damit konfrontiert ist. Manchmal treten auch unvorhersehbare Situationen auf, in denen ein Rechtsrat für Sicherheit und Klarheit sorgen kann. Sie möchten sich frühzeitig über Themen, wie beispielsweise die Rente informieren.

Der Sozialverband VdK bietet die Möglichkeit Sie zu folgenden sozialrechtlichen Angelegenheiten zu beraten:

- ▶ gesetzliche Rentenversicherung
- ▶ gesetzliche Pflegeversicherung
- ▶ gesetzliche Krankenversicherung
- ▶ gesetzliche Unfallversicherung
- ▶ Schwerbehindertenrecht
- SGB III, Arbeitslosengeld I
- SGB II, Arbeitslosengeld II (Hartz IV)
- SGB XII, Sozialhilfe - Grundsicherung
- ▶ Kriegsopfer- und Soldatenversorgung (OEG)

Neben der Beratung ist es außerdem möglich, Sie vor den entsprechenden Behörden, Versicherungsträgern und Sozialgerichten zu vertreten.

Der **Sozialverband VdK** bietet im BürgerBahnhof der Stadt Wasserburg a. Inn, Bahnhofsplatz 14, EG Beratungszimmer 2, **jeden Donnerstag von 9 – 11.30 Uhr** die Möglichkeit, sich zu sozialrechtlichen Fragen persönlich beraten zu lassen.

BürgerBahnhof Wasserburg a.Inn

Bahnhofsplatz 14, Erdgeschoss (Beratungszimmer 2)
83512 Wasserburg a.Inn a.Inn

Die Beratung ist vertraulich und steht für alle Hilfesuchenden des Landkreises Rosenheim zur Verfügung. Die Erstberatung ist kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sozialverband VdK Landesverband Bayern e.V.

Kreisverband Rosenheim
Adelzreiterstraße 15
83022 Rosenheim

Ansprechpartner:

Herr Dieter Störmann (Kreisgeschäftsführer)

Telefon: 08031/ 1 29 90

Fax: 08031/ 3 17 59

E-Mail: d.stoermann@vdk.de

Internet: www.vdk.de/kv-rosenheim



4.2 Rechtsambulanz Rosenheim

Guter Rechtsrat ist kostbar, aber nicht jedem ist es möglich sich einen Rechtsanwalt zu finanzieren. Damit auch Ratsuchende mit geringem Einkommen Beratung in Anspruch nehmen können, gibt es die kostenfreie, anonyme Rechtsberatung der Rechtsambulanz Rosenheim. Die Rechtsambulanz Rosenheim bietet Beratung in Rechtsfragen, vor allem bei sozialrechtlichen Fragen.

Die Rechtsberatung beschränkt sich nur auf Beratung und umfasst:

- ▶ Beratung über eine sachgerechte Antragstellung
- ▶ Prüfung von Leistungsbescheiden
- ▶ Einlegung und Begründung von Widersprüchen

Die Beratung steht für alle Hilfesuchenden des Landkreises Rosenheim zur Verfügung und findet jeweils 1x im Monat in den Räumlichkeiten des Beratungszentrums der Diakonie Rosenheim von 14.00 bis 16.00 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wartemarken gibt es ab 13.45 Uhr im Beratungszentrum der Diakonie Rosenheim. Telefonisch können keine Rechtsauskünfte gegeben werden. Weitere Informationen über die kommenden Beratungstermine erhalten Sie bei der Diakonie Rosenheim oder im Internet.

Diakonisches Werk Rosenheim

Klepperstr. 18, Obergeschoss
83026 Rosenheim

Ansprechpartner: Herr Helmut Türk-Berkhan

Telefon: 08031/ 2351144
E-Mail: kasa@diakonie-rosenheim.de
Internet: www.diakonie-rosenheim.de



5. Beratung zur Pflegeversicherung und Pflegegrade

Mit den Pflegestärkungsgesetzen ergeben sich neue Leistungen, die eine Erleichterung und eine bessere Betreuung für pflegebedürftige Menschen ermöglichen sollen.

Zum 1. Januar 2017 trat das zweite Pflegestärkungsgesetz in Kraft. Dabei wird der Begriff der Pflegebedürftigkeit neu ausgelegt. Demnach wird ein Mensch als „**pflegedürftig**“ bezeichnet, der wegen verschiedener Ursachen, z. B. körperlicher, geistiger oder seelischer (psychischer) Krankheiten und Behinderung, nicht in der Lage ist, selbständig seinen Lebensalltag (z. B. Anziehen, Freizeitaktivitäten) zu bewältigen. Ein pflegebedürftiger Mensch ist daher auf Hilfe in diesen Bereichen angewiesen. Mit dieser Änderung gibt es **keine Pflegestufen mehr**, sondern die Pflegebedürftigkeit wird in so genannte **Pflegegrade eingeteilt**. Das Augenmerk liegt bei der Beurteilung der Pflegebedürftigkeit nicht nur bei dem Zeitaufwand, die eine pflegende Person (z. B. beim Waschen) benötigt, sondern viel mehr auf dem Grad der Selbständigkeit und des Unterstützungsbedarfs durch fremde Hilfe. Dadurch können nun geistige und seelische (psychische) Beeinträchtigungen (z. B. bei Demenz) besser berücksichtigt und Pflegeleistungen beantragt werden.

Um pflegebedürftigen Menschen zu ermöglichen, so lange wie möglich im vertrauten Umfeld leben zu können, wurden die Leistungen für die ambulante Pflege erhöht, um diesen Bereich zu stärken.

Die **Pflegekasse** ist ein Teilbereich der Krankenkasse. Deshalb kann ein **Antrag auf Pflegeleistungen** bei der jeweiligen Krankenkasse gestellt werden. Danach erfolgt die Feststellung und Einteilung des Hilfebedarfs in den jeweiligen **Pflegegrad** durch den **Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK)** bei einem vorher vereinbarten Hausbesuch.



Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung nach Pflegegraden pro Monat in Euro ab 2017

Leistungen bei	Pflege-grad 1	Pflege-grad 2	Pflege-grad 3	Pflege-grad 4	Pflege-grad 5
Pflegeleistungen im häuslichen Bereich	---	689	1.298	1.612	1.995
Pflegegeld im häuslichen Bereich	---	316	545	728	901
Vollstationäre Pflege	125	770	1.262	1.775	2.005
Verhinderungspflege	---	1.612	1.612	1.612	1.612
Kurzzeitpflege	---	1.612	1.612	1.612	1.612
Entlastungsleistungen	125	125	125	125	125
Tagespflege	---	689	1.298	1.612	1.995
zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel	40	40	40	40	40
Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes (einmalig)	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000

Quelle: Das Pflegestärkungsgesetz II. Das Wichtigste im Überblick.
(Bundesministerium für Gesundheit, 2016)

Zu **Fragen** rund um das **Thema Pflegeversicherung** und zustehende Leistungen der Pflegekassen, beraten Sie nachstehende Beratungsstelle kostenfrei, unverbindlich und vertraulich. Ihre Angehörigen können sehr gerne in die Beratung mit eingebunden werden. **Beratungen sind auch als Hausbesuche möglich.** Außerdem besteht die Möglichkeit, Sie bei der **Antragstellung zu unterstützen** und Ihnen durch eine weitere Begleitung mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Um Sie optimal unterstützen zu können, ist eine Terminvereinbarung vorher notwendig. Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.pflegestaerkungsgesetz.de.

Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und falls gewünscht anonym und unabhängig von Religionszugehörigkeit. Eine vorherige Terminvereinbarung ist notwendig, um genügend Zeit für Sie einplanen zu können.



Caritas-Zentrum Wasserburg a.Inn
Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Roland Legat (Dipl.-Soz.päd (FH))
Telefon: 08071/ 90630 · Fax: 08071/ 906363
E-Mail: roland.legat@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr
Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr



6. Beratung zu Sozialhilfeleistungen

Jeder Mensch kann in eine Notlage geraten. Das kann z. B. durch einen Unfall oder eine Krankheit, durch den Verlust des Partners, durch Arbeitslosigkeit oder ein anderes Unglück passieren. Wenn in diesen Fällen keine Versicherung, keine Ersparnisse oder keine Familienangehörigen weiterhelfen können, gibt es ein Auffangnetz: Die Sozialhilfeleistungen. Die Sozialhilfeleistungen werden im Zwölften Buch des Sozialgesetzbuches (SGB XII) geregelt.

Sozialhilfeleistungen sind unter anderem:

- ▶ Hilfe zum Lebensunterhalt
- ▶ Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- ▶ Hilfe zur Gesundheit
- ▶ Eingliederungshilfe für behinderte Menschen
- ▶ Hilfe zur Pflege
- ▶ Hilfe in anderen Lebenslagen (z. B. Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes, Bestattungskosten, ...)

Die Aufgabe der Hilfe zum Lebensunterhalt und der Grundsicherung ist es, Menschen, die in Not geraten sind, die Möglichkeit auf ein würdiges Leben zu geben. Ziel ist es hilfebedürftige Menschen zu unterstützen, wenn die eigenen Einkünfte und das eigene Vermögen für die Dinge des täglichen Lebens (z.B. Lebensunterhalt) nicht ausreichen. Außerdem ist es möglich sie Schritt für Schritt wieder in die eigene Unabhängigkeit zu begleiten.

Alle Leistungen sind vom eigenen Einkommen und Vermögen abhängig. Bei der Berechnung werden daher die eigenen Verhältnisse des Antragstellers und in manchen Fällen auch die der Angehörigen mitberücksichtigt.



Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung:

Die Grundsicherung stellt den notwendigen Lebensunterhalt von Menschen sicher, die wegen ihres Alters (über 65 Jahren) oder wegen gesundheitlichen Gründen dauerhaft und vollständig erwerbsgemindert sind.

Hilfen in anderen Lebenslagen:

Zu diesen Hilfeleistungen zählen unter anderem die Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes und so genannte **einmalige Beihilfen** (z. B. Bestattungskosten). Wenn Sie Ihren Haushalt z. B. wegen einer **Krankheit** oder aus anderen Gründe für eine kurze Zeit oder auf Dauer nicht selbstständig führen können, ist es möglich Hilfe in diesem Bereich zu erhalten. Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes kann nur gewährt werden, wenn keiner der Haushaltsangehörigen den Haushalt führen kann. Eine Beihilfe kann nur in Anspruch genommen werden, wenn die Kosten der Bestattung für die Hinterbliebenen nicht zumutbar sind.

Für weitere Informationen, Beratung und Antragstellung, wenden Sie sich gerne an das Sozialamt der Stadt Wasserburg a.Inn. Eine Terminvereinbarung ist nicht notwendig.

Amt für Soziales der Stadt Wasserburg a.Inn

1. Obergeschoss, Zimmer 14
Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Gerlinde Scheitzeneder

Telefon: 08071/ 105 14 · Fax: 08071/ 105 70
E-Mail: sozialamt@stadt.wasserburg.de oder
Internet: www.wasserburg.de





7. Allgemeine Lebensberatung

Manchmal gibt es Lebensphasen, in denen der Boden unter uns ins Wanken gerät. In solchen Situationen ist es sinnvoll, sich Unterstützung zu suchen. Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung bietet Ihnen einen geschützten Raum, in dem Sinnkrisen, Orientierungslosigkeit und Verzweiflung zur Sprache kommen dürfen. Gemeinsam können Lösungswege, neue Perspektiven, aber auch persönliche Stärken und neue Kraftquellen gefunden werden.

Außerdem ist es möglich, Ihre Lebenserfahrungen noch einmal Revue passieren zu lassen, um Themen, die Sie vielleicht noch beschäftigen für sich selbst ordnen und abschließen zu können.

Das Beratungsangebot:

- ▶ Beratungsgespräche: Alleine, als Paar oder mit der Familie
- ▶ Gruppenangebote
- ▶ Onlineberatung auf der Internetplattform der Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Die Themen umfassen:

- ▶ Themen in Ehe und Partnerschaft
- ▶ Themen bei Trennung und Scheidung
- ▶ Themen in der Familie (z.B. Familiäre Streitigkeiten,...)
- ▶ Themen des persönlichen Lebens (z. B. Selbstzweifel, Trauer und Verlust, Glaubens- und Sinnfragen, ...)

Die Beratungen sind vertraulich, unabhängig von religiösen Ansichten und kostenfrei. Um das vielfältige Beratungsangebot in gleicher Weise und gewohntem Umfang fortführen zu können, werden die Ratsuchenden um eine freiwillige Spende gebeten. Termine für Beratungen sind zu vereinbaren.



Ehe-, Familien- und Lebensberatung
Erzdiözese München und Freising
Beratungsstelle Wasserburg a.Inn

Herrengasse 9 · 83512 Wasserburg a.Inn

Internet: www.erzbistum-muenchen.de/eheberatung-oberbayern

Anmeldung über:

Telefon: 08031/381850 · Fax: 08031/9016351

E-Mail: rosenheim@eheberatung-oberbayern.de

8. Beratung in seelischen Notlagen

Unser Leben ist vor großen und kleinen Krisen leider nicht immer gefeit und kann dadurch durcheinandergebracht werden. Was heute noch selbstverständlich und vertraut scheint, kann durch eine Erkrankung, den Verlust eines lieben Menschen, eine Suchterkrankung oder tiefe Einsamkeit grundlegend in Frage gestellt werden. In diesen schwierigen Zeiten tut es gut zu wissen: Jemand ist da, der mich anhört, mir Trost spenden und Orientierung geben kann. Vertrauliche, kostenfreie Seelsorge kann von den folgenden Einrichtungen in Anspruch genommen werden.

Katholisches Pfarramt St. Konrad

St.-Bruder-Konrad-Str. 3 · 83512 Wasserburg a.Inn

Telefon: 08071/2137 · Fax: 08071/95110

Kontaktzeiten:

Di: 9.00 – 11.00 Uhr

Mi: 16.00 – 18.00 Uhr

Fr: 9.00 – 11.00 Uhr



Katholisches Pfarramt St. Jakob

Kirchhofplatz 5 · 83512 Wasserburg am Inn
Telefon: 08071/9194-0 · Fax: 08071 9194-21

Kontaktzeiten:

Mo – Fr: 9.00 – 11.00 Uhr

Angebot:

- ▶ Seelsorge für unterschiedliche Zielgruppen jeden Alters (u. a. Trauergespräche, Gespräche bei Problemen, Gespräche bei finanziellen Nöten, ...)
- ▶ Auf Wunsch ist die Einbeziehung der Angehörigen in die Seelsorge möglich
- ▶ Die Seelsorge kann persönlich zu den Kontaktzeiten und nach Terminvereinbarung stattfinden
- ▶ Eine telefonische Seelsorge ist jederzeit möglich

Als Seelsorger wirken:

- ▶ Pfarrer Dr. Paul Schinagl (Telefon: 08071/91940)
- ▶ G.R. Dr. Rudolf Haderstorfer (Telefon: 08071/93410)
- ▶ Diakon Alfred Schott (Krankenhaus-Seelsorger und Notfallseelsorger, Telefon: 08071/77343 RoMed-Klinikum Wasserburg)
- ▶ Pfarrer Willibald Mittermeier (Telefon: 08071/5977328)
- ▶ Dipl. Theol. Uwe Schröder (Telefon: 08074/9177530)



Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Wasserburg a.Inn

Evangelisch-Lutherisches Pfarramt

Surauerstr. 3 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Monika Barthold-Rieger (Pfarramtssekretärin)

Telefon: 08071/ 8690 · Fax: 08071/ 51604
E-Mail: pfarramt.wasserburg@elkb.de
Internet: www.wasserburg-evangelisch.de

Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 11.00 Uhr
Mi: 9.00 – 11.00 Uhr
Do: 15.00 – 17.00 Uhr
Fr: 9.00 – 11.00 Uhr

Angebot:

- ▶ Seelsorge für unterschiedliche Zielgruppen jeden Alters
- ▶ Auf Wunsch Einbeziehung der Angehörigen in die Seelsorge möglich

Bei Kontaktaufnahme erfolgt eine Terminvereinbarung bei Frau Pfarrerin Cordula Zellfelder

Bei Kontaktaufnahme erfolgt eine Terminvereinbarung bei Herrn Pfarrer Holger Möller (Zusätzliche seelsorgerische Betreuung von Pflege- und Altenheime in der Stadt Wasserburg a.Inn und Umgebung und im Inn-Salzach-Klinikum)

Direkte Terminvereinbarung über Herrn Pfarrer Holger Möller möglich:

Telefon: 08071-71382 · Mobil: 08071- 5975181
E-Mail: holger.moellerpfarrer@kbo.de



**DITIB Türkisch Islamische Union
der Anstalt für Religion e.V.**

**DITIB Türkisch Islamische Gemeinde
zu Wasserburg a.Inn**

Bahnhofsplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Herr Ali Keskin (1. Vorstand),

Herr Oktan Akin (2. Vorstand)

Telefon: 08071/ 1641 (DITIB Türkisch Islamische Gemeinde
zu Wasserburg a.Inn)

Kontaktzeiten:

Mo – Do: abends

Fr: 9.00 – 15.00 Uhr

Mobil: 0172/ 83 59 578 (Herr Ali Keskin)

Mo – So: durchgehend

Bei Kontaktaufnahme erfolgt die Vermittlung mit dem Imam
Alle Angebote der Seelsorge sind auch als Hausbesuche möglich

Diakonie Bayern – Telefonseelsorge

Telefon: 0800/ 1110111 oder 0800/ 1110222

(kostenfreie Rufnummer)



**Gerontopsychiatrischer Dienst
Tagesstätte für psychische Gesundheit**

Marienplatz 1a · 83512 Wasserburg a.Inn

Terminvereinbarung unter:

Telefon: 08031/ 20380 · Fax: 08031/ 203810

E-Mail: spdi-rosenheim@caritasmuenchen.de

Angebot speziell für ältere Menschen und deren Angehörige:

- ▶ Beratung speziell bei seelischen Notlagen
(z. B. Ängste, Traurigkeit, Verlust)
- ▶ Weitervermittlung an unterstützende Angebote
(z. B. Gruppen, Ehrenamtliche)
- ▶ Hausbesuche möglich

Die Beratungen finden nur donnerstags statt.





9. Betreuungsstelle

Die Betreuung eines volljährigen Menschen kann nötig sein, wenn dieser aufgrund einer **psychischen Krankheit, einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung nicht mehr in der Lage ist, sich vorübergehend oder dauerhaft um seine Angelegenheiten zu kümmern**. In diesen Fällen greift das so genannte Betreuungsrecht, das dazu dient, die betroffene Person den notwendigen Schutz und Fürsorge zu gewähren, aber gleichzeitig die größtmögliche Selbstbestimmung zu erhalten. Eine Betreuung kann angeregt werden, wenn jemand die Hilfsbedürftigkeit einer anderen Person feststellt und sich beim zuständigen Betreuungsgericht (Amtsgericht) oder bei der Betreuungsstelle meldet. Unter anderem ist eine Aufgabe der Betreuungsstelle Betroffene, Angehörige und Betreuer zu beraten und zu unterstützen. Weitere Informationen und Vordrucke für Formulare erhalten Sie auch auf der Internetseite des Landratsamt Rosenheim. Selbstverständlich können Sie auch direkt mit dem zuständigen Ansprechpartner der Betreuungsstelle Kontakt aufnehmen.

Die Betreuungsstelle befindet sich in der Außenstelle des Landratsamtes Rosenheim

Luitpoldstr. 9, 2. Stock · 83022 Rosenheim
Postanschrift: Wittelsbacher Str. 53, 83022 Rosenheim
Telefon: 08031/ 392 5525 · Fax: 08031 392 9044
Internet: www.landratsamt-rosenheim.de

Nähere Auskünfte erhalten Sie außerdem beim Betreuungsgericht Rosenheim.

Betreuungsgericht Rosenheim
Kufsteiner Str. 32 · 83022 Rosenheim
Telefon: 08031/ 8074-0



10. Suchtberatung

Die Sucht (Abhängigkeit) kennt keine Altersgrenzen und ist aus diesem Grund ein Thema, das nicht nur junge Menschen etwas angeht. **Suchtprobleme bei älteren Menschen** bleiben oft lange Zeit unerkannt, unterschätzt und ungelöst.

Ungefähr ein Viertel in der Altersgruppe der **über 65-Jährigen** überschreitet beim Trinken von Alkohol regelmäßig die unbedenkliche Grenze z. B. bei Frauen 0,15 Liter Wein/Sekt und bei Männern 0,6 Liter Bier pro Tag. Auch die übermäßige Einnahme von Medikamenten z. B. Beruhigungsmittel, Schlafmittel oder auch der Konsum (Verbrauch) vom Tabak sind Bereiche, die ein Risiko für Sucht darstellen können (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.: 2015). Oft ist es schwierig zu sagen, wann eine Sucht vorliegt. Häufig ist es ein fließender Übergang vom normalen Konsum, über Missbrauch bis in eine Abhängigkeit und wird von den betroffenen Menschen selbst gar nicht bewusst wahrgenommen oder auch stillschweigend hingenommen.

Sucht im Alter hat ernst zu nehmende Folgen für die eigene Gesundheit. Folgen sind z. B. eine höhere Anfälligkeit für Infektionen, anhaltende Müdigkeit oder Schwindelanfälle und kann obendrein die eigene geistige und körperliche Leistungsfähigkeit negativ beeinflussen.





Diakonie Rosenheim – Fachambulanz für Suchterkrankungen

„Unabhängig 60+“

Speziell für diese Altersgruppe bietet die Diakonie Rosenheim ein geeignetes Angebot „Unabhängig 60+“ an. Teilnehmen können auch Personen, die dem ungefähren Alter entsprechen.

Angebote von „Unabhängig 60+“:

- ▶ Einzelgespräche
- ▶ Gruppenangebote
- ▶ Vermittlung in weiterführende Hilfsmaßnahmen
- ▶ Informationsveranstaltungen
- ▶ Schulungen für Personal und Interessierte

Vorrangiges Ziel ist hier der verantwortungsvolle Umgang mit der **eigenen Sucht**, für mehr Lebensqualität für Sie und Ihre Angehörigen. Die Angebote von „Unabhängig 60+“ sind kostenfrei und vertraulich. Der erste Schritt ist immer der Schwerste. Aber: Suchprobleme sind lösbar und für Veränderungen ist es nie zu spät – Sie sind es wert.

Diakonie Rosenheim – Fachambulanz für Suchterkrankungen

Kufsteiner Straße 55 · 83022 Rosenheim

Ansprechpartner: Frau Bianka Schorcht

Telefon: 08031/ 3562 80

Fax: 08031/ 3562 816

E-Mail: bianka.schorcht@dwro.de

oder fachambulanz@sd-obb.de

Internet: www.soziale-dienste-obb.de

oder www.diakonie-rosenheim.de





Orientierungsgruppen

Eine weitere erste Anlaufstelle für Betroffene und Angehörigen von betroffenen Menschen mit **Suchterkrankungen**, sind die Orientierungsgruppen der Fachambulanz für Suchterkrankungen der Diakonie Rosenheim. Die Orientierungsgruppen finden wöchentlich an **mehreren Orten im Landkreis Rosenheim** statt. Diese Gruppen dienen der **ersten Orientierung zum Thema Sucht** und in der Suchthilfe. Die Gruppenleiter informieren und beraten Sie über mögliche Hilfsangebote und Therapiemöglichkeiten. Sie werden bei der Vermittlung an mögliche weiterführende Hilfsangebote und deren Kostenabklärung unterstützt.

In Wasserburg a.Inn gibt es zwei Orientierungsgruppen der Diakonie Rosenheim:

Fachambulanz für Suchterkrankungen

Treffpunkt: Montag um 18.00 Uhr
Kaspar-Aiblinger-Platz 24 · 83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 5975 190 · Fax: 08071/ 9201 054

RoMed Klinikum Wasserburg a.Inn

Treffpunkt: Freitag um 10.00 Uhr
Krankenhausstraße 2, Raum: U31 · 83512 Wasserburg a.Inn

Für die Teilnahme an einer Orientierungsgruppe ist keine Anmeldung notwendig. Die Beratungsangebote sind kostenfrei und vertraulich. Termine für Einzelgespräche können jederzeit vereinbart werden. Weitere Informationen bei:

Diakonie Rosenheim – Fachambulanz für Suchterkrankungen

Kufsteiner Straße 55 · 83022 Rosenheim
Telefon: 08031/ 3562 80 · Fax: 08031/ 3562 816
E-Mail: fachambulanz@sd-obb.de · Internet: www.soziale-dienste-obb.de
Internet: www.soziale-dienste-obb.de



11. Schuldnerberatung

Die Schuldnerberatung bietet Beratung, Begleitung und Hilfestellung für Menschen in wirtschaftlichen Schwierigkeiten (z. B. Kredit-, Miet-, Stromschulden) und kann Sie außerdem dabei unterstützen, eine drohende Überschuldung abzuwenden. Die Schuldnerberatung versteht sich als erste Anlaufstelle für alle Fragen, die mit dem Thema Geld in Verbindung stehen. Außerdem folgt die Schuldnerberatung einem ganzheitlichen Ansatz. Das bedeutet, dass sich das Beratungsangebot nicht nur auf das finanzielle Problem beschränkt, sondern auch die persönliche Lebenssituation mit einbezieht. Gemeinsam wird versucht, einen Weg aus der finanziellen Notlage zu erarbeiten und zu meistern.

Angebot der Schuldnerberatung:

- ▶ Überblick über die eigene finanzielle Situation gewinnen
- ▶ Lösungsmöglichkeiten besprechen
- ▶ Mögliche Einsparmöglichkeiten und Verhaltensänderungen besprechen
- ▶ Einen Haushaltsplan und Zahlungsplan erstellen
- ▶ Möglichen Schutz bei drohenden Zwangsvollstreckungen (z. B. Lohn- und Kontopfändungen) besprechen
- ▶ Privat-Insolvenzverfahren besprechen und vorbereiten
- ▶ Girokonten in Pfändungsschutz-Konto umwandeln
- ▶ Präventive (vorbeugende) Beratung zu allen Themen rund um das Thema Geld

Eine finanzielle Unterstützung, Übernahme der Schulden oder Kreditvermittlung seitens der Schuldnerberatung ist nicht möglich.

Gemeinsam und mit Ihrem Durchhaltevermögen kann ein Weg in eine angstfreie und finanziell erfolgreiche Zukunft gefunden werden.



Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich.

Eine Terminvereinbarung ist notwendig, um Sie bestmöglich unterstützen zu können.

Eine telefonische Beratung kann kurzfristig stattfinden und Hausbesuche können in Ausnahmefällen ermöglicht werden.

Caritas Zentrum-Wasserburg a.Inn

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Herr Klaus Lanzinger (Dipl. Sozialpädagoge (FH))

Telefon: 08071/9063-0 · Fax: 08071/ 9063-62

E-Mail: klaus.lanzinger@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr

Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 15.00 Uhr



Nachfolgend finden Sie einige wichtige Begriffserklärungen:

Haushaltsplan: Alle Einnahmen und Ausgaben einer Person oder Familie werden erfasst, aufgelistet und gegenübergestellt. Dadurch erhält man einen Überblick über die eigene wirtschaftliche Situation.

Gläubiger: Eine Person oder Einrichtung (z. B. Unternehmen), die noch etwas bekommt (z. B. Geld, Dienstleistung).

Schuldner: Eine Person oder Einrichtung (z. B. Unternehmen), die dem Gläubiger noch etwas schuldet (z. B. Geld, Dienstleistung).

Zwangsvollstreckung: Zu einer Zwangsvollstreckung kann es kommen, wenn der Gläubiger versucht, seinen Anspruch gegenüber dem Schuldner mit Hilfe des Staates durchzusetzen. Dieser Fall liegt vor, wenn der Schuldner dem Gläubiger das versprochene Geld oder Dienstleistung nicht gibt oder aus verschiedenen Gründen nicht geben kann.

Privatinsolvenz: Privatinsolvenz bedeutet, dass eine Person oder eine Familie (Schuldner) nicht mehr ihren Zahlungsverpflichtungen nachkommen kann. Es gibt verschieden Gründe für eine Privatinsolvenz. Das kann z. B. eine hohe Kreditaufnahme oder eine allmähliche Verschuldung durch Kauf auf Raten sein. Dem Schuldner ist es nicht mehr möglich seine Schulden oder Zahlungen aus eigener Kraft zu begleichen.

Insolvenzverfahren: Ein Vorgang, bei dem der Schuldner die Möglichkeit hat, innerhalb einer bestimmten Zeitspanne seine Schulden oder Zahlungen so weit wie möglich aus eigener Kraft zu begleichen. Nach dieser vorher vereinbarten Zeitspanne verfallen die restlichen Schulden. Das wird auch als Restschuldbefreiung bezeichnet.

Pfändungsschutz-Konto: Jeder Kontoinhaber bei einer Bank hat das Recht sein Girokonto als so genanntes Pfändungsschutz-Konto führen zu lassen. Das Pfändungsschutz-Konto bleibt als Girokonto bestehen, das auch weiterhin für den gewohnten Zahlungsverkehr dienen kann. Das Pfändungsschutz-Konto bedeutet, dass monatlich ein bestimmtes Guthaben auf dem Konto verbleibt, das zum Leben dient.



12. Rentenberatung

Wenn das Eintrittsalter in den wohlverdienten Ruhestand näher rückt, stellen sich oftmals viele Fragen:

- ▶ Wie kann ich meinen Anspruch auf Altersrente geltend machen?
- ▶ Was geschieht, wenn ich früher in Rente gehen möchte und welche finanzielle Folgen bedeutet das für mich?
- ▶ Kann ich im Ruhestand hinzuverdienen und wie viel?

Fragen zur Rente sind nicht immer leicht zu beantworten und häufig von Fall zu Fall verschieden. Eine kompetente Beratung auf diesem Gebiet ist besonders wichtig, um Sie bestmöglich unterstützen zu können.

Ehrenamtliche Versichertenberater der Deutschen Rentenversicherung Südbayern können Ihre Fragen rund um das Thema Rente individuell beantworten. Die Beratungen sind kostenfrei.

Falls Sie die Beratung zu Rentenangelegenheiten nutzen möchten, ist ein Termin unbedingt vorab zu vereinbaren, um ausreichend Zeit für Sie einplanen zu können.

Deutsche Rentenversicherung Bund

Brunhuberstraße 61
83512 Wasserburg am Inn

Ansprechpartner: Herr Hans-Jürgen Alt

Telefon (privat): 08071/ 103090
Internet: www.deutsche-rentenversicherung.de
Beratung und Information
Stadt Wasserburg a.Inn



Falls Sie lediglich allgemeine Auskunft in Rentenfragen wünschen oder einen Rentenanspruch stellen möchten, steht Ihnen das Amt für Soziales der Stadt Wasserburg zu den regulären Öffnungszeiten gerne zur Verfügung. Eine Terminvereinbarung ist nicht notwendig.

Sozialamt der Stadt Wasserburg am Inn

1. Obergeschoss, Zimmer 14
Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg

Ansprechpartner:

Frau Gerlinde Scheitzeneder

Telefon: 08071/105 14
Fax: 08071/105 70
E-Mail: sozialamt@stadt.wasserburg.de
Internet: www.wasserburg.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr
Di & Do: 14.00 – 16.00 Uhr



Finanzielle Hilfen & Vergünstigungen

Unter dieser Rubrik sind Möglichkeiten aufgeführt, bei denen Sie in finanziell schwierigen Lebensphasen Entlastung finden können. Oftmals ist es jemandem gar nicht bewusst, bei welchen Gelegenheiten man dies in Anspruch nehmen kann.

1. Wasserburger Tafel
2. BRK Kleiderladen
3. SoWas Sozialkaufhaus Wasserburg a.Inn
4. Befreiung oder Ermäßigung der Rundfunkgebühren
5. Wohngeld
6. Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe

1. Wasserburger Tafel

Essen dient nicht nur zu unserer Nahrungsaufnahme, sondern bedeutet ein Gefühl von Geselligkeit, Wohlfühlen und Zufriedenheit. Heutzutage stehen uns eine große Vielfalt an verschiedenen Lebensmitteln zur Verfügung – oft im Überfluss. Deshalb würde vieles davon im Müll landen, obwohl die Ware noch einwandfrei und das Verfallsdatum noch nicht erreicht ist. Auf der anderen Seite gibt es bedürftige Menschen, die sich nicht mit ihrem täglichen Lebensmittelbedarf eindecken können. Hierfür steht diesen Menschen die Tafel Wasserburg zur Seite.

Die **Wasserburger Tafel** wird unter anderem von vielen regionalen Firmen mit Lebensmittelpenden unterstützt, um diese an Bedürftige zu einem symbolischen Geldbetrag weitergeben zu können. Um zu gewährleisten, dass die Lebensmittel bei den Menschen ankommen, die sie brauchen, sind beim **ersten Besuch** der Tafel **offizielle Dokumente** (z. B. **Rentenbescheid**, Bescheid über Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung, Lohnbescheinigung) vorzulegen. Auch erwerbstätige Personen, deren Einkommen unter der Grenze liegt, haben Anspruch auf dieTafel.

Der Eingang der Wasserburger Tafel ist barrierefrei. Wenn Sie **nicht mobil** sind, können Sie den **Seniorenfahrdienst** der Stadt Wasserburg in Anspruch nehmen. Dieser liefert die Lebensmittel an Personen, die nicht mehr selbst zur Tafel kommen können, nach Hause.

Wasserburger Tafel

Brunhuberstraße 2483512 Wasserburg am Inn

Öffnungszeiten: Di: 10.00 – 12.00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Elke Pawelski

Telefon: 08638/ 9519 895 Fax: 08638/ 9519 894

E-Mail: elke.pawelski@sd-obb.de



2. BRK Kleiderladen Wasserburg a.Inn

„Gutes aus zweiter Hand“ – dieser Grundsatz umschreibt den Grundgedanken des BRK Kleiderladens Wasserburg a.Inn. Der Kleiderladen bietet ein vielfältiges Bekleidungsangebot für Damen, Herren und Kinder, das der Jahreszeit entsprechend für Sie zur Verfügung steht. Die gespendete Kleidung wird preiswert verkauft. Alle Menschen unabhängig vom Wohnort können den Kleiderladen als Einkaufsmöglichkeit für Kleidung und Accessoires nutzen.

Bedürftige Menschen erhalten gegen Nachweis (z. B. Nachweis der Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung)

50% Preisnachlass auf den Verkaufspreis der Ware.

Das Bekleidungsangebot umfasst:

- ▶ Jacken, Mäntel, Anzüge, Sakkos, Blazer
- ▶ Jeans, Hosen, Röcke, Kleider
- ▶ T-Shirts, Pullover, Blusen, Hemden, Strickwaren
- ▶ Schuhe
- ▶ Baby- und Kinderbekleidung
- ▶ Gürtel
- ▶ Mützen, Hüte
- ▶ Schals, Tücher, Krawatten
- ▶ Handschuhe
- ▶ Handtaschen, Schmuck

Die Erlöse des Kleiderladens kommen zu 100% sozialen Projekten des Bayerischen Roten Kreuzes zu Gute. Falls Sie Ihren Kleiderschrank entlasten oder aussortieren möchten, können gerne ordentliche, fleckenfreie und gewaschene Kleiderspenden im BRK Kleiderladen Wasserburg a.Inn entgegengenommen werden. Die Annahme von Spenden ist unter Vorbehalt. Kleiderspenden in Form von gebrauchter Unterwäsche, Socken und Strümpfe und Fahrradhelme können nicht angenommen werden.



BRK Kleiderladen Wasserburg a.Inn
mit BRK Servicezentrum Wasserburg a.Inn

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner:
Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/914414

E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de



Öffnungszeiten BRK Kleiderladen Wasserburg:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18.00 Uhr

Di: 9.00 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18.00 Uhr

Mi: 9.00 – 12.30 Uhr

Do: 9.00 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18.00 Uhr

Fr: 9.00 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18.00 Uhr

Sa: 9.30 – 12.30 Uhr

3. Second-Hand-Laden



kbo – Sozialpsychiatrisches Zentrum

Gabersee 52/1. Stock · Telefon: 08071/71366

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do 9.30 -11 Uhr, Mi und Do 13.30 – 15 Uhr

Mittwoch Vormittags geschlossen



4. SoWas Sozialkaufhaus Wasserburg

Sozialkaufhäuser bieten eine preisgünstige Auswahl aus verschiedensten Waren an. Waren, die dort verkauft werden, bestehen zu 100% aus Sachspenden und werden vor dem Verkauf von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geprüft und aufbereitet. Alle Waren sind gut erhalten und funktionsfähig.

Das Warenangebot umfasst:

- ▶ Möbel und Haushaltsgeräte (z. B. Wohnmöbel, Küchen)
- ▶ Haushaltswaren (z. B. Geschirr, Utensilien für das Kochen)
- ▶ Heimtextilien (z. B. Decken, Gardinen, Handtücher, Bettwäsche)
- ▶ Unterhaltungselektronik (z. B. Fernseher, Radio)
- ▶ Bücher, Filme, Musik
- ▶ Baby- und Kinderausstattung (z. B. Kinderwagen, Spielzeug)

Grundsätzlich ist es für jedermann, unabhängig vom Wohnort, möglich in einem Sozialkaufhaus einzukaufen. Vor allem haben hier bedürftige Menschen die Möglichkeit, bezahlbare Waren zu erwerben. Gegen Vorlage eines Nachweises der Bedürftigkeit (z. B. Rotkreuzausweis, Tafelausweis, Nachweis der Hilfe zum Lebensunterhalt oder Grundsicherung) kann zusätzlich nochmal 20% auf den Verkaufspreis gewährt werden. Die Erlöse durch den Verkauf fließen 100% sozialen Projekten des Diakonischen Werkes Rosenheim zu.



Haben Sie gut erhaltene Waren zu Hause, die Sie abgeben möchten? Ob Geschirr, Bücher, Heimtextilien oder Möbel – die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialkaufhaus Wasserburg nehmen Ihre Spende gerne entgegen. Eine kostenfreie Abholung von Möbelspenden und umfangreichen Sachspenden z. B. aus Wohnungsaufösungen ist gegen Absprache möglich. Die Annahme von Spenden ist unter Vorbehalt. Vorab können Sie gerne Fotos von den möglichen Spenden vorzeigen oder schicken. In Ausnahmefällen und gegen Entlohnung besteht die Möglichkeit, Sie bei Entrümpelung und Entsorgung zu unterstützen.

SoWas Sozialkaufhaus Wasserburg des Diakonisches Werk Rosenheim

Rosenheimer Str. 8
83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 9225969
Fax: 08071/ 9225974
Internet: www.diakonie-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Di: 9.00 – 17.00 Uhr
Mi: 9.00 – 12.00 Uhr
Do – Fr: 9.00 – 17.00 Uhr

Diakonie 
Soziale Dienste
Oberbayern



5. Befreiung oder Ermäßigung der Rundfunkgebühren

Heutzutage sind Telefon, Rundfunk und Fernsehen nicht mehr weg zu denken und gehören zum gesellschaftlichen Standard. Diese Medien ermöglichen es uns am Leben teilzuhaben, uns zu informieren und uns mit anderen Menschen auszutauschen. In manchen Fällen können Sie sich unter bestimmten Voraussetzungen von der Zahlung der Rundfunk- und Fernsehgebühren befreien lassen oder einen ermäßigten Beitrag beantragen.

Einen Anspruch auf die Befreiung oder Ermäßigung von Rundfunk- und Fernsehgebühren haben z. B.

- ▶ Menschen, die Sozialleistungen nach dem SGB XII erhalten (Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung, ...)
- ▶ Menschen, die Sozialleistungen nach dem SGB II erhalten (Leistungen des Jobcenters, auch „Hartz-IV“ genannt)
- ▶ Menschen mit Behinderung, die im Schwerbehindertenausweis das Merkzeichen „RF“ verzeichnet haben

Das Antragsformular auf die Befreiung/ Ermäßigung steht im Sozialamt der Stadt Wasserburg zur Verfügung.

Den ausgefüllten Antrag und eine Bestätigung über die oben aufgeführten Leistungen oder Schwerbehinderung senden Sie an die „Gebühreneinzugszentrale“ (GEZ).

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an nachstehende Kontaktdaten des Amt für Soziales Wasserburg a.Inn.



6. Wohngeld

In der heutigen Zeit ist bezahlbares Wohnen kostbar. Wohnen kostet viel Geld. Aus diesem Grund ist es für Menschen mit einem geringen Einkommen oft nicht einfach diese Kosten aus eigener Kraft zu bezahlen. Für diese Fälle unterstützt Sie der Staat und bietet finanzielle Hilfe mit dem so genannten Wohngeld.

Das Wohngeld wird in zwei Formen gewährt:

- ▶ Als Mietzuschuss für den Mieter einer Wohnung oder eines Zimmers
- ▶ Als Lastenzuschuss für den Eigentümer einer eigengenutzten Wohnung oder Hauses

Ob und in welcher Höhe Sie Wohngeld erhalten können, ist abhängig von:

- ▶ Der Anzahl der Personen, die zum Haushalt zählen
- ▶ Der Höhe des Einkommens
- ▶ Die Höhe der Miete oder der Belastung

Falls Sie in einem Altenheim oder Altenpflegeheim leben, können Sie ebenfalls Wohngeld beantragen. Auch hier gelten die oben aufgeführten Voraussetzungen, um entscheiden zu können, ob und in welcher Höhe Sie mit Wohngeld unterstützt werden können.

Amt für Soziales der Stadt Wasserburg a.Inn

1. Obergeschoss, Zimmer 14
Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg

Ansprechpartner:

Frau Gerlinde Scheitzeneder

Telefon: 08071/ 105 14 · Fax: 08071/ 105 70

E-Mail: sozialamt@stadt.wasserburg.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr · Di & Do: 14.00 – 16.00 Uhr



7. Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe

Im täglichen Leben kann es vorkommen, dass **rechtliche Probleme** auftreten, bei denen ein fachlicher Rat hilfreich und notwendig ist. Niemand muss darauf verzichten, sich durch einen Anwalt beraten zu lassen und für sein Recht einzustehen. In Deutschland gibt es für Menschen mit **geringen finanziellen Mitteln** die Möglichkeit, Unterstützung durch die Beratungshilfe und Prozesskostenhilfe zu erhalten.

Die **Beratungshilfe** ermöglicht es, sich durch einen Rechtsanwalt beraten zu lassen. Damit Sie die Beratungshilfe in Anspruch nehmen können, muss zuerst ein Beratungshilfeschein beim zuständigen Gericht (Amtsgericht Rosenheim) beantragt werden. Im Anschluss überprüft das Gericht, ob eine Beratung durch einen Rechtsanwalt sinnvoll ist und ob ein Beratungshilfeschein ausgestellt werden kann. Wenn ein Beratungsschein ausgestellt wurde, können Sie sich bei jedem Anwalt Ihrer Wahl Beratung einholen. Für die Beratung darf der Rechtsanwalt höchstens 15 Euro verlangen. Weitere Kosten übernimmt die Landeskasse für Sie.



Die **Prozesskostenhilfe** kann Menschen gewährt werden, die nicht in der Lage sind, die Kosten eines Gerichtsprozesses aus eigenen finanziellen Mitteln zu tragen. Wie bei der Beratungshilfe, muss auch für die Prozesskostenhilfe ein Antrag beim Gericht gestellt werden. Die Prozesskostenhilfe wird nur dann gewährt, wenn der Prozess für den Antragsteller vermutlich positiv endet. Das Gericht entscheidet je nach Fall, ob die Prozesskosten ganz von der Landeskasse übernommen werden oder ob die Kosten in monatlichen Raten an die Landeskasse zurückbezahlt werden muss. Innerhalb von vier Jahren nach der Gewährung der Prozesskostenhilfe ist es dem Gericht möglich, die Kosten vom Antragsteller zurück zu verlangen, wenn sich die finanzielle Lage verbessert haben sollte.

Für die Stadt Wasserburg a.Inn zuständig:

Amtsgericht Rosenheim

Hausanschrift:

Bismarckstraße 1 · 83022 Rosenheim

Postanschrift:

Postfach 1189 · 83013 Rosenheim

Telefon: 08031/ 8074-0

Telefax: 08031/ 8074-200

E-Mail: poststelle@ag-ro.bayern.de

Internet: www.justiz.bayern.de/gericht/ag/ro



Wohnen im Alter

Selbst für sich entscheiden, wo, wie und mit wem man im Alter wohnen und den Herbst des Lebens genießen möchte. Vielleicht daheim oder in der Nähe? Vielleicht selbstständig, oder selbstständig mit etwas Unterstützung? Mit diesen Fragen setzten sich immer mehr Senioren bereits frühzeitig auseinander, um für sich selbst eine passende Entscheidung fällen zu können.

1. Barrierefreie und seniorengerechte Wohnungen
2. Betreutes Wohnen
3. Wohnen bei Pflegebedürftigkeit

1. Barrierefreie und seniorengerechte Wohnungen

Die meisten Menschen wünschen sich sicherlich, auch im Alter in den **eigenen vier Wänden** zu bleiben. Als älterer Mensch noch einmal umziehen, ist für viele vielleicht unvorstellbar, da man durch die Jahre tief mit seiner Umgebung und seiner Wohnung bzw. Haus verwurzelt und vertraut ist. Manchmal ist es aber wegen gesundheitlichen Veränderungen nicht mehr möglich, sicher und selbstständig im eigenen Zuhause zu leben. Für mögliche Maßnahmen und Anpassungen gibt es die **Wohnberatung**. Es muss oft gar nicht eine große Baumaßnahme sein, denn: Oft haben bereits kleine Maßnahmen eine große Wirkung. Für weitere Informationen sehen Sie unter dem Punkt „**Wohnberatung und Wohnraumanpassung**“ in der Rubrik „**Beratung und Information**“.

2. Betreutes Wohnen

Was ist Betreutes Wohnen? Diese Frage kann nicht allgemein beantwortet werden, denn der Begriff „**Betreutes Wohnen**“ ist nicht geschützt. Daher gibt es verschiedene Möglichkeiten „betreut zu wohnen“ mit unterschiedlichen Leistungen (z. B. Hausnotruf, Pflege, Betreuung). Oft bezeichnet man **barrierefreie, seniorengerechte Wohnanlagen** mit einer gewissen Grundausstattung und die Möglichkeit solche Zusatzleistungen zu nutzen, als Betreutes Wohnen. Das Betreute Wohnen kann man sich vorstellen, wie Wohnen in den eigenen vier Wänden. Jeder einzelne Bewohner kann für sich leben und für sich selbst entscheiden. In der Nachbarschaft leben oftmals gleichgesinnte Menschen mit ähnlichen Bedürfnissen und ähnlicher Lebenssituation. Betreutes Wohnen bedeutet nicht, dass man ständig bedient und alles abgenommen wird. Im Betreuten Wohnen wird man vielmehr bei Bedarf unterstützt, um selbstständig zu sein und auf Abruf Hilfe zu erhalten. Daher kann man ein Betreutes Wohnen nicht mit einem Alten- oder Pflegeheim vergleichen.



Kostenlose Wohnraumberatung

Wohnraumberater unterstützen Senioren und alle Bürger, die ihre Wohnräume barrierefrei umgestalten wollen. Hierzu wird der private Wohnraum angeschaut und die Wohnraumberaterin gibt Vorschläge an die Hand, wie der Wohnraum an die individuellen Bedürfnisse angepasst werden könnte.

Hierbei sind es nicht immer nur die großen Umbaumaßnahmen, sondern auch ganz praktische Hinweise spielen eine Rolle. Z. B. die Anpassung eines Bades, die Installation eines Treppenliftes und das Anbringen einer Rampe. Wichtig ist, dass es bei der Wohnraumberatung nicht um die Auftragsvergabe oder gar die Baubegleitung geht, sondern um das Aufzeigen von Möglichkeiten, die eine Wohnung oder ein Haus barrierefrei oder – arm machen können. Wohnraumberater kennen auch finanzielle Unterstützungen für die baulichen Veränderungen.

Ehrenamtlichen Wohnraumberaterin in Wasserburg:

Frau Sabine von Loewenfeld

Kontakt erhalten Sie über den BürgerBahnhof bei:



Frau Ethel-D. Kafka (Sozialpädagogin)

Telefon: 08071/5975286

E-Mail: buergerbahnhof@wasserburg.de



Wohnanlage für Ältere im Stadler Garten

Die Mietwohnungsanlage der Heiliggeist-Spitalstiftung Wasserburg a.Inn wurde im Jahr 2001 fertiggestellt und umfasst 31 barrierefreie, altersgerechte Ein- und Zwei-Zimmer-Wohnungen mit Wintergarten. Eine großzügige Gartenanlage steht den Bewohnern ebenso zur Verfügung wie die Veranstaltungs- und Gemeinschaftsräume im Erdgeschoß. Betreuungs- oder Pflegedienstleistungen werden vom Vermieter jedoch nicht angeboten.

Die Vergabe der Wohnungen erfolgt abhängig von der Miethöhe durch den Ersten Bürgermeister auf Vorschlag der Verwaltung unter Berücksichtigung folgender Kriterien:

- ▶ Bei der Vergabe werden soziale Aspekte angemessen berücksichtigt.
- ▶ Wohnungsbewerber sollten grundsätzlich zwischen 55 und 80 Jahre alt sein.

Wohnungsbewerbungen werden vorgemerkt. Nach Ablauf von einem Jahr wird die Vormerkung ungültig. Bei Bedarf muss ein neuer Antrag gestellt werden. Der Zeitpunkt des Eingangs der Wohnungsbewerbung hat grundsätzlich keinen Einfluss auf die Vergabeentscheidung.

Kontakt: Stadt Wasserburg a. Inn · Liegenschaften

Ansprechpartner: Robert Mayerhofer

83512 Wasserburg · Marienplatz 2

Telefon: 08071/ 10528



Betreutes Wohnen „im Greinhof“

Ledererzeile 31a · 83512 Wasserburg a.Inn

Falls Sie sich für Betreutes Wohnen interessieren, ist es wichtig genau beim **Anbieter nachzufragen, welche Leistungen** bei Bedarf **dazu gebucht werden** können und **welche Kosten** damit verbunden sind. Welche Möglichkeiten für Betreutes Wohnen es in Wasserburg gibt, wird Ihnen nachstehend vorgestellt.

Träger: Ambulanter Pflegeservice Bock

**Ansprechpartner: Frau Mirjam Bock
(Geschäftsführerin, Sozialwirtin (bfz-FH))**

Telefon: 08071/ 9044566 · Fax: 08071/ 913019

E-Mail: mirjambock@gmx.net · Internet: www.pflegeservice-bock.de

Wer und was sind wir?

- ▶ Ambulanter Pflegeservice Bock ist Träger des Greinhofs
- ▶ Der Greinhof bietet insgesamt 48 Wohnungen, die von den Wohnungseigentümern zum Betreuten Wohnen zur Verfügung gestellt werden
- ▶ Barrierefrei (z. B. Aufzug vorhanden)

Für wen sind wir da?

- ▶ Alle Menschen, die zwar selbstständig aber doch selbständig umsorgt leben möchten

Was bieten wir?

- ▶ Jeder Bewohner hat eine eigene Wohnung (ca. 35-80 qm) mit Wohnzimmer, Küche, Schlafzimmer, Bad/WC (barrierefrei)
- ▶ Es besteht die Möglichkeit, dass Ehepartner oder Lebenspartner gemeinsam in eine Wohnung ziehen
- ▶ Nur Einbauküche wird gestellt, ansonsten freie Gestaltung der Wohnung durch den Bewohner
- ▶ Haustiere sind erlaubt



Wie funktioniert Betreutes Wohnen im Greinhof?

- ▶ Zuerst: Abschließen des „Basispakets“ mit Ambulanten Pflegeservice Bock (z. B. mit Basisbetreuung, Beratung, Information)
- ▶ Bei Bedarf und auch zu einem späteren Zeitpunkt möglich: Abschließen des „Ergänzungspakets“ mit Ambulanten Pflegeservice Bock (z. B. 1x wöchentlich Kaffee und Kuchen, Obstlieferung)
- ▶ Bei Bedarf oder auch zu einem späteren Zeitpunkt möglich: Zubuchen von weiteren Leistungen (z. B. Pflege, hauswirtschaftliche Hilfe) auch bei einem Pflegedienst nach Wahl möglich
- ▶ Mietkosten werden direkt an die Wohnungseigentümer bezahlt

Wie kann man sich an uns wenden?

- ▶ Telefonisch oder persönlich

3. Wohnen bei Pflegebedürftigkeit

Es gibt verschiedene Wohnmöglichkeiten, die pflegebedürftige Menschen zeitweise oder auf Dauer unterstützen können. Welche Möglichkeiten dabei in Frage kommen könnten, ist von Fall zu Fall unterschiedlich und sollte daher immer auf die eigenen Bedürfnisse und den Unterstützungsbedarf der pflegebedürftigen Person abgestimmt sein.

Weitere Informationen unter:

„Ambulante Pflege“, „Tagespflege“, „Kurzzeitpflege“, (siehe Seite 137)
„Verhinderungspflege“, „Vollstationäre Pflege“ in der Rubrik „Pflege“ (siehe Seite 138)

Gesundheit

1. Selbsthilfegruppen –
„Wir sitzen alle in einem Boot“
2. Gesundheitsangebote
3. Unterstützung bei der psychischen Gesundheit
4. Rehabilitation: Was ist der Unterschied
zwischen einer geriatrischen Rehabilitation
und der Akut-Geriatrie?



1. Selbsthilfegruppen „Wir sitzen alle in einem Boot“

In Selbsthilfegruppen treffen sich freiwillig gleichgesinnte Menschen mit einem gemeinsamen Thema. Dies kann beispielsweise ein gemeinsames Problem oder eine gemeinsame Krankheit sein. Selbsthilfegruppen bieten Betroffenen oder Angehörigen von betroffenen Menschen regelmäßig die Möglichkeit, sich gegenseitig Halt zu geben und zu unterstützen, indem sie Informationen, Erfahrungen und Tipps austauschen können. Viele Menschen jeden Alters empfinden es als erleichternd und ermutigend zu spüren, nicht alleine von einer Erkrankung oder einer schwierigen Lebenssituation betroffen zu sein. Selbsthilfegruppen sind eine sinnvolle Ergänzung zu einer ärztlichen oder therapeutischen Behandlung und sind in der Regel kostenfrei. In Stadt und Landkreis Rosenheim gibt es über 130 verschiedene Selbsthilfegruppen. Weitere Informationen über das Gruppenangebot finden Sie in der Broschüre „Wegweiser zur Selbsthilfe“ der Selbsthilfekontaktstelle Rosenheim, wo man Sie auch gerne informiert und berät. Ausgewählte Selbsthilfegruppen sind nachfolgend aufgeführt.

Diakonisches Werk Rosenheim Selbsthilfekontaktstelle Rosenheim | SekoRo

Klepperstr. 18, 1. Stock
83026 Rosenheim

Ansprechpartner:

Frau Karin Woltmann | Frau Iris Gans

Telefon: 08031/235 11 45

Fax: 08031/235 11 41

E-Mail: selbsthilfekontaktstelle@dwro.de

Internet: www.sekoro.de

Sprechzeiten:

Mo & Di: 8.00 – 12.00 Uhr | Do: 12.00 – 15.00 Uhr

Und nach Vereinbarung





Anonyme Alkoholiker

Evangelische Christuskirche

Surauerstr. 3 · 83512 Wasserburg a.Inn

Gruppe Wasserburg | Uwe

Telefon: 0176/465 09 751 · E-Mail: aa-wasserburg@t-online.de

Donnerstags von 19.30 bis 21.30 Uhr

BRSV – Behinderten- und Rehabilitations-Sportverein Rosenheim e. V.

Frau Johanna Gantner · Telefon: 08031/236959

E-Mail: gantners@web.de · www.brsv-rosenheim.de

Treffpunkt individuell nach Angebot

Frauenselbsthilfe nach Krebs e. V.

Frau Gisela Strigl-Wiechmann

Telefon: 08031/288071 · E-Mail: gisela_stigl@web.de

Frau Maria Langer · Telefon: 08036/3231

Treffpunkt: Pfarramt Christkönig über dem Kindergarten, 1. Stock

Kardinal-Faulhaber-Platz 10 · 83022 Rosenheim

Dienstag im Monat (außer August) 15.00 Uhr



Keuzbund Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

Caritas-Zentrum · Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Gruppe: Wasserburg 1 – Phönix

Herr Engelbert Helminger

Mobil: 0160/707 44 13 · Telefon: 08071/510 57 8

▶ 1. Stock | Mittwoch 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg 2 – Felicitas

Herr Franz Turzin · Telefon: 08071/8156 · E-Mail: turzin@gmx.de

▶ 1. Stock | Dienstag 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg 3 – Konstantin

Herr Bartholomäus Kronast · Telefon: 08071/2697

▶ 1. Stock | Montag 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg 4 – Bernhard

Herr Otto Niedermayr · Telefon: 08071/3573

E-Mail: ottomaria.niedermayr@web.de

▶ 1. Stock | Montag 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg 5 – Quo Vadis

Herr Josef Huber · Telefon: 08071/1395

▶ 3. Stock | Mittwoch 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg Frauengruppe – Amethyst

Frau Maria Niedermayr · Telefon: 08071/3573

E-Mail: ottomaria.niedermayr@web.de

▶ 1. Stock | 1. und 3. Montag im Monat 19.30 Uhr

Gruppe: Wasserburg Frauengesprächskreis

Frau Sonja Egger · Telefon: 08031/9089123

Treffpunkt (!): Inn-Salzach-Klinikum

Gabersee 7 · Haus 25 · 83512 Wasserburg a.Inn

▶ 1. und 3. Freitag im Monat 19.30 Uhr



Gemeinsam stark gegen Krebs Selbsthilfegruppe für Frauen

Frau Margot Untergehrer

Telefon und Fax: 08071/3253

Caritas-Zentrum · Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Rosenheimer Krebsberatungsstelle e. V.

Kardinal-Faulhaber-Platz 10 · 83022 Rosenheim

Telefon: 0800 1245788 (kostenfrei) · Fax: 08031/12972

E-Mail: info@rosenheimer-krebsberatungsstelle.de

Internet: www.rosenheimer-krebsberatungsstelle.de

Kontaktzeiten:

Persönlich (In Räumen der Christ König Pfarrei):

Mi: 09.00 – 12.00 Uhr · Do: 15.00 – 17.00 Uhr

Telefonisch: Di: 08.00 – 12.00 Uhr

Regelmäßige Kontaktcafés im BürgerBahnhof Wasserburg

Termine entnehmen Sie der Presse, oder Telefon: 08071/5975286

Multiple Sklerose Selbsthilfegruppen

MS Selbsthilfegruppe Wasserburg | Herr Uwe Schröder

Telefon: 08074/9177530 · E-Mail: DiplTheolPfarreiStJakob@gmx.de

DMSG Rosenheim

Telefon: 08031/69422 · E-Mail: oberbayern@dmsg-bayern.de

Pfarrheim St. Kornad

Brunhuberstr. · 83512 Wasserburg

► 1. Mittwoch im Monat 13.30 Uhr

Deutsche Parkinson Vereinigung e. V.

Regionalgruppe Wasserburg und Umgebung

Herr Adolf Schöpf · Telefon: 080839/4661

Treffpunkt: Info bei Herrn Schöpf



Selbsthilfe Prostatakrebs

Herr Roland und Karin-Maria Lippmann

Telefon: 08031/233395 · E-Mail: shg@prostatakrebs-rosenheim.de

Internet: www.prostatkrebs-rosenheim.de

Herr Joachim Müller

Telefon: 08031/64301

Bürgertreff Happing

Happinger Str. 98 · 83026 Rosenheim

- i. d. R. 1. Donnerstag im Monat
- Sommer: 18.00 Uhr | Winter: 14.00 Uhr

Schlaganfallbetroffene Bad Aibling – Rosenheim e. V.

Frau Gerda Hellmiß

Telefon: 08061/9031922 · Internet: www.schlaganfall-bayern.de

Neurologische Klinik

Kolbermoorer Str. 72 · 83043 Bad Aibling

- Letzter Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr

Schlag auf Schlag – Angehörige von Schlaganfallpatienten und anderen schwer pflegebedürftigen Menschen

Frau Ilse Ertl

Telefon: 08031/ 7978590

- Treffpunkt auf Anfrage

Angehörige Demenzerkrankter Wasserburg

Frau Waltraud Wolfegger

Telefon: 08071/71301 · E-Mail: waltraud.wolfegger@kbo.de

Inn-Salzach-Klinikum | Verwaltungsgebäude

Haus 7 (Raum 109) · 83512 Wasserburg

- 1. Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr – 16.00 Uhr



Depression und Beziehungsstörungen Wasserburg

Frau Andrea Eisermann · Telefon: 0176/ 96329518 (17-19 Uhr)
E-Mail: depression.wasserburg@web.de

Caritas-Zentrum · Heisererplatz 7 · 1 Stock · 83512 Wasserburg
2. Und 4. Freitag im Monat um 18.30 Uhr

Mut zur Trauer – Chance zum Neubeginn

Jakobus Hospizverein e. V.

Frau Katharina Bacher

Telefon: 08031/ 232700

Frau Susanne von Müller

Telefon: 08067/ 8813540

Jakobus Hospizverein e. V. für Stadt und Landkreis Rosenheim

Max-Josefs-Platz 12 a

83022 Rosenheim

Letzter Dienstag im Monat

Deutsche Rheuma-Liga AG Wasserburg – Telefonische Beratung

Frau Elisabeth Freisinger

Telefon: 08076/ 1541 · E-Mail: geiger.schleefeld@t-online.de

Frau Gabi Geith

Telefon: 08076/ 8400 · E-Mail: gab-geith@t-online.de

Klosterschenke Attel

83512 Wasserburg a.Inn

► Montag 19.00 Uhr

► Telefonische Beratung: 1. Donnerstag im Monat 14.00 – 15.00 Uhr

Quelle: „Wegweiser zur Selbsthilfe 2015/ 2016/ 2017“

2. Gesundheitsangebote

Ihre Gesundheit soll an erster Stelle stehen. Es gibt viele Gesundheitsangebote, die Sie dabei unterstützen können. Diese Angeboten können Ihre Gesundheit fördern und erhalten. Aber auch bei bereits bestehenden Erkrankungen können die nachstehend aufgeführten Therapieformen dabei helfen, die eigene Lebensqualität zu verbessern.

Die Physiotherapie

Die Physiotherapie (ehemals Krankengymnastik) ist ein natürliches Heilverfahren und stellt eine Therapieform dar. Ziel ist es, Menschen mit und ohne Einschränkungen zu unterstützen, Bewegungen und Funktionen des Körpers wieder zu erlernen, verbessern und zu erhalten. Ziele in der Physiotherapie sind beispielsweise Schmerzen zu lindern und die Durchblutung und den Stoffwechsel des Körpers anzuregen. Die Kraft, die Ausdauer und die Beweglichkeit können gefördert werden, um die Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten. In der Physiotherapie ergänzen sich aktive Maßnahmen, die der Patient nach Anleitung des Therapeuten selbst ausführt mit den passiven Maßnahmen, die der Therapeut am Patienten durchführt. Physiotherapeuten können Menschen beraten, passende Hilfsmittel z. B. Gehilfen auszuwählen.

Die Ergotherapie

Die Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen, die ihren alltäglichen Handlungen eingeschränkt sind. Ergotherapeuten helfen durch geeignete Aktivitäten, die Selbstversorgung, die eigene Leistungsfähigkeit und Freizeitaktivitäten zu stärken. Außerdem besteht die Möglichkeit sich von Ergotherapeuten beraten zu lassen, um sich sein häusliches Umfeld für sich passend umgestalten zu können.



Die Logopädie

Die Logopädie wird therapeutisch im Bereich der Stimm-, Sprech-, Sprach- und Schluckstörung tätig und unterstützt Menschen bei Problemen in diesen Bereichen.

Physikalische Therapie

Bei physikalischen Therapien werden die physikalische Kräfte wie Wärme, Licht, Elektrik, Wasser oder Mechanik zur Behandlung eingesetzt. Das sind beispielsweise Massagen, Wärmepackungen, Anwendungen mit Wasser oder Strom. Physikalische Therapien bereiten oftmals den Patienten auf aktivere Therapieformen vor, wie z. B. die Physiotherapie.

3. Unterstützung bei der psychischen Gesundheit

Die Tagesstätte für psychische Gesundheit ist eine offene Einrichtung für Menschen mit einer psychischen Erkrankung oder Problematik. Hier werden Sie dabei unterstützt, eine neue Tagesstruktur für sich zu finden und können neue Kontakte knüpfen. Die Tagesstätte bietet einen großen Cafeteria-Bereich, in dem Kaffee und Kuchen preiswert angeboten wird und die Möglichkeit besteht, gemeinsam Mittag zu essen. Außerdem finden täglich abwechslungsreiche Gruppenangebote statt, wie beispielsweise

- ▶ Yoga
- ▶ Trommeln
- ▶ Spaziergang oder Nordic Walking

- ▶ Musik und Tanz
- ▶ Progressive Muskelentspannung
- ▶ Gedächtnistraining
- ▶ Gesprächsgruppe
- ▶ Kreativwerkstatt.

Gemeinsam werden regelmäßig Ausflüge gemacht und Abendveranstaltungen besucht. Um die Tagesstätte besuchen zu können, benötigen Sie kein Attest oder ärztliches Rezept. Außerdem ist der **Besuch der Tagesstätte kostenfrei**. Für Menschen, die selbst nicht mehr mobil sind, kann ein Fahrdienst gestellt werden. Für weitere Informationen und Beratung steht Ihnen das Team der Tagesstätte für psychische Gesundheit gerne zur Verfügung.

Caritasverband der Erzdiözese
München und Freising e.V.
Tagesstätte für psychische Gesundheit

Marienplatz 1a (1. Stock)
83512 Wasserburg a. Inn

Ansprechpartner:
Frau Renate Christlhuber
(Dipl. Sozialpädagogin (FH))

E-Mail: renate.christlhuber@caritasmuenchen.de
Telefon: 08071/ 1042013
Fax: 08071 - 10420 29

Kontaktzeiten und Öffnungszeit der Tagesstätte:

Mo – Fr: 9.00 – 16.00 Uhr





4. Rehabilitation:

Was ist der Unterschied zwischen einer geriatrischen Rehabilitation und der Akut-Geriatrie?

Im Allgemeinen bedeutet Geriatrie den Zweig der Medizin, der sich besonders mit der Versorgung von alten Patientinnen und Patienten befasst. Dabei stehen nicht nur die Erkrankungen selbst im Mittelpunkt, sondern es wird die ganzheitliche Situation eines Menschen berücksichtigt.

Nach einem Aufenthalt im Krankenhaus findet oft im Anschluss eine Rehabilitationsmaßnahme statt. Je nach gesundheitlichem Zustand kann vor einer geriatrischen Rehabilitation eine Aufnahme in die Akut-Geriatrie notwendig sein.

Mögliche Krankheitsbilder für einen Aufenthalt in der **Akut-Geriatrie** sind z. B. wiederholte Stürze, nach einem Schlaganfall oder bei Verschlechterung von bereits bestehenden Krankheiten.

Der Aufenthalt in der Akut-Geriatrie dauert höchstens 16 Tage. Die geriatrische Rehabilitation beträgt in der Regel 3 Wochen.

Das Besondere der **geriatrischen Rehabilitation** und Akut-Geriatrie ist es, alle bestehen Erkrankungen in die Behandlungen einzubeziehen. Das Ziel ist es, den Patientinnen und Patienten die eigene Gesundheit und größtmögliche **Selbstständigkeit zu erhalten oder wiederherzustellen.**

In diesen umliegenden Kliniken sind diese Behandlungsformen möglich:

Klinik Haag i. OB

Ansprechpartner: Chefarzt Dr. Stephan von Clarmann

Krankenhausstraße 4 · 83527 Haag i. OB

Telefon: 08072/378-0 · Fax: 08072/378-3609

Internet: www.kliniken-muehldorf.de

RoMed Klinik Wasserburg a.Inn

Krankenhausstraße 2 · 83512 Wasserburg a.Inn

Abteilung Innere Medizin

Sekretariat Innere Medizin

Ansprechpartner:

Frau Dr. Med. Dr. Med. univ. Petja Piehler

Chefärztin Innere Medizin

Fachärztin für Innere Medizin, Gastroenterologie,

Geriatrie (ÖVA), Diabetologie, Naturheilverfahren

Telefon: 08071/77307

Fax: 08071/77478

E-Mail: Innere.wasserburg@ro-med.de



Hilfe & Entlastung im Alter

Im Alter zu Hause wohnen bleiben und wissen, wenn man Hilfe oder Unterstützung braucht, ist jemand da. Es gibt ein großes Angebot an Diensten, die Sie vielfältig nutzen können. Diese können nicht nur Ihnen sondern auch Ihrer Familie mehr Sicherheit geben.

1. Hausnotruf
2. Mobilnotruf
3. Mahlzeitendienste („Essen auf Rädern“)
4. Haushaltsnahe und hauswirtschaftliche Dienstleistungen
5. Unterstützung im Alltag
 - 5.1. Zivi-Dienst der Stadt Wasserburg
 - 5.2. Freiwillige in der Alltagsbegleitung (FRIDA)
 - 5.3. Mobiler Werkzeugkoffer
6. Unterstützung bei Behördengängen
7. Fahrdienste
8. Hilfe bei der Entsorgung von Inkontinenzmaterial
9. Hilfsmittelberatung



1. Der Hausnotruf

Sicher zu Hause sein und bei Bedarf **jederzeit Hilfe holen zu können** – das ist der Grundgedanke hinter dem Hausnotruf. Über das Hausnotrufsystem kann man per Knopfdruck rund um die Uhr (24 Stunden) für die schnelle Hilfe in Notfällen eine Hausnotrufzentrale erreichen. Das Hausnotrufgerät besteht aus einer Basisstation und einem Funksender. Der Funksender kann wie eine Armbanduhr oder wie eine Halskette getragen werden. Wenn Sie z. B. nach einem Sturz den Hausnotruf per Knopfdruck auslösen, wird eine Sprechverbindung mit der Hausnotrufzentrale hergestellt, um zu erfahren, was passiert ist. Je nach Situation werden die Angehörigen, Nachbarn oder der Pflegedienst verständigt und bei Bedarf der Notarzt und Rettungsdienst alarmiert.

Wie die Hilfemaßnahmen ablaufen sollen und wer benachrichtigt werden soll, **wird mit Ihnen vorher abgesprochen.**

Der Hausnotruf kann Ihnen zu Hause vorgestellt werden, damit Sie sich ein Bild von der Funktionsweise und dem Ablauf machen können. **Die Kosten des Hausnotrufes werden in manchen Fällen von der Pflegeversicherung teilweise übernommen.** Außerdem kann das Hausnotrufsystem mit anderen hilfreichen Meldern (z. B. Funk-Bewegungsmelder) oder einem Schlüsseldienst kombiniert oder erweitert werden.

Für weitere Information und Beratung stehen Ihnen die folgenden Anbieter gerne zur Verfügung.



Bayerisches Rotes Kreuz
BRK Servicezentrum Wasserburg
Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Martina Linhuber
Telefon: 08071/ 914414
Fax: 08071/ 914416
E-Mail: linhuber@kvroenheim.brk.de
Internet: www.brk-rosenheim.de



Kontaktzeiten:
Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
Di: 14.30 – 18.00 Uhr
Do: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
Fr: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Die Johanniter | Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Ortsverband Wasserburg
Schmerbeckstraße 10 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Herr Markus Haindl
Telefon: 08071/ 9 55 66
Fax: 08071/ 9 55 68
Internet: www.johanniter.de/hausnotruf

2. Mobilnotruf

Sie sind aktiv und viel unterwegs – auf Reisen oder spontane Wanderungen ins Grüne? Auch hier bietet der Mobilnotruf die notwendige Sicherheit, Unabhängigkeit und bei Bedarf schnelle Hilfe jederzeit. Das mobile Notrufgerät (Sender) hat die Form und Größe eines Handys und kann dadurch leicht mitgenommen werden. Wenn Sie z. B. nach einem Sturz den Mobilnotruf per Knopfdruck auslösen, wird eine Sprechverbindung mit der Notrufzentrale hergestellt, um zu erfahren, was passiert ist und wo Sie sich befinden. Das Signal funktioniert bundesweit. Je nach Situation und Bedarf werden die Angehörigen benachrichtigt und der Notarzt und Rettungsdienst alarmiert. Es ist möglich den Mobilnotruf mit einer Ortungsfunktion und weiteren Funktionen zu erweitern.

Um das für Sie und Ihre Freizeitaktivitäten passende Notrufsystem zu finden, wenden Sie sich an folgend aufgeführten Anbieter.

Die Johanniter
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ortsverband Wasserburg
Schmerbeckstraße 10
83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Markus Haindl
Telefon: 08071/ 9 55 66
Fax: 08071/ 9 55 68
Internet: www.johanniter.de/hausnotruf





3. Mahlzeitendienste („Essen auf Rädern“)

Täglich eine warme Mahlzeit ist wichtig. Sie sind nicht mehr in der Lage, für sich selbst zu kochen oder Sie möchten nicht für sich alleine kochen, dann können Sie sich Ihr Essen auch liefern lassen. Durch das „Essen auf Rädern“ kann das frisch zubereitete Essen direkt oder portionsweise tiefgekühlt zu Ihnen nach Hause gebracht werden. Die Auswahl ist reichlich und abwechslungsreich, sodass für Ihren Geschmack und für Ihre Bedürfnisse bestimmt etwas dabei ist.

Ambulanter Pflegeservice Bock

Färbergasse 7 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner: Frau Mirjam Bock (Geschäftsführerin, Sozialwirtin (bfz-FH))

Telefon: 08071/ 913020 · Fax: 08071/ 913019

E-Mail: mirjambock@gmx.net

Internet: www.pflegeservice-bock.de



Ambulanter Pflegeservice Bock ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und im Umkreis von ungefähr 30 Kilometer.

Angebot mit täglicher frischer Lieferung durch Ambulanten Pflegeservice Bock:

- ▶ Mittagsmenü vom Menü-Service des Inn-Salzach-Klinikums Wasserburg (7 Tage die Woche)
- ▶ Auswahl aus Vollkost, Schonkost, Diätkost, fleischlose Kost, Passierte Kost
- ▶ Ganze und halbe Portionen möglich, mit und ohne Suppe möglich
- ▶ Bestellung nach individueller Absprache möglich



Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf



Weberzipfel 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Svetlana Hauf

Telefon: 08071/ 10 48 75

oder 08071/ 90 37 684

Mobil: 0170/ 96 37 684

E-Mail: info@pflegedienst-hauf.de

Internet: www.pflegedienst-hauf.de



Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und im Umkreis von ungefähr 20 Kilometer und umliegenden Gemeinden.

Angebot mit täglicher frischer Lieferung durch Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf:

- ▶ Mittagsmenü vom Menü-Service des Inn-Salzach-Klinikums Wasserburg (7 Tage die Woche)
- ▶ Auswahl aus Vollkost, Schonkost, Diätkost, fleischlose Kost, Passierte Kost
- ▶ Ganze und halbe Portionen möglich, mit und ohne Suppe möglich
- ▶ Lieferung des Mittagsmenüs nur für Patienten des Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf



Bayerisches Rotes Kreuz BRK Servicezentrum Wasserburg

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414
Fax: 08071/ 914416
E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de
Internet: www.brk-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
Di: 14.30 – 18.00 Uhr
Do: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
Fr: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Angebot des BRK Menü-Service:

- ▶ Menüwahl á la carte aus einem Katalog
- ▶ Auswahl aus Leichte Vollkost, vegetarische Kost, Kost für Diabetiker, gluten- und laktosefreie Kost, natriumreduzierte Kost, pürierte Kost, Kost für Cholesterin- und Kalorienbewusste, hochkalorische Suppen, Salat, Säfte, Desserts
- ▶ Lieferung in Menü-Schalen (tiefgefroren)
- ▶ Bestellung auf Vorrat möglich



Caritas-Sozialstation Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Marina Rotter (Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 9063-0 oder 08071/ 9063-31
Fax: 08071/ 9063-63
E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de
oder Marina.Rotter@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-wasserburg.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 17.00 Uhr
Fr: 8.00 – 15.00 Uhr

Caritas-Sozialstation Wasserburg ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und die Gemeinden Albaching, Amerang, Babensham, Edling, Eiselfing, Griesstätt, Pfaffing, Ramberg, Rott am Inn, Soyen und Schonstett.

Angebot mit täglicher frischer Lieferung durch die Caritas-Sozialstation Wasserburg:

- ▶ Mittagsmenü vom Menü-Service des Inn-Salzach-Klinikums Wasserburg (7 Tage die Woche)
- ▶ Auswahl aus Vollkost, Schonkost, Diätkost, fleischlose Kost, Passierte Kost
- ▶ Ganze und halbe Portionen möglich, mit und ohne Suppe möglich
- ▶ Bestellung nach individueller Absprache möglich



4. Haushaltsnahe und hauswirtschaftliche Dienstleistungen

Es kann sehr entlastend sein von anderen Menschen im eigenen Haushalt unterstützt zu werden oder auch einige Handgriffe abgeben zu können. Die haushaltsnahen und hauswirtschaftlichen Dienstleistungen bieten Ihnen diese Hilfen an. Die dafür entstehenden Kosten können bei Pflegebedürftigkeit von der Pflegeversicherung übernommen werden.

Unter diese Dienstleistungen fallen Tätigkeiten wie beispielsweise:

- ▶ Wäsche waschen und bügeln
- ▶ Vorhänge aufhängen
- ▶ Geschirr abspülen
- ▶ Essen zubereiten
- ▶ Wohnung säubern
- ▶ Aufräumen
- ▶ Fenster putzen
- ▶ Einkaufen

Diese Dienste unterstützen Sie in Ihrem unmittelbaren Wohnbereich. Daher sind z. B. Entrümpelungen oder auch „Stöbern der Wohnung“ nicht möglich.



Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg (Freiwilliges Soziales Jahr)

Der Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg bietet zusätzlich z.B. Gartenarbeit und Fahrten zum Arzt oder den Behörden. Grundsätzlich ist der Seniorenfahrdienst als „Zuhilfe“ für Sie im häuslichen Bereich gedacht und ersetzt in keinem Fall eine Haushaltshilfe.

Amt für Soziales der Stadt Wasserburg a.Inn

1. Obergeschoss, Zimmer 14
Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg

Ansprechpartner:

Frau Gerlinde Scheitzeneder

Telefon: 08071/ 105 14 · Fax: 08071/ 105 70

E-Mail: sozialamt@stadt.wasserburg.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr

Di & Do: 14.00 – 16.00 Uhr

Kosten :

4,00 €, je Stunde mit Fahrzeug

3,00 €, je Stunde ohne Fahrzeug





Caritas-Sozialstation Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Marina Rotter (Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 9063-0 oder 08071/ 9063-31

Fax: 08071/ 9063-63

E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de

oder Marina.Rotter@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-wasserburg.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 17.00 Uhr · Fr: 8.00 – 15.00 Uhr

Caritas-Sozialstation Wasserburg ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und die Gemeinden Albaching, Amerang, Babensham, Edling, Eiselfing, Griesstätt, Pfaffing, Ramberg, Rott am Inn, Soyen und Schonstett.

Bayerisches Rotes Kreuz BRK Servicezentrum Wasserburg

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414 · Fax: 08071/ 914416

E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de



Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Di: 14.30 – 18.00 Uhr

Do: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Fr: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Ambulanter Pflegeservice Bock

Färbergasse 7 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner: Frau Mirjam Bock

(Geschäftsführerin, Sozialwirtin (bfz-FH))

Telefon: 08071/ 913020 · Fax: 08071/ 913019

E-Mail: mirjambock@gmx.net

Internet: www.pflegeservice-bock.de

Ambulanter Pflegeservice Bock ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und im Umkreis von ungefähr 30 Kilometer.

Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf



Weberzipfel 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Svetlana Hauf

Telefon: 08071/ 10 48 75

oder 08071/ 90 37 684

Mobil: 0170/ 96 37 684

E-Mail: info@pflegedienst-hauf.de

Internet: www.pflegedienst-hauf.de



Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn und im Umkreis von ungefähr 20 Kilometer und umliegenden Gemeinden.



5. Unterstützung im Alltag

Unterstützungen im Alltag können das Leben abwechslungsreicher und einfacher machen.

5.1 Freiwillige in der Alltagsbegleitung (FRIDA)

Die Alltagshelfer sind einfach für Sie da, ob als Begleitung zum Einkaufen oder zum Theaterbesuch, zum Spaziergehen oder beim Friedhofsbesuch. Sie stehen Ihnen auch gerne nur zu einem Ratsch über alte Zeiten oder über alles was Sie interessiert und beschäftigt zur Verfügung. Auch unübersichtliche Unterlagen können gemeinsam geordnet werden und bei Arztbesuchen oder Behördengängen kann Unterstützung angeboten werden. Das Angebot der „Freiwilligen in der Alltagsbegleitung“ (FRIDA) ist ein leicht zugängliches Angebot für Menschen, die Geselligkeit wünschen und selbst nicht mehr so einfach alleine außer Haus kommen. Die Hauptsache ist dabei, gemeinsam schöne Stunden mit dem Helfer zu verbringen und gemeinsame Interessen zu teilen. Um FRIDA in Anspruch zu nehmen, muss keine Pflegebedürftigkeit vorliegen.

Falls Sie sich für das Angebot FRIDA interessieren, werden Sie gerne bei der Caritas über den Ablauf und die Kosten unverbindlich informiert und beraten.

Caritas-Zentrum Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Alexander Bongé (Dipl. Sozialpädagoge)

Telefon: 08071/ 90630 · Fax: 08071/ 906363

E-Mail: alexander.bonge@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-rosenheim.de



5.2 Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg (Freiwilliges Soziales Jahr)

Siehe unter dem Punkt „Haushaltsnahe und hauswirtschaftliche Dienstleistungen“ (siehe Seite 115)

5.3 Mobiler Werkzeugkoffer

Die Glühbirne gehört gewechselt, das Bild ist von der Wand gefallen, die Waschmaschine macht komische Geräusche, der Strauch im Garten muss zurückgeschnitten werden oder eine Lampe soll aufgehängt werden. Der eine oder andere kann diese Aufgaben nicht mehr selbst erledigen. Für diese kleinen handwerklichen Griffe gibt es den kostenfreien Mobilen Werkzeugkoffer. Dieser Dienst ist für Menschen im Alter, bei Krankheit, körperlichen Einschränkungen oder für finanziell bedürftige Menschen oder Familien gedacht. Ein kleines Team aus Ehrenamtlichen mit handwerklichen Geschick kommt zu Ihnen nach Hause, um Ihnen bei Ihrem Problem behilflich zu sein. Dauereinsätze und Entrümpelungs- oder Entsorgungsaktionen können nicht übernommen werden. Dieser Dienst wird über Spenden finanziert.

Falls Sie den Mobilen Werkzeugkoffer benötigen, nehmen Sie gerne Kontakt zu dem unten stehenden Ansprechpartnern auf.

Diakonisches Werk Rosenheim Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit

Klepperstr. 18 e · 83026 Rosenheim

Ansprechpartner: Herr Helmut Türk-Berkhan

Telefon: 08031/ 2351144

E-Mail: werkzeugkoffer@dwro.de

Kontaktzeiten:

Di: 9.00 – 12.00 Uhr · Do: 9.00 – 12.00 Uhr





6. Unterstützung bei Behördengängen

Es ist oft gar nicht so einfach sich im „Behördenschwung“ zurechtzufinden. Viele Menschen fühlen sich überfordert und hilflos, wenn ein Antrag bei einer Behörde gestellt werden muss oder ein Besuch in der Behörde ansteht. Und nicht selten kommt es vor, dass Menschen auf Leistungen verzichten, die ihnen eigentlich zustehen, weil es oft kompliziert ist, die Anträge richtig auszufüllen oder man auch wegen Ablehnungsbescheide verunsichert ist. Manchmal ist es auch schwierig, das „Behördendeutsch“ zu verstehen und man traut sich nicht nochmal nachzufragen. Um Ihnen ein Wegweiser zu sein, gibt es die so genannten Ämterlotsen.

Die geschulten und ehrenamtlich tätigen Ämterlotsen leisten:

- ▶ Bei Behördengängen begleiten
- ▶ Zwischen Behördenmitarbeiter und Ihnen vermitteln
- ▶ Zu einer entspannten Gesprächssituation beitragen
- ▶ Die Antragstellung unterstützen und vorbereiten

Die Ämterlotsen ersetzen jedoch keine Rechtsberatung oder Rechtsvertretung. Falls Sie die Unterstützung einer Ämterlotsin oder eines Ämterlotsen in Anspruch nehmen möchten, kontaktieren Sie die zentrale Rufnummer. Erst wird gemeinsam telefonisch Ihr Anliegen besprochen und Ihnen dann, ein für Sie passender Ämterlotse vermittelt. Dieser nimmt dann Kontakt mit Ihnen auf. Die Begleitung und Unterstützung durch die Ämterlotsen ist kostenfrei und vertraulich.

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite...

Ämterlotsen

Zentrale Rufnummer: 0171/ 7665224

Die beiden Vermittlungsstellen der Ämterlotsen sind:

Caritas-Zentrum Rosenheim

Reichenbachstraße 5
83022 Rosenheim

Ansprechpartner: Frau Hedwig Petzet

E-Mail: Hedwig.Petzet@caritasmuenchen.de

Internet: www.aemterlotsen-rosenheim.de



Diakonisches Werk Rosenheim

Klepperstraße 18
83026 Rosenheim

Ansprechpartner:

Herr Helmut Türk-Berkhan

E-Mail: kasa@diakonie-rosenheim.de

Internet: www.aemterlotsen-rosenheim.de





7. Fahrdienste

Sie haben einen **Termin beim Arzt** oder bei einer Behörde oder sind einfach nur zum Kaffeetrinken eingeladen. Nicht immer ist dann jemand von der Familie verfügbar, der Sie fahren kann. Öffentliche Verkehrsmittel fahren auch nicht immer zur passenden Zeit oder können aufgrund von körperlichen Einschränkungen nicht genutzt werden. In diesen Fällen stehen Ihnen verschiedene Fahrdienste zur Verfügung. Die Kosten der Fahrdienste sind unterschiedlich und können bei den jeweiligen Anbietern erfragt werden. Bei manchen Fahrten kann eine Kostenerstattung durch die Krankenkassen stattfinden. Die aufgeführten Angebote dienen für Sie zur Orientierung.

Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg (Freiwilliges Soziales Jahr)

Amt für Soziales der Stadt Wasserburg a.Inn

1. Obergeschoss, Zimmer 14
 Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg

Ansprechpartner:

Frau Gerlinde Scheitzeneder

Telefon: 08071/ 105 14
 Fax: 08071/ 105 70
 E-Mail: sozialamt@stadt.wasserburg.de
 Internet: www.wasserburg.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr
 Di & Do: 14.00 – 16.00 Uhr



Angebot:

- ▶ Fahrdienste für Einkaufsfahrten, Kurierfahrten, Besorgungen
- ▶ Fahrdienste zum Arzt
- ▶ Fahrdienste zu Behördengänge
- ▶ Fahrdienste für Krankenhausbesuche
- ▶ Fahrdienste für Freizeitaktivitäten (z. B. Privatbesuche, Kaffeetrinken)
- ▶ Fahrdienste im Umkreis von ca. 30 Kilometer von der Stadt Wasserburg a.Inn

Kosten :

4,00 €, je Stunde mit Fahrzeug | 3,00 €, je Stunde ohne Fahrzeug

Der Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg steht Ihnen von Mo – Do von 8.00 – 17.00 Uhr und Fr von 8.00 – 12.00 Uhr zur Verfügung

Die Johanniter Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ortsverband Wasserburg
 Schmerbeckstraße 10
 83512 Wasserburg a.Inn

DIE JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben

Ansprechpartner: Herr Markus Haindl

Telefon: 08071/ 9 55 66 · Fax: 08071/ 9 55 68
 Internet: www.johanniter.de/ hausnotruf



Angebot:

- ▶ Fahrdienste im Gelegenheitsverkehr (z. B. Einkaufsfahrten, Arzt, Behördengänge, Freizeitaktivitäten, Reisen)
- ▶ Krankenbeförderung (z. B. stationäre Fahrten, Dialyse, Chemotherapie, Strahlentherapie)
- ▶ Rollstuhltransport oder Liegendtransport möglich



Bayerisches Rotes Kreuz
BRK Servicezentrum Wasserburg
 Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner:
Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414
 Fax: 08071/ 914416
 E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de
 Internet: www.brk-rosenheim.de



Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
 Di: 14.30 – 18.00 Uhr
 Do: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr
 Fr: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Angebot:

- ▶ Fahrdienste im Gelegenheitsverkehr (z. B. Einkaufsfahrten, Arzt, Behördengänge, Freizeitaktivitäten, Reisen)
- ▶ Krankenförderung (z. B. stationäre Fahrten, Dialyse)
- ▶ Rollstuhltransport oder Liegendtransport möglich

Taxi Haindl

Am Burgfrieden 1 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Herr Andreas Haindl

Telefon: 08071/ 52 7220
 E-Mail: info@taxi-haindl.de
 Internet: www.taxi-haindl.de

Angebot:

- ▶ Fahrdienste im Gelegenheitsverkehr (z. B. Einkaufsfahrten, Arzt, Behördengänge, Freizeitaktivitäten)
- ▶ Kurierfahrten
- ▶ Fahrdienste zum Flughafen
- ▶ Krankenförderung (z. B. stationäre Fahrten, Dialyse, Chemotherapie, Strahlentherapie)
- ▶ Großraumtaxis verfügbar
- ▶ 24-Stunden-Service

Taxi Cotta

Wasserburg a.Inn · Ledererzeile 41

Ansprechpartner: Herr Ulrich Jungfels

Telefon: 08071/ 4400 83512



8. Hilfe bei der Entsorgung von Inkontinenzmaterial

Unter Inkontinenz versteht man einen unbeabsichtigten Abgang von Stuhl oder Urin. Als Hilfe gibt es dafür extra Inkontinenzmaterial. In der Stadt Wasserburg a.Inn wird der Restabfall gewogen. Durch das Inkontinenzmaterial entsteht mehr Restmüll, der die Kosten bei Entsorgung verteuert. Die Stadt Wasserburg unterstützt in diesem Falle alle Bewohner mit Hauptwohnsitz in Wasserburg a.Inn finanziell mit zwei Möglichkeiten.

Nähere Informationen und Beratung erhalten Sie bei der Abfallberatung.

Amt für Abfallwirtschaft der Stadt Wasserburg

2. Obergeschoss, Zimmer 20
Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg a.Inn

Herr Bernhard Schachner

Telefon: 08071/ 105 50 · Fax: 08071/ 105 70
E-Mail: abfallwirtschaft@stadt.wasserburg.de
Internet: www.wasserburg.de

Kontaktzeiten:

Mo – Fr: 8.00 – 12.00 Uhr
Mo – Do: 14.00 – 16.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Öffnungszeiten Wertstoffhof:

Di – Fr: 8.00 – 13.00 Uhr, 14 – 17.30 Uhr (werktags)
Sa: 8.00 – 13.30 Uhr (werktags)



	Restabfallkarte	Restabfalltonne
Entsorgungsmöglichkeit von Inkontinenzartikeln	Entsorgung mit der Restabfallkarte über den Restabfallcontainer am Wertstoffhof	Entsorgung über die Restabfalltonne zuhause
Information	Infoblatt oder im Internet unter www.wasserburg.de Rubrik „Abfallwirtschaft“	Infoblatt oder im Internet unter www.wasserburg.de Rubrik „Abfallwirtschaft“
Voraussetzung	Hauptwohnsitz im Privathaushalt, aktuelles ärztliches Attest über die bestehende Inkontinenz	Hauptwohnsitz im Privathaushalt, aktuelles ärztliches Attest über die bestehende Inkontinenz
Antragsformular	Formular und Infoblatt aufliegend in der Stadtverwaltung im Rathaus und am Wertstoffhof	Formular und Infoblatt aufliegend in der Stadtverwaltung im Rathaus und am Wertstoffhof
Beantragung	Persönlich in der Stadtverwaltung im Rathaus Zimmer 20 - 2. Stock	Schriftlich bei der Stadtverwaltung Marienplatz 2 83512 Wasserburg a. Inn
Kosten	Einmalig 5€ pro Karte in bar bei der Erstaussstellung	Keine
Abrechnung	Auswertung des Gewichtes über den Restabfallcontainer am Wertstoffhof	Auswertung des Gewichtes über die Restabfalltonne

Die Gebühr für die Restabfallgewichtsmenge, die 60 kg pro Haushaltsangehörigen im Jahr übersteigt wird jeweils erlassen. Die Abrechnung erfolgt jährlich im Februar für das zurückliegende Kalenderjahr. Die beiden Entsorgungsmöglichkeiten können auch kombiniert werden!



9. Hilfsmittelberatung

Heutzutage gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten Sie ganz persönlich nach Ihrem Bedarf im Alltag zu unterstützen. Dabei können Hilfsmittel oftmals eine wichtige Rolle spielen und für mehr Mobilität, Sicherheit, Wohlbefinden und Selbstständigkeit sorgen. Manchmal ist es möglich, durch nur kleine Veränderungen bereits große Wirkungen zu erzielen, sodass nicht nur die Selbstständigkeit im Alltag, sondern auch die eigene Lebensqualität gesteigert werden kann. Hilfsmittel können ganz unterschiedlich eingesetzt werden. Im folgenden Abschnitt erhalten Sie einen kurzen Überblick und einige Beispiele über die Versorgungsangebote:

Der Bereich „**Sanitätshaus**“ bietet ein vielfältiges Angebot an medizinischen Produkten, die zur Vorsorge und Therapie eingesetzt werden können. Hierzu zählen z. B. Kompressionsstrümpfe, Inhalationsgeräte, Inkontinenzprodukte, Brustprothesen, Blutdruckmessgeräte, Bandagen und Alltagshilfen z. B. Greifzangen oder Spezialbesteck.

Die „**Reha-Technik**“ umfasst im weiteren Sinne Hilfsmittel, die vorübergehend oder dauerhaft zur Unterstützung und Erleichterung im Alltag und zur Mobilisierung der Patienten verwendet werden. Hier können Sie auf Gehilfen wie Rollator, Badehilfen, Pflegebetten, Toiletten- und Rollstühle sowie Treppensteighilfen zurückgreifen.

Die „**Orthopädie-Technik**“ befasst sich mit der Herstellung von z. B. Schienen zur Unterstützung für Beine und Arme, unterstützende Bandagen aber auch angepasste Schuhe und Einlagen.

Unter bestimmten Voraussetzungen ist es möglich, dass Hilfsmittel von den Krankenkassen finanziell ganz oder teilweise übernommen werden, wenn eine ärztliche Verordnung vorliegt. In jedem Fall ist es ratsam die Hilfsmittel auch selbst auszutesten.



Die folgenden Anbieter informieren und beraten Sie gerne individuell und unverbindlich.

Merzendorfer Reha-Technik GmbH



Weberzipfel 8 · 83512 Wasserburg a.Inn

Telefon: 08071/ 7973 · Fax: 08071/ 6993

E-Mail: reha@merzendorfer.de · Internet: www.merzendorfer.de

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 8.30 – 12.30 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr

Auszug aus dem Leistungsangebot Merzendorfer Reha-Technik GmbH:

- ▶ Sanitätshaus
- ▶ Reha-Technik
- ▶ Orthopädie-Technik

Sanitätshaus Sax



Münchener Straße 16a
83527 Haag i. OB.

Telefon: 08072/ 37 39 37

Mobil (Notfall): 0175/ 540 18 94

Fax: 08072/ 37 39 38

E-Mail: info@orthosax.de · Internet: www.orthosax.de

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 8.00 – 12.30 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr

Sa: 9.00 – 13.00 Uhr

Auszug aus dem Leistungsangebot Sanitätshaus Sax:

- ▶ Sanitätshaus
- ▶ Reha-Technik
- ▶ Orthopädie-Schuhtechnik
- ▶ Medizinische Fußpflege



Pflege

Pflege – ein wichtiges Thema. Welche Möglichkeiten im Bereich der Pflege bestehen, können Sie im nachstehenden Abschnitt erfahren. In jedem Fall ist eine Beratung bei den nachfolgend aufgeführten Anbietern ratsam. Außerdem finden Sie zu diesem Thema unter der Rubrik „Beratung und Information“ weitere Beratungsmöglichkeiten.

1. Unterscheidung: Grundpflege und Behandlungspflege
2. Ambulante Pflege
3. Verhinderungspflege
4. Tagespflege (Teilstationär)
5. Kurzzeitpflege
6. Vollstationäre Pflege
7. Heimaufsicht
8. Hilfe und Unterstützung für pflegende Angehörige
- 9.1 Gesprächskreis für pflegende Angehörige
- 8.2 PflegePartner
9. Kurse für pflegende Angehörige
10. Betreuerische Hilfen, Betreuungsangebote, Besuchsdienste
11. Mobile Dienste
- 11.1 Friseurheimservice
- 11.2 Mobile medizinische Fußpflege

1. Unterscheidung: Grundpflege und Behandlungspflege

Zwei Arten von Leistungen stehen in der Pflege zur Verfügung: die Grundpflege und die Behandlungspflege. Die Grundpflege umfasst Leistungen der Pflegeversicherung und die Behandlungspflege umfasst Leistungen der Krankenversicherung.

Zur Grundpflege zählen pflegerische Hilfen in den Bereichen der Körperpflege, Ernährung, Mobilität und Prophylaxen (Vorbeugung). Hierbei übernimmt die Pflegeperson stellvertretend die Handgriffe, die der Pflegebedürftige nur teilweise oder nicht mehr alleine schafft und unterstützt dabei.

Beispielsweise umfasst die Grundpflege:

- ▶ Körperwäsche
- ▶ Haarpflege und Hautpflege
- ▶ Aus- und Ankleiden
- ▶ Mundpflege
- ▶ Hilfe bei Bewegung
- ▶ Hilfe bei der Nahrungsaufnahme

Zur Behandlungspflege zählen medizinische Leistungen, die auf ärztliche Verordnung durchgeführt werden.

Beispielsweise umfasst die Behandlungspflege:

- ▶ Medikamente verabreichen
- ▶ Blutzuckermessung
- ▶ Wundversorgung
- ▶ Kompressionsstrümpfe anziehen
- ▶ Katheter legen und wechseln
- ▶ Injektionen



2. Ambulante Pflege (Häusliche Pflege)

Bei der ambulanten Pflege bleibt der pflegebedürftige Mensch im gewohnten Umfeld. Die Pflegeleistungen werden durch Angehörige (z. B. Familienmitglieder, Freunde, Nachbarn) oder einem professionellen ambulanten Pflegedienst erbracht. Bei der ambulanten Pflege ist es aber auch möglich, diese beiden Optionen gemeinsam zu kombinieren. Das bedeutet, dass der pflegende Angehörige und der ambulante Pflegedienst genau absprechen, wer welche Pflegemaßnahmen übernimmt. Dadurch können pflegende Angehörige unterstützt und entlastet werden. Oft bieten die ambulanten Pflegedienste Beratungen zu Themen wie z. B. Inkontinenz oder Hilfsmittel an. Bei Bedarf wird eine palliative Pflege organisiert.

Wer kann die ambulante Pflege in Anspruch nehmen?

- ▶ Pflegebedürftige Menschen jeden Alters
- ▶ Kurzzeitig erkrankte Menschen
- ▶ Chronisch erkrankte Menschen
- ▶ Menschen mit Behinderung

Ambulante und Verhinderungspflege wird von folgenden Anbietern zur Verfügung gestellt. Gerne werden sie unverbindlich und kostenfrei über deren Leistungen informiert und individuell beraten.

Auf den nachfolgenden **Seiten 134 und 135** werden Ihnen Ambulante Pflegedienste in der Stadt Wasserburg a. Inn vorgestellt.

3. Verhinderungspflege

Die Verhinderungspflege kommt für pflegebedürftige Menschen in Betracht, die zwar grundsätzlich von einem Angehörigen im häuslichen Umfeld versorgt werden, denen es jedoch zeitweise nicht möglich ist, die Pflege sicherzustellen. Eine Verhinderungspflege kann z. B. bei Krankheit des pflegenden Angehörigen, Urlaub oder einer anderen Verhinderung in Anspruch genommen werden. **Jedes Jahr steht einem pflegebedürftigen Menschen ein bestimmtes Geldbudget von der Pflegeversicherung für die Verhinderungspflege zur Verfügung.** Dadurch können bis zu **6 Wochen jährlich Verhinderungspflege** gewährt werden. Eine Verhinderungspflege kann von einem professionellen Pflegeanbieter oder aber auch von anderen Angehörigen, Freunden oder Bekannten durchgeführt werden. Welche Leistungen im Rahmen einer Verhinderungspflege stattfinden sollen, wird vorab besprochen und richtet sich stets nach dem persönlichen Hilfebedarf.

Wer kann die Verhinderungspflege in Anspruch nehmen?

- ▶ Pflegebedürftige Menschen jeden Alters
- ▶ Chronisch erkrankte Menschen
- ▶ Menschen mit Behinderung

Auf den nachfolgenden **Seiten 134 und 135** werden Ihnen Ambulante Pflegedienste in der Stadt Wasserburg a. Inn vorgestellt die Angebote zur Verhinderungspflege anbieten.



Ambulanter Pflegedienst Bayerisches Rotes Kreuz

BRK Servicezentrum Wasserburg

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414

Fax: 08071/ 914416

E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Di: 14.30 – 18.00 Uhr

Do: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr

Fr: Mo: 9.00 – 12.30 Uhr



Ambulanter Pflegedienst Bayerisches Rotes Kreuz ist tätig:

Stadt Wasserburg und umliegenden Gemeinden

Ambulanter Pflegeservice Bock

Färbergasse 7 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner: Frau Mirjam Bock

(Geschäftsführerin, Sozialwirtin (bfz-FH))

Telefon: 08071/ 913020 · Fax: 08071/ 913019

E-Mail: mirjambock@gmx.net

Internet: www.pflegeservice-bock.de

Ambulanter Pflegeservice Bock ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn

und im Umkreis von ungefähr 30 Kilometer.

Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf



Weberzipfel 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Svetlana Hauf

Telefon: 08071/ 10 48 75

oder 08071/ 90 37 684

Mobil: 0170/ 96 37 684

E-Mail: info@pflegedienst-hauf.de

Internet: www.pflegedienst-hauf.de



Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf ist tätig:

Stadt Wasserburg a.Inn und im Umkreis von ungefähr 20 Kilometer

und umliegenden Gemeinden.

Caritas-Sozialstation Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Marina Rotter (Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 9063-0 oder 08071/ 9063-31

Fax: 08071/ 9063-63

E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de

oder Marina.Rotter@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-wasserburg.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 17.00 Uhr · Fr: 8.00 – 15.00 Uhr

Caritas-Sozialstation Wasserburg ist tätig: Stadt Wasserburg a.Inn

und die Gemeinden Albaching, Amerang, Babensham, Edling,

Eiselfing, Griesstätt, Pfaffing, Ramberg, Rott am Inn, Soyen

und Schonstett.



4. Tagespflege (Teilstationär)

Die Tagespflege ist besonders für pflegebedürftige Menschen gedacht, die zwar grundsätzlich von einem Angehörigen versorgt werden, denen es jedoch zeitweise im Tagesverlauf nicht möglich ist, die Pflege sicherzustellen. Gründe dafür können unterschiedlich und beispielsweise die eigene Berufstätigkeit oder eigene Termine des pflegenden Angehörigen sein. Die Tagespflege findet meist stationär in einer Einrichtung statt und bietet tagsüber Hilfe und Unterstützung. Neben Unterstützung bei der Pflege nach Bedarf, ist es oft möglich, an Bewegungs- und Beschäftigungsangeboten teilzunehmen. Die Tagespflege schafft Freiräume für die pflegenden Angehörigen und entlastet sie. Zu welchen Zeiten die Tagespflege genutzt werden möchte, kann individuell vereinbart werden.

Wer kann die Tagespflege in Anspruch nehmen?

- ▶ Pflegebedürftige Menschen jeden Alters
- ▶ Chronisch erkrankte Menschen
- ▶ Menschen mit Behinderung

Auf **Seite 139 - 141** werden Ihnen Pflegeeinrichtungen in der Stadt Wasserburg a. Inn vorgestellt, die Angebote bzgl. Kurzzeit-, Tages- und Vollzeitpflege vorhalten.

5. Kurzzeitpflege

Die Kurzzeitpflege kommt dann in Frage, wenn die Pflegebedürftigkeit einer Person über einen bestimmten Zeitraum andauert. Dieser Fall liegt beispielsweise nach einem **längeren Krankenhausaufenthalt vor, wenn die Person gesundheitlich noch nicht oder nicht mehr in der Lage ist, sich selbst zu Hause zu versorgen und ein Platz in der Rehabilitation oder einem Pflegeheim noch nicht frei ist.** Die **Organisation der Kurzzeitpflege** übernimmt in der Regel der **Sozialdienst im Krankenhaus**. Die Kurzzeitpflege kann jedoch auch im Krankheitsfall, bei **Verhinderung** oder **Urlaub** des **pflegenden Angehörigen** in Anspruch genommen werden. Durch die Kurzzeitpflege kann eine Versorgung des Pflegebedürftigen sichergestellt sein. Jedes Jahr steht einem pflegebedürftigen Menschen ein bestimmtes Geldbudget für die Kurzzeitpflege in einer stationären Einrichtung zur Verfügung. Dies entspricht **maximal 8 Wochen jährlich**.

Auf **Seite 139 - 141** werden Ihnen Pflegeeinrichtungen in der Stadt Wasserburg a. Inn vorgestellt, die Angebote bzgl. Kurzzeit-, Tages- und Vollzeitpflege vorhalten.

6. Vollstationäre Pflege

Oft fällt der Schritt in ein Pflegeheim nicht leicht – ein ganz neues Lebensumfeld und neue Menschen, an die man sich gewöhnen muss. Eine vollstationäre Pflege stellt dann eine Alternative dar, wenn eine ambulante (häusliche) Pflege oder eine teilstationäre Pflege nicht oder nicht mehr möglich ist. Da die Pflege vollstationär ist, kann „rund-um-die-Uhr“ ein hohes Maß an Sicherheit garantiert werden. Neben der pflegerischen Versorgung werden oft abwechslungsreiche Bewegungs- und Beschäftigungsangebote angeboten. Pflegeeinrichtungen unterstützen und organisieren für die Bewohner eine ärztliche und therapeutische Versorgung (z. B. Physiotherapie, medizinische Fußpflege). Bei der Wahl eines für Sie passenden Heimes, sollten Sie sich in jedem Fall beraten lassen und sich persönlich einen Eindruck von der Einrichtung machen. In manchen Einrichtungen ist es sogar möglich, dass der Ehepartner gemeinsam mit dem pflegebedürftigen Partner mit einzieht.

Wer kann die vollstationäre Pflege in Anspruch nehmen?

- ▶ Pflegebedürftige Menschen jeden Alters
- ▶ Chronisch erkrankte Menschen (z. B. bei Demenz)
- ▶ Menschen, die einer palliativen Versorgung bedürfen
- ▶ Menschen mit Behinderung

Auf **Seite 139 -141** werden Ihnen Pflegeeinrichtungen in der Stadt Wasserburg a. Inn vorgestellt, die Angebote bzgl. Kurzzeit-, Tages- und Vollzeitpflege vorhalten.

Altenheim Maria Stern

Auf der Burg 3 · 3512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Christian Eder (Heimleitung)

Telefon: 08071/ 102 88 25

Fax: 08071/ 102 88 50

E-Mail: christian.eder@stiftung.atl.de

Frau Brigitta Zahorsky
(Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 102 88 27

Fax: 08071/ 102 88 50

E-Mail: brigitta.zahorsky@stiftung.atl.de

Internet: www.stiftung.atl.de



Kurzprofil:

- ▶ Gesamtplätze: 73 Plätze
- ▶ Leistungen: pflegerische Versorgung nach Bedarf, soziale Betreuung
- ▶ Betreuungsangebote: z. B. Seniorengymnastik, Seniorentanz, Spaziergänge
- ▶ Möglichkeit einer Besichtigung und des „Probe-Wohnens“ besteht
- ▶ Tagespflege:
 - von ca. 7.30 – 16.00 Uhr (täglich)
 - je nach Absprache länger möglich (Halbtags/ Ganztags)
- ▶ Barrierefreiheit: Innen- und Außenbereich, Kräutergarten ist mit einem Aufzug erreichbar



Betreuungszentrum Wasserburg GmbH

Anton-Woger-Str. 1 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Herr Thomas Geßner
(Dipl.-Verwaltungswirt (FH), Einrichtungsleitung)

Telefon: 08071/ 9266-501 · Fax: 08071/ 9266-66
E-Mail: tg@krohn-leitmannstetter.de
Internet: www.krohn-leitmannstetter.de

Ansprechpartner: Herr Hamo Merdan
(Pflegerdienstleitung)

Telefon: 08071/ 9266-600 · Fax: 08071/ 9266-66
E-Mail: hm@krohn-leitmannstetter.de
Internet: www.krohn-leitmannstetter.de

Kurzprofil:

- ▶ Gesamtplätze: 182
- ▶ Leistungen: pflegerische Versorgung nach Bedarf, soziale Betreuung
- Betreuungsangebote: z. B. Gedächtnistraining, Sturzprophylaxe, Kochgruppen, Zeitungslesen, Ausflüge, Kooperationen mit Mehrgenerationenhaus und Kindergarten, Hundetherapie, Gottesdienste
- ▶ Zimmer: Möbel sind vorhanden, jedoch können eigene Möbel mitgebracht werden
- ▶ Haustiere: erlaubt (Versorgung obliegt dem Bewohner)
- ▶ Spezieller Wohnbereich für Chorea Huntington (Veitstanz) und Bereiche für Demenzerkrankte
- ▶ Möglichkeit einer Besichtigung und des „Probe-Wohnens“ besteht
- ▶ Tagespflege
 - von ca. 5.00 – 22.00 Uhr (täglich) je nach
 - Absprache möglich (Halbtags/ Ganztags)
 - Transfer von und nach Hause: durch Angehörige, Fahrdienste (Organisation obliegt Angehörigen)
- ▶ Barrierefreiheit: Innen- und Außenbereich



Caritas Alten- und Pflegeheim St. Konrad

Stadler Garten 4 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Herr Alexander Schmid (Pflegerdienstleitung)

Telefon: 08071/ 9077110
Fax: 08071/ 9077127
E-Mail: Alexander.schmid@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-altenheim-wasserburg.de



Kurzprofil:

- ▶ Gesamtplätze: 98 Plätze
- ▶ Leistungen: pflegerische Versorgung bei Bedarf, Nutzen des Aufenthaltsraumes (kein eigenes Zimmer), Verpflegung bei gemeinsamen Essen, soziale Betreuung
- ▶ Betreuungsangebote: z. B. Kreatives Basteln, Musizieren mit regelmäßigen Singkreisen, Kochen und Backen, hauseigene Haustiere (Hasen), Brett und Kartenspiele, Gehirnjogging, Training von Kraft und Balance, Spaziergänge und Ausflüge
- ▶ Zimmer: Möbel sind vorhanden, jedoch können eigene Möbel mitgebracht werden
- ▶ Möglichkeit einer Besichtigung und des „Probe-Wohnens“ besteht
- ▶ Haustiere: erlaubt (Versorgung obliegt dem Bewohner)
- ▶ Tagespflege:
 - von ca. 6.30 – 20.00 Uhr (Mo – Fr) je nach Absprache möglich (Halbtags/ Ganztags)
 - Transfer von und nach Hause: durch Angehörige, Fahrdienste (Organisation obliegt Angehörigen)
- ▶ Barrierefreiheit: Innen- und Außenbereich



7. Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtung – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA)

Die Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtung – Qualitätsentwicklung und Aufsicht – kurz FQA - wurde ehemals als **Heimaufsicht** bezeichnet. Die FQA stellt sicher, dass die Interessen und Bedürfnisse von alten, behinderten und pflegebedürftigen Menschen in ambulant betreuten Wohngemeinschaften, betreuten Wohngruppen und stationären Einrichtungen erkannt, beachtet und geschützt werden. Außerdem informiert und berät die FQA Einrichtungen, deren Träger und Bewohnerinnen und Bewohner z. B. über Rechte und Pflichten.

Die FQA kontrolliert und überwacht Einrichtungen, um mögliche Mängel festzustellen und Verbesserungen anzuordnen. Die Rechtsgrundlage der FQA, um tätig werden und überwachen zu dürfen, ist im Gesetz zur Pflege-, Betreuungs- und Wohnqualität im Alter und bei Behinderung (Pflege- und Wohnqualitätsgesetz) zu finden. Falls Sie mögliche Missstände (z. B. mangelnde Pflege, Misshandlung) vermuten, bietet die FQA die wichtige Möglichkeit, sich jederzeit vertraulich an sie zu wenden.

Landratsamt Rosenheim

Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtung – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (FQA)

Wittelsbacherstraße 53 ~ 83022 Rosenheim

Ansprechpartner: Herr Michael Schwägerl

Telefon: 08031/ 392-2439

E-Mail: fqa-heimaufsicht@lra-rosenheim.de

Internet: www.landkreis-rosenheim.de

8. Hilfe und Unterstützung für pflegende Angehörige

Wenn man mit einer Pflegesituation konfrontiert wird, ist es manchmal entlastend, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Oder man braucht selbst ein paar Stunden für sich, um wieder Kraft zu tanken. Hierfür stehen pflegenden Angehörigen einige Unterstützungsmöglichkeiten zur Verfügung.

8.1 Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Der Gesprächskreis für pflegende Angehörige bietet die Möglichkeit sich rund um das Thema Pflege mit Menschen in der gleichen Situation, auszutauschen. Oft erlauben solche Gespräche, die eigene Situation aus einem anderen Blickwinkel aus zu betrachten und neue Anregungen von anderen zu erhalten. Das Angebot eines Gesprächskreises richtet sich nach der Nachfrage.

Ähnliche Gesprächsmöglichkeiten für Angehörige können Sie unter der Rubrik „Hilfe und Entlastung bei Demenz“ nachlesen.

Caritas-Zentrum Wasserburg

Heisererplatz 7 ~ 83512 Wasserburg

Ansprechpartner: Herr Roland Legat (Dipl.-Soz.päd (FH))

Telefon: 08071/ 90630 · Fax: 08071/ 906363

E-Mail: roland.legat@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr

Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr



8.2 PflegePartner

Die so genannten PflegePartner können eine stundenweise Betreuung von pflegebedürftigen Menschen übernehmen und dadurch Angehörige entlasten. PflegePartner sind geschulte, ehrenamtliche Personen und arbeiten gegen eine Aufwandsentschädigung. Je nach Bedarf unterstützen die PflegePartner den Pflegebedürftigen. Je nach Interesse wird diese gemeinsame Zeit gestaltet mit z. B. Spaziergehen, Fotoalbum anschauen.

Durch einen ersten Hausbesuch kann festgestellt werden, ob „die Chemie“ zwischen dem Pflegebedürftigen und dem künftigen, festen PflegePartner stimmt. Für weitere Informationen werden Sie gerne kostenfrei beraten.

Caritas-Zentrum Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Herr Roland Legat (Dipl.-Soz.päd (FH))

Telefon: 08071/ 90630

Fax: 08071/ 906363

E-Mail: roland.legat@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-rosenheim.de



Kontaktzeiten:

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr

Fr: 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr

9. Kurse für pflegende Angehörige

Um die Pflege des eigenen Angehörigen bestmöglich zu gestalten, ist es hilfreich, wenn man von einem geschulten Fachpersonal praktische Tipps und Techniken gezeigt bekommt. Diese Schulung wird im eigenen häuslichen Umfeld gemeinsam mit dem pflegebedürftigen Angehörigen durchgeführt. Dadurch kann am besten auf die Bedürfnisse bei der Unterstützung und die häusliche Umgebung eingegangen werden. Diese Schulung kann von den Angehörigen in der Regel 2 Stunden pro Jahr in Anspruch genommen werden. Dabei ist es aber auch möglich, die Zeit auf mehrere Besuche und mehrere Themen aufzuteilen.

Mögliche Schulungspunkte könnten sein:

- ▶ Lagerungstechniken
- ▶ Hilfsmittelversorgung
- ▶ Rückenschonende Transfer-Methoden (z. B. vom Bett in den Rollstuhl)
- ▶ Pflegetipps
- ▶ Möglichkeiten zur Mobilisierung

Die Kosten für diese Schulungsmaßnahmen werden von der Pflegekrankenkasse getragen.

Caritas-Sozialstation Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:

Frau Marina Rotter (Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 9063-0 oder 08071/ 9063-31

Fax: 08071/ 9063-63

E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de

oder Marina.Rotter@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-wasserburg.de



Kontaktzeiten: Mo – Do: 8.00 – 17.00 Uhr · Fr: 8.00 – 15.00 Uhr



10. Betreuerische Hilfen/ Betreuungsangebote/ Besuchsdienste

Einen Familienangehörigen oder einen engen Freund zu pflegen, kostet Kraft und vor allem Zeit. Daher ist es wichtig zu wissen, welche möglichen Angebote unterstützen und entlasten können. Die Kosten für diese Leistungen werden bei Menschen mit einem Pflegegrad durch die Pflegekasse übernommen. Besuchs- und Betreuungsdienste richten sich besonders an Seniorinnen und Senioren, die das eigene zu Hause nur schwer verlassen können. Gleiches gilt bei einer Demenzerkrankung.

Diese umfassen beispielsweise:

- ▶ Gesellschaft leisten
- ▶ Zeit für reden und zuhören
- ▶ Spiele spielen
- ▶ Bei Besuchen und Terminen begleiten
- ▶ Spaziergehen

Außerdem können Sie sich gerne bei den örtlichen Pfarreien erkundigen, ob Besuchsdienste oder Betreuungsdienste momentan angeboten werden.

Ambulanter Pflegedienst
Bayerisches Rotes Kreuz
BRK Servicezentrum Wasserburg
Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn



Ansprechpartner: Frau Martina Linhuber
Telefon: 08071/ 914414 · Fax: 08071/ 914416
E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de
Internet: www.brk-rosenheim.de

Ambulanter Pflegeservice Bock

Färbergasse 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Mirjam Bock
(Geschäftsführerin, Sozialwirtin (bfz-FH))

Telefon: 08071/ 913020 · Fax: 08071/ 913019

E-Mail: mirjambock@gmx.net · Internet: www.pflegeservice-bock.de



Ambulante Senioren- und Krankenpflege Svetlana Hauf



Weberzipfel 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Svetlana Hauf

Telefon: 08071/ 10 48 75 oder 08071/ 90 37 684

Mobil: 0170/ 96 37 684 · E-Mail: info@pflegedienst-hauf.de

Internet: www.pflegedienst-hauf.de

BRK-Besuchsdienst | BRK Servicezentrum Wasserburg

Im Hag 13 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner: Frau Martina Linhuber

Telefon: 08071/ 914414 · Fax: 08071/ 914416

E-Mail: linhuber@kvrosenheim.brk.de

Internet: www.brk-rosenheim.de

Caritas-Sozialstation Wasserburg

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn

Ansprechpartner:
Frau Marina Rotter (Pflegedienstleitung)

Telefon: 08071/ 9063-0 oder 08071/ 9063-31

E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de

oder Marina.Rotter@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-wasserburg.de





11. Mobile Dienste

Manchmal ist vielleicht nicht möglich, wegen einer körperlichen Einschränkung das Haus zu verlassen. Oder vielleicht fährt der Bus oder die Bahn nicht zur rechten Zeit zum Friseur- oder Fußpflegetermin. Für diese Lebensbereiche gibt es mobile Dienste, die zu Ihnen nach Hause kommen.

11.1 Friseurheimservice

Der mobile Friseurheimservice kann im Stadtgebiet Wasserburg und umliegenden Gemeinden angeboten werden. Für einen Hausbesuch ist ein Termin zu vereinbaren.

Friseurheimservice Frau Johanna Danielczyk

83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 5 05 18
Mobil: 0172/ 8 61 60 00

11.2 Mobile medizinische Fußpflege

Die mobile medizinische Fußpflege kann im Stadtgebiet Wasserburg und im Umkreis von ungefähr 20 Kilometer in Anspruch genommen werden. Neben der klassischen Nagelbehandlung und der Beratung für die Pflege Ihrer Füße, bietet der mobile Dienst auch die Behandlung von Risikopatienten z. B. bei Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) an.

Weitere Informationen über das Behandlungsangebot und Terminvereinbarung bei:

Studio Individuell, Inh. Annette Küspert

Färbergasse 19 · 83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 92 47 16 · Mobil: 0171/ 729 54 39
E-Mail: studio-individuell@web.de · Internet: www.studio-individuell.de

Öffnungszeiten:

Mo: 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Di: Hausbesuche
Mi: Hausbesuche
Do: 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr
Fr: 9.00 – 13.00 Uhr
Und nach Vereinbarung

Info: Bei Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) kann vom zuständigen Arzt ein Rezept für die medizinische Fußpflege ausgestellt werden. Dann können die Kosten anteilig von der jeweiligen Krankenkasse übernommen werden



Hilfe & Entlastung bei Demenz

Das Thema „Demenz“ ist mit Blick auf die immer älter werdende Bevölkerung in Deutschland ein wichtiges Thema. Das Risiko an einer Demenz zu erkranken erhöht sich mit zunehmendem Alter. Derzeit leben ungefähr 1,5 Millionen Menschen in Deutschland mit einer Demenz. Doch was ist die Demenz eigentlich? Unter Demenz versteht man ein Muster aus verschiedenen Symptomen, also Krankheitszeichen gemeint. Für eine Demenz gibt es verschiedene Ursachen, wobei die Alzheimer-Krankheit die häufigste Ursache ist.

Mögliche Hinweise auf Demenz

- ▶ Beeinträchtigung des Gedächtnisses, sich Dinge zu merken
- ▶ Beeinträchtigung der Aufmerksamkeit, sich auf eine Sache zu konzentrieren
- ▶ Beeinträchtigung der Sprache, sich in Wort und Schrift auszudrücken und andere zu verstehen
- ▶ Beeinträchtigung des Denkvermögens und der Auffassungsgabe, sich Zusammenhänge selbst erschließen zu können
- ▶ Beeinträchtigung der Orientierung, sich in Situationen örtlich und zeitlich zurechtzufinden

Wenn diese geistigen (kognitiven) Fähigkeiten soweit beschränkt sind, macht sich das bei gewohnten Alltagstätigkeiten bemerkbar. Alltägliche Tätigkeiten, die vorher ohne Probleme gemeistert wurden, sind für Menschen mit Demenz oft nicht mehr einfach zu erledigen. Außerdem kann zu den geistigen (kognitiven) Einschränkungen auch eine Veränderung z. B. im sozialen Verhalten, der Stimmung oder im Bezug zur Wirklichkeit auftreten.

Wichtig ist zu wissen ist, dass jede Demenz unterschiedlich ist und verschiedene Muster vorliegen können. Demenzerkrankungen unterscheiden sich außerdem in ihrem Ausprägungsgrad. Das bedeutet, dass nur leichte Veränderungen oder erhebliche Einschränkungen der eigenen Selbstständigkeit vorliegen können.



Ursachen und Formen von Demenz

Was passiert bei einer Demenzerkrankung?

Ungefähr 80 % aller Demenzerkrankungen werden durch Erkrankungen des Gehirns verursacht. Dabei gehen allmählich Nervenzellen des Gehirns verloren (Neurodegenerative Krankheit). Hierzu zählen die Alzheimer-Krankheit, die Lewy-Körperchen-Krankheit und Krankheiten des Stirnhirns (Frontotemporale Degenerationen).

Die Gründe, weshalb Nervenzellen dabei verloren gehen, ist oft noch nicht geklärt. Die Alzheimer-Krankheit ist die häufigste Form von Demenz.

Die zweithäufigste Ursache für eine Demenz, sind Erkrankungen der Blutgefäße des Gehirns (Vaskuläre Demenz). Gefäßerkrankungen treten vor allem bei älteren Menschen auf und können auch gemeinsam mit einer Alzheimer-Krankheit auftreten. Es gibt noch viele weitere Auslöser für Demenzen. Das können unter anderem Infektionen, Tumore und Verletzungen des Gehirns oder des Kopfes sein.

Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz (2016): Demenz. Das Wichtigste. Ein kompakter Ratgeber. 2. Aufl. Berlin: Meta Druck.



Alzheimertelefon

Angehörige, Betroffene, aber auch professionelle Helfer suchen Antworten auf ihre Fragen zu Demenz und speziell zur Alzheimer Krankheit.

Nicht alle Antworten lassen sich im Internet finden. Deshalb gibt es das Alzheimer-Telefon der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.

Unter der Servicenummer 01803-17 10 17* und unter der Festnetznummer 030 - 2 59 37 95 14 beantwortet ein multiprofessionelles Team Ihre Fragen.

Beratungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 18.00 Uhr und Freitag von 9.00 bis 15.00 Uhr.

(*Telefonkosten bei Anrufen aus dem deutschen Festnetz 9 Cent pro Minute, Anrufe aus dem Ausland oder den Handynetzen sind unter dieser Nummer nicht möglich).





Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz

Gemeinsam Zeit verbringen! Die Betreuungsgruppe ist für Menschen mit Demenz gedacht. Unabhängig vom Ausprägungsgrad der Demenz oder Einschränkungen im Alltag, stehen in den gemeinsamen Gruppenstunden Freude und das Zusammensein im Mittelpunkt. Die Betreuungsgruppe wird von einer Fachkraft und 2 bis 4 Helferinnen und Helfer geleitet. Da die Gruppe mit 4 bis 6 Teilnehmern überschaubar ist, ist es sogar möglich neben dem geselligen Miteinander, eine 1:1 Betreuung anzubieten. Eine Anmeldung für die Teilnahme an der Betreuungsgruppe ist notwendig. Die Teilnahme ist mit Kosten verbunden, jedoch ist es von Fall zu Fall möglich, dass die Pflegekasse so genannte Entlastungsleistungen dazuzahlt. Außerdem kann der Seniorenfahrdienst der Stadt Wasserburg (Bundesfreiwilligendienst) gegen Bezahlung als Hol-und-Bring-Dienst in Anspruch genommen werden.

Was bieten wir? Je nach Jahreszeit Beschäftigungsangebote

Wann? Jeden Mittwoch von 14.00 bis 17.00 Uhr

Wo sind wir zu finden?

Die gemeinsamen Gruppentreffen finden statt im Mehrgenerationenhaus Burgau/ Wasserburg
Willi-Ernst-Ring 19 · 83512 Wasserburg a.Inn

Wo kann ich mich informieren und anmelden?

Caritas-Zentrum Wasserburg
Ansprechpartner: Herr Roland Legat
(Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Zentrumsvertreter)

Heisererplatz 7 · 83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 9063 0 · E-Mail: roland.legat@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-wasserburg.de



Gesprächskreis für Angehörige von Personen mit Demenzerkrankung

Als Unterstützungsmöglichkeit gibt es einen offenen Gesprächskreis für Angehörige im Inn-Salzach-Klinikum in Wasserburg. Es ist keine Anmeldung erforderlich und das Angebot ist kostenfrei.

Was bieten wir?

- ▶ Gegenseitigen Erfahrungsaustausch im Gespräch
- ▶ Informationen und Tipps im Umgang
- ▶ Klärung von Fragen zur Alltagsbewältigung

Wann?

Jeden 1. Donnerstag im Monat von 14.30 bis 16.00 Uhr

Wo sind wir zu finden?

kbo-Inn-Salzach-Klinikums



Gabersee 7 · 83512 Wasserburg a.Inn
Im Direktions- und Verwaltungsgebäude (Haus 7)
Erdgeschoss, Zimmer 109

Wo kann ich mich informieren?

Ansprechpartner: Frau Waltraud Wolfegger
(Dipl.-Sozialpädagogin (FH))

Telefon: 08071/ 71-301
E-Mail: Waltraud.Wolfegger@kbo.de
Internet: www.kbo-isk.de



„Hilfe beim Helfen“ – Kurs für Angehörige von Menschen mit Demenz

Manchmal braucht man selbst Hilfe oder Unterstützung beim Helfen. Dafür hat die Deutsche Alzheimer Gesellschaft ein Seminar entwickelt. Das Kursprogramm über 7 Abende behandelt unterschiedliche Themen. Hierbei können vielleicht andere Sichtweisen auf die Erkrankung und den Umgang herausgefunden werden. Eine Anmeldung ist erforderlich und die Teilnahme ist kostenfrei.

Was bieten wir?

- ▶ Wissenswertes über Demenz
- ▶ Betrachtung der veränderten Verhaltensweisen
- ▶ Informationen zu Recht (u. a. Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsrecht)
- ▶ Auseinandersetzung mit der individuellen Situation
- ▶ Informationen zur Pflegeversicherung
- ▶ Hilfen zur Alltagsbewältigung
- ▶ Entlastung für Angehörige

Wann?

Das Kursangebot findet 2-mal jährlich, jeweils dienstags von 17.00 bis 19.00 Uhr statt.



Wo sind wir zu finden?

kbo-Inn-Salzach-Klinikums



Gabersee 7 · 83512 Wasserburg a.Inn
Im Direktions- und Verwaltungsgebäude (Haus 7)
Erdgeschoss, Zimmer 113

Wo kann ich mich informieren und anmelden?

Ansprechpartner:

Frau Waltraud Wolfegger (Dipl.-Sozialpädagogin (FH))

Telefon: 08071/ 71-301 · E-Mail: Waltraud.Wolfegger@kbo.de

Internet: www.kbo-isk.de

Ansprechpartner:

Bei Frau Silke Grasser (Dipl.-Sozialpädagogin (FH))

Telefon: 08071/ 71-8581 · E-Mail: Silke.Grasser@kbo.de

Internet: www.kbo-isk.de





Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter

Noch immer findet das Thema Vorsorge bei zu wenigen Menschen Beachtung. Jedoch ist Vorsorge ein Thema, das alle Menschen betrifft. Es ist ratsam wichtige Angelegenheiten für schwierige Zeiten und Notsituationen z. B. einen Unfall, eine Erkrankung oder das Nachlassen der eigenen geistigen Fähigkeiten, im Vorfeld selbstverantwortlich und nach eigenen Wünschen zu regeln. Dadurch können auch Angehörige entlastet werden.

Die nachstehenden Vorsorgemöglichkeiten dienen einem groben Überblick. Weitere Informationen zu Vorsorgemöglichkeiten erhalten Sie über das Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz im Internet unter www.bmjv.de. Es ist in jedem Falle ratsam, sich persönlich rechtliche Beratung einzuholen.



1. Die Vorsorgevollmacht

Tritt der Fall ein, dass man selbst nicht mehr in der Lage ist, Erklärungen abzugeben, kann man durch eine **Vorsorgevollmacht** eine andere **Vertrauensperson** dazu **bevollmächtigen**. Durch eine Vorsorgevollmacht kann eine gesetzliche Betreuung vermieden werden. Die Vorsorgevollmacht kann auch auf mehrere Personen übertragen werden. Durch diese Vorsorgevollmacht ist die Vertrauensperson berechtigt, **vermögensrechtliche Angelegenheiten** und **persönliche Angelegenheiten zu regeln**. Diese Angelegenheiten können z. B. eine Kontovollmacht, Erklärungen zu gesundheitlichen Angelegenheiten oder auch der Abschluss eines Heimvertrages sein. Eine Vorsorgevollmacht kann auch nur bestimmte Angelegenheiten betreffen. Aus diesem Grund ist es zu empfehlen, die Vorsorgevollmacht in schriftlicher Form festzuhalten und notariell beglaubigen zu lassen. Eine rechtliche Beratung ist in jedem Falle empfehlenswert.

2. Die Betreuungsverfügung

Eine Betreuungsverfügung kann in Fällen zu tragen kommen, wenn man seine Angelegenheiten aufgrund einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung oder Erkrankung nicht oder nur teilweise regeln kann. Das **Vormundschaftsgericht bestellt** dann eine **gesetzliche Betreuung**. Mit einer **Betreuungsverfügung** können Sie im **Vorfeld festlegen**, wer diese **Aufgabe übernehmen** soll. Dies betrifft z. B. den Bereich der pflegerischen und gesundheitlichen Versorgung sowie der Verwaltung des eigenen Vermögens. Die eigene Betreuungsverfügung wird vom Vormundschaftsgericht vorrangig berücksichtigt. Eine Verfügung in schriftlicher Form und eine rechtliche Beratung ist in jedem Falle empfehlenswert.



3. Die Patientenverfügung

Durch eine Patientenverfügung können Sie für den Fall Vorsorge treffen, wenn Sie als Patient Ihren eigenen Willen nicht äußern und keine Entscheidungen mehr treffen können. Darin legen Sie fest, wie und ob eine medizinische Weiterbehandlung stattfinden soll.

Beispielsweise können Sie in einer Patientenverfügung regeln:

- ▶ Organspende
- ▶ Umfang von Wiederbelebungs- und lebenserhaltenden Maßnahmen
- ▶ Entbindung von der Schweigepflicht

Eine Verfügung in schriftlicher Form und eine rechtliche Beratung ist in jedem Falle empfehlenswert. Außerdem ist es möglich die Patientenverfügung mit Ihrem Hausarzt oder einem anderen Arzt Ihres Vertrauens zu besprechen. Hier können Sie sich Informationen über mögliche Maßnahmen, Chancen und Risiken einholen.

Weitere Informationen können Sie durch den Jakobus-Hospizverein e.V. (siehe S. 172) erhalten.



4. Testament und Erbvertrag

Die Regelung Ihres Nachlasses sollte frühzeitig geregelt sein. Falls Sie keine Erbregelungen in einem Testament oder einem Erbvertrag festlegen, gilt die gesetzliche Erbfolge.

Das Testament muss entweder eigenhändig geschrieben (privatschriftliches Testament) mit Vor- und Zunamen, Datum, Ort und eigenhändiger Unterschrift versehen werden.

Das Testament kann auch von einem Notar verfasst (notarielles Testament) werden. Diese Regelungen gelten auch, wenn Ehegatten oder Lebenspartner ein gemeinschaftliches Testament verfassen möchten. Die Möglichkeit ein Testament aufzubewahren, kann zu Hause, bei einer Vertrauensperson, bei einem Notar oder dem Amtsgericht sein.

Ihren Nachlass können Sie auch durch einen Erbvertrag regeln. Hierzu muss ein Notar hinzugezogen und ein Erbvertrag verfasst werden. Alle Beteiligten müssen anwesend sein. Im Allgemeinen regelt ein Erbvertrag die Verteilung Ihres Nachlasses wie ein Testament.

Bei Fragen rund um das Thema Testament und Erbvertrag, stehen Ihnen Rechtsanwälte und Notare zur Verfügung.

5. Bestattungsverfügung

Eine Vorsorge für den eigenen Todesfall kann eine große Entlastung für Betroffene und Angehörige sein. Mit Hilfe einer professionellen Beratung können im Vorhinein viele Missverständnisse aufgeklärt werden. In einer Bestattungsverfügung können Einzelheiten der Bestattung, wie Art und Ablauf, persönliche Gestaltungswünsche und mögliche Abneigungen festgehalten werden. Eine schriftliche Form wird empfohlen.



6. Vorsorgevertrag

Mit einem Vorsorgevertrag werden wie bei der Bestattungsverfügung die Einzelheiten der Bestattung festgelegt. Jedoch werden bei diesem Vorsorgevertrag die Kosten der Bestattung bereits zu Lebzeiten getragen.

Dies kann beispielsweise durch folgende Möglichkeiten geschehen:

- ▶ Einzahlen auf ein zweckgebundenes, privates Bankkonto
- ▶ Einzahlen auf ein Treuhandkonto (zweckgebundenes Konto)
- ▶ Abschließen einer privaten Sterbegeldversicherung

7. Dauergrabpflege

Ein Friedhof kann für viele Menschen ein sehr bedeutsamer Ort sein – ein Ort, der Trost spendet. Die Grabstelle ist der Ort, an dem man trauern, gedenken und sich an geliebte Angehörige erinnern kann. Dabei kann ein gepflegtes Grab ein Zeichen der Zuneigung und Erinnerung sein. Für die meisten Hinterbliebenen ist es eine Selbstverständlichkeit, sich um das Grab ihres Angehörigen zu kümmern. Manchmal aber ist es aus verschiedenen Gründen nicht mehr möglich, die Grabpflege alleine zu betreiben. Und manchmal möchten sich Menschen auch bereits vorsorglich mit dem Thema Grabpflege beschäftigen und diese organisieren. Aus diesem Grund gibt es die so genannte Dauergrabpflege. Die Dauergrabpflege wird oft von Gärtnereien oder auch Ehrenamtlichen angeboten. Welche Leistungen für die Pflege des Grabes übernommen werden, wie z. B. regelmäßiges Gießen, Entfernen von Unkraut oder Bepflanzen, wird mit Ihnen individuell vereinbart. Und auch die Gestaltung des Grabes richtet sich nach Ihren persönlichen Wünschen.



8. Wohnungs- und Haushaltsauflösung

Unterschiedliche Anlässe führen dazu, dass Menschen ihr zu Hause verlassen müssen. Dabei ist es für die Betroffenen oder deren Angehörigen nicht immer möglich, die Auflösung einer Wohnung oder eines Haushaltes selbst zu organisieren. Eine Wohnungs- oder Haushaltsauflösung sollte im Vorherein gut organisiert werden. Dadurch können Zeit und Kosten gespart werden. Daher kann es sinnvoll sein, sich Unterstützung von professionellen Anbietern zu organisieren. Informationen über die Leistungen und damit verbundenen Kosten erhalten Sie auf Anfrage.

SoWas Sozialkaufhaus Wasserburg des Diakonischen Werkes Rosenheim

Rosenheimer Str. 8
83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 9225969
Fax: 08071/ 9225974
Internet: www.diakonie-rosenheim.de

Kontaktzeiten:

Mo – Di: 9.00 – 17.00 Uhr
Mi: 9.00 – 12.00 Uhr
Do – Fr: 9.00 – 17.00 Uhr



9. Sicherheit durch kriminalpolizeiliche Beratung

Häufig machen sich viele Betrüger und Diebe die Hilfsbereitschaft älterer Menschen zu Nutze. Um selbst darauf vorbereitet zu sein und wie man in diesen Situationen richtig reagiert, gibt es für Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich bei der örtlichen Polizeidienststelle persönlich beraten zu lassen. Neben der persönlichen Beratung können umfassende Vorträge auf Nachfrage über aktuelle Themen organisiert werden, wie z. B.

- ▶ Gefahren an der Haustüre, am Telefon (z. B. Enkeltrick)
- ▶ Gefahren im Internet
- ▶ Gefahren unterwegs (z. B. Kaffeefahrten, Handtaschenraub, Taschendiebstahl)
- ▶ Gefahren in der Pflege (z. B. Misshandlung, Vernachlässigung)
- ▶ Wohnungs- und Haussicherung (z. B. Aufbewahren von Wertgegenständen)

Tipps zum Thema Sicherheit und zu vorbeugenden Maßnahmen sowie Informationsmaterial, erhalten Sie in der örtlichen Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle. Gerne können Sie sich auch darüber im Internet unter www.polizei-beratung.de informieren.

Einzelberatungen für interessierte Seniorinnen und Senioren:

Polizeiinspektion Wasserburg a.Inn

Kaspar-Aiblinger-Platz 5 · 83512 Wasserburg a.Inn

**Ansprechpartner: Herr PHM Bastian Kückel
(Präventionsbeamter)**

Telefon: 08071/ 9177-0

Fax: 08071/ 9177-19



Wenn Sie sich zur Sicherung der eigenen Wohnung und des Hauses beraten lassen möchten, können Sie gerne einen kostenlosen Termin mit Herrn Kriminalhauptkommissar Moritz vereinbaren. Dieser berät Sie bei Ihnen Zuhause, wie Sie sich besser gegen Einbruch schützen können.

**Ansprechpartner:
Kriminalhauptkommissar Wolfgang Moritz**

Kaiserstraße 32 · 83022 Rosenheim

Telefon: 08031/ 200 37 12

Fax: 08031/ 200 30 99





Begleitung auf dem letzten Weg

Wir können gelegentlich einen kranken Menschen auf dem Weg seiner körperlichen Gesundheit verfolgen, und manchmal dürfen wir ihn als Sterbenden auf dem Weg seiner Heilung begleiten.

Dr. med. Hans Dworzak, Palliativarzt Mühldorf a.Inn

1. Unterschiede zwischen Palliativversorgung und Hospizversorgung
2. Palliativversorgung
 - 2.1 Ambulante palliative Versorgung
 - 2.2 Stationäre palliative Versorgung
 - 2.3 Palliativmedizinischer Dienst
3. Jakobus Hospizverein e.V.
 - 1.1 Beratungsangebote
 - 1.2 Hospiz- und Trauerbegleitung
 - 1.3 Trauergruppen
 - 1.4 Trauercafé

1. Unterschiede zwischen Palliativversorgung und Hospizversorgung

Bei einer Palliativversorgung stehen **Menschen im Mittelpunkt**, die an einer fortschreitenden oder **unheilbaren Krankheit** erkrankt sind. Der Begriff „Palliativ“ leitet sich vom lateinischen Wort „Pallium“ ab und bedeutet „Mantel“. In der palliativen Versorgung geht es nicht darum, die Erkrankung zu heilen, sondern vielmehr darum, **belastende Symptome wie z. B. Schmerzen, Schlafstörungen, Ermüdung, Kraftlosigkeit, Übelkeit und Atembeschwerden zu lindern**. Aber nicht nur körperliche Symptome, sondern auch eine mitmenschliche und **seelische Begleitung** findet in der palliativen Versorgung ihren festen Platz. Die Behandlung und Fürsorge in der Palliativversorgung ist speziell auf die Bedürfnisse des erkrankten Menschen ausgerichtet, um somit Lebensqualität in der verbleibenden Zeit sicherzustellen.

Aus diesem Grund ist es wichtig, dass die Palliativversorgung Menschen mit einer lebensbegrenzenden Krankheit von Anfang an begleitet.

Eine palliative Betreuung bedeutet nicht, dass man in unmittelbarer Zukunft sterben wird. Die Betreuung beginnt dann, wenn klar wird, dass keine Heilung mehr möglich ist. Dieses Konzept bindet auch Angehörige und deren Bedürfnisse mit ein. Das **Palliativ-Team** besteht aus verschiedenen palliativmedizinisch ausgebildeten Berufsgruppen wie z. B. **Palliativ-Ärzte, Palliativ-Pflegekräfte, Psychologen, Therapeuten, ehrenamtliche Begleiter und Seelsorger**. Die Palliativversorgung kann **stationär oder ambulant** stattfinden.

Ein **Hospiz** (lateinisch hospitium = Herberge) wird als Herberge für schwerkranke Menschen in der letzten Lebensphase gesehen. In dieser Einrichtung wird eine häusliche Atmosphäre für den Betroffenen und dessen Angehörige geschaffen und die notwendige medizinische und pflegerische Versorgung zur Verfügung gestellt. In einem Hospiz



arbeiten Teams aus verschiedenen Berufsgruppen wie z. B. Ärzte, Pflegekräfte, Psychologen, Therapeuten, ehrenamtliche Begleiter und Seelsorger zusammen. Manchmal bieten Hospize die Möglichkeit, Patienten nur über den Tag zu betreuen und zu versorgen. Hospize begleiten die Betroffenen beim würdevollen Sterben.

2. Palliativversorgung

Im folgenden Abschnitt werden die lokalen Möglichkeiten zur ambulanten palliativen Versorgung und stationären palliativen Versorgung dargestellt. Gerne werden Sie persönlich und auf Ihre Situation abgestimmt informiert und beraten. Weitere Informationen zur Palliativversorgung finden Sie unter www.palliativ-portal.de im Internet. Die Kosten für eine Palliativversorgung werden von den jeweiligen Krankenkassen übernommen.

2.1 Ambulante palliative Versorgung

Die meisten Menschen äußern den Wunsch, die ihnen verbleibende Zeit zu Hause in der vertrauten Umgebung zu verbringen.

Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) dient Menschen mit einer unheilbaren und fortschreitenden Erkrankung in der häuslichen Umgebung, um zu Hause optimal versorgt zu sein. Die SAPV ergänzt dabei bereits bestehende Möglichkeiten zur ambulanten Versorgung und unterstützt niedergelassene Hausärzte und Fachärzte und die lokalen ambulanten Pflege- und Hospizdienste bei der Palliativversorgung. Dabei bietet das so genannte SAPV-Team, das aus Palliativ-Ärzten, Palliativ-Pflegekräften, Therapeuten, Psychologen und Seelsorgern besteht und eng mit Hospizvereinen zusammenarbeitet, Unterstützung. Die SAPV muss von einem Hausarzt oder Krankenhausarzt verordnet werden.



Das SAPV-Team leistet unter anderem:

- ▶ Betreuung in der häuslichen Umgebung (z. B. zu Hause, Pflege- oder Altenheim)
- ▶ Linderung von belastenden Symptomen (z. B. Schmerzen, Übelkeit, Atemnot, Angst)
- ▶ Versorgung mit Medikamentenpumpen und entlastenden Punktionen
- ▶ Erreichbarkeit und Verfügbarkeit rund um die Uhr
- ▶ Vermeiden von unerwünschten Klinikeinweisungen
- ▶ Enge Zusammenarbeit mit den zuständigen Hausärzten und Fachärzten und ambulanten Pflegediensten
- ▶ Unterstützung und Entlastung von Angehörigen

Immer mehr ambulante Pflegedienste und Pflegeheime bieten zusätzlich Pflege durch examinierte Pflegekräfte mit der Zusatzausbildung in der Palliativversorgung an. Dabei übernehmen die Palliativ-Pflegekräfte z. B. die Tumor- und Dekubitusversorgung, die Überwachung der Schmerztherapie, Verbandswechsel und die Versorgung von Portsystemen. Ambulante Pflegedienste und Pflegeheime, die palliativmedizinisch geschult sind, arbeiten oftmals intensiv mit den SAPV-Teams zusammen.

Um Sie bestmöglich und auf Ihre Situation abgestimmt versorgen zu können, ist eine Beratung in jeden Fall sinnvoll. Für Fragen richten Sie sich kostenlos und unverbindlich an:

Jakobus SAPV für Stadt und Landkreis Rosenheim GmbH

Innaustr. 11 · 83026 Rosenheim

Telefon: 08031/ 3579-901

Fax: 08031/ 3579-909

Webfax: 03212/ 5727-876

E-Mail: jakobus-sapv-rosenheim@email.de

Internet: www.jakobus-sapv-rosenheim.de



2.2 Stationäre palliative Versorgung

Eine Palliativstation ist eine eigenständige Station in einem Krankenhaus. Auf der Palliativstation werden Menschen mit einer unheilbaren oder fortschreitenden Erkrankung durch ein Team, das aus Palliativärzten, Palliativ-Pflegekräften, Therapeuten, Psychologen und Seelsorgern besteht, versorgt. Jedes Zimmer ist so ausgestattet, dass auch ein Angehöriger jeder Zeit übernachten kann.

Die stationäre palliative Versorgung umfasst unter anderem:

- ▶ Linderung von belastenden Symptomen (z. B. Schmerzen, Übelkeit, Atemnot, Angst)
- ▶ Versorgung mit Medikamentenpumpen und entlastenden Punktionen
- ▶ Ärztliche und pflegerische Versorgung rund um die Uhr
- ▶ Unterstützung und Entlastung von Angehörigen

Für eine stationäre palliative Versorgung ist eine Einweisung durch einen Arzt notwendig. Die stationäre Palliativversorgung versucht dabei die belastenden Symptome so zu lindern, um den Patienten nach einer gewissen Zeit wieder nach Hause entlassen zu können.

RoMed Klinikum Rosenheim
Palliativstation Rosenheim
Pettenkoferstraße 10
83022 Rosenheim

Ansprechpartner:
Herr Dr. Michael Schnitzenbaumer
Telefon: 08031/ 365 3180
Fax: 08031/ 365 4997



2.3 Palliativmedizinischer Dienst

Der palliativmedizinische Dienst ist ein Team aus Palliativ-Ärzten, Palliativ-Pflegekräften, Therapeuten, Psychologen und Seelsorgern. Dieser palliativmedizinische Dienst ist im Krankenhaus tätig und dort nicht an eine feste Station oder feste Betten gebunden. Das bedeutet, dass die Patienten auf den verschiedenen Stationen palliativmedizinisch versorgt werden können.

Die Versorgung durch den palliativmedizinischen Dienst umfasst unter anderem:

- ▶ Linderung von belastenden Symptomen (z. B. Schmerzen, Übelkeit, Atemnot, Angst)
- ▶ Versorgung mit Medikamentenpumpen und entlastenden Punktionen
- ▶ Ärztliche und pflegerische Versorgung rund um die Uhr
- ▶ Unterstützung und Entlastung von Angehörigen

Palliativmedizinischer Dienst
RoMed Klinik Wasserburg a.Inn
Krankenhausstr. 2
83512 Wasserburg a.Inn

Abteilung Innere Medizin
Sekretariat Innere Medizin
Telefon: 08071/77 307
Fax: 08071/ 77 478
E-Mail: Innere.wasserburg@ro-med.de
Internet: www.romed-kliniken.de



3. Jakobus Hospiz Verein e.V.

Wenn man mit dem Thema Sterben und Tod durch den Verlust eines geliebten Menschen oder einer fortschreitenden, lebensbegrenzenden Krankheit konfrontiert wird, ist es wichtig Unterstützung für diese Zeit zu erhalten. Dafür können sich Betroffene und Angehörige an den Jakobus Hospizverein e.V. wenden, der in Stadt und Landkreis Rosenheim aktiv tätig ist. Diese Unterstützung besteht darin, dass man beraten und in dieser schweren Zeit begleitet und betreut wird. Wenn Sie sich unsicher sind, ob für das eigene Anliegen der Hospizverein die richtige Anlaufstelle ist, lohnt es sich auf jeden Fall nachzufragen, denn der Hospizverein ist gerne bereit, Sie zur richtigen Stelle weiterzuempfehlen.

3.1 Beratungsangebote

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Der Jakobus Hospizverein e.V. bietet immer dienstags von 9.00 – 11.00 Uhr **kostenfreie Beratung** über das Thema **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht** in Räumlichkeiten des Vereins in Rosenheim. Eine vorherige Terminabsprache ist notwendig. Erste Informationen über die Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht finden Sie in der Rubrik „Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter“.

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a · 83022 Rosenheim

Telefon: 08031/ 71964

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de



Palliative Care Beratungsdienst

Die Betreuung von unheilbar kranken Menschen und deren Angehörigen bedarf einer besonderen Gestaltung und Unterstützung. Dabei ist das Ziel, die bestmögliche Lebensqualität in der verbleibenden Zeit zu ermöglichen. Diese besondere, umfassende Betreuung ist das Konzept der „Palliative Care“. Dabei werden Sie von einer so genannten Palliativ Care Fachkraft (Brückenschwester) umfassend kostenfrei beraten und unterstützt.

Dazu zählen beispielsweise:

- ▶ Aufbauen und Vernetzen eines Betreuungsnetzes (z. B. ehrenamtliche Hospizhelfer, Hilfsdienste)
- ▶ Beraten über Möglichkeiten häuslicher Pflege
- ▶ Beraten und Überwachen der Schmerztherapie in Absprache mit dem behandelnden Arzt
- ▶ Unterstützen bei der Kontrolle von Symptomen (z. B. Übelkeit, Verstopfung, Atemnot)
- ▶ Informieren über Veränderungen im Krankheitsverlauf
- ▶ Gemeinsames Erstellen eines Notfallplans
- ▶ Entlasten und Unterstützen der Familie

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a · 83022 Rosenheim

Ansprechpartner: Frau Barbara Romirer

Telefon: 08031/ 71964 · Mobil: 0174/ 3459437

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de

Kontaktzeiten: Mo - Fr von 9 - 12 Uhr



Vorträge

Es besteht die Möglichkeit auf Anfrage zu Themen wie z. B. Schmerztherapie, Umgang mit Trauer, rechtliche Vorsorge, Tätigkeitsfelder von Hospizhelfer Vorträge zu buchen.

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a
83022 Rosenheim

Telefon: 08031/ 71964

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de



3.2 Hospiz- und Trauerbegleitung

Der Ambulante Hospizdienst bietet für schwerstkranke und sterbende Menschen jeden Alters und deren Angehörigen die Möglichkeit, von ehrenamtlichen, geschulten Hospizhelferinnen und Hospizhelfern in dieser schwierigen Lebensphase begleitet und unterstützt zu werden. Dabei geht es um die Sterbebegleitung in der letzten Lebensphase, die Betreuung und Begleitung der Angehörigen während dieser Zeit und bei der Trauerphase danach. Die Ehrenamtlichen sind in dieser Zeit „einfach da“, sei es auch mit Gesprächen oder Zuhören. Die Ehrenamtlichen betreuen und begleiten im gewohnten oder momentanen Umfeld die Betroffenen z. B. zu Hause, im Pflegeheim oder im Krankenhaus.

Wenn Sie sich mit den Themen Sterben, Tod, Trauer und Hospiz auseinandersetzen möchten oder sich selbst vorstellen können, ehrenamtlich als Hospizhelferin oder Hospizhelfer tätig zu sein, bietet der Jakobus Hospizverein e.V. kostenpflichtig 2-mal jährlich

- ▶ Grundkurse (für Interessierte)
- ▶ Weiterführende Aufbaukurse (zu ehrenamtlichen Hospizhelferinnen und Hospizhelfern)

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a · 83022 Rosenheim

Ansprechpartner: Frau Barbara Romirer

Telefon: 08031/ 71964 · Mobil: 0174/ 3459437

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de

Kontaktzeiten: Mo - Fr von 9 - 12 Uhr



3.3 Trauergruppen

Das Thema Trauer und Tod ist in der Gesellschaft oftmals noch immer ein Tabu. Dadurch ist es für Trauernde, die einen nahestehenden und lieben Menschen verloren haben, manchmal nicht einfach, wie sie ihre Trauer sowohl im privaten als auch im öffentlichen Raum angemessen leben und zeigen können.

Trauer ist von Mensch zu Mensch verschieden und jeder Mensch trauert auf eine andere Art und Weise und unterschiedlich lange. Oftmals weiß auch das Umfeld z. B. Angehörige, Freunde oder Arbeitskollegen nicht, wie sie „richtig“ auf die Trauernden zugehen und mit ihnen in dieser Situation umgehen sollen. Dadurch können sich trauernde Menschen alleine und unverstanden fühlen.

In dieser Zeit wird es als entlastend und hilfreich empfunden, sich mit anderen betroffenen Menschen in der gleichen Situation auszutauschen und das Gefühl zu haben „Ich bin nicht allein“. Trauergruppen bieten diese Möglichkeit der Unterstützung und des gegenseitigen Zuhörens. Hierfür bietet der Jakobus Hospizverein e.V. zwei Trauergruppen unabhängig von Alter und Religion unter fachlicher Begleitung durch eine Trauerbegleiterin an.



Offene Trauergruppe „Mut zur Trauer – Chance zum Neubeginn“

Was bieten wir in der offenen Trauergruppe?

- ▶ Gegenseitiger, ungezwungener Austausch im Gespräch Kenntnis darüber „was ist normal in der Trauer?“
- ▶ Hilfe und Unterstützung bei der eigenen Trauer
- ▶ Die Teilnahme ist kostenfrei
- ▶ Zusätzlich Möglichkeit zur kostenfreien Einzelbegleitung (Trauerbegleitung auf Anfrage)

Wann?

- ▶ Jeden letzten Dienstag im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr

Wo sind wir zu finden?

In den Räumlichkeiten des Jakobus Hospizverein e.V.
Max-Josefs-Platz 12a · 83022 Rosenheim

Wo kann ich mich informieren?

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a
83022 Rosenheim

Telefon: 08031/ 71964

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de



Geschlossene Trauergruppe „Der Weg aus der Trauer ins Leben“

Was bieten wir in der geschlossenen Trauergruppe?

- ▶ Gegenseitiger Austausch im Gespräch in einer geschlossenen Gruppe mit fester Anmeldung
- ▶ Hilfe bei der eigenen Trauer (Zuhören und Dasein)
- ▶ Unterstützung bei der Trauerbewältigung mit verschiedenen Themen (z. B. durch Kreativität, Aktivierung der Ressourcen)
- ▶ Die Teilnahme ist kostenpflichtig
- ▶ Zusätzlich Möglichkeit zur kostenfreien Einzelbegleitung (Trauerbegleitung auf Anfrage)

Wann?

Das Angebot der geschlossenen Trauergruppe findet 1-mal jährlich statt

- ▶ Start der geschlossenen Trauergruppe im Herbst (Oktober/ November)
- ▶ Treffen sind alle 3 Wochen jeweils am Abend
- ▶ Insgesamt 6 Treffen über einen Zeitraum von 5 Monaten

Wo sind wir zu finden?

In den Räumlichkeiten des
Caritas-Zentrum Bad Aibling

Kirchzeile 17
83043 Bad Aibling

Nähere Information und Anmeldung unter:

Telefon: 08071/ 3504-0



Wo kann ich mich informieren und anmelden?

Information:

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a
83022 Rosenheim

Telefon: 08031/ 71964

Fax: 08031/ 237731

E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Internet: www.hospizverein-rosenheim.de

Ansprechpartner für Einzelbegleitung:

Frau Katharina Bacher

Telefon: 08031/ 232700

E-Mail: Kb1408@gmx.de

Anmeldung:

Caritas-Zentrum Bad Aibling

Kirchzeile 17

83043 Bad Aibling

Telefon: 08061/ 3504 0

Fax: 08061/ 3504 14

E-Mail: czbadaibling@caritasmuenchen.de

Internet: www.caritas-badaibling.de

Veranstalter der geschlossenen Trauergruppe:

Caritas-Zentrum Bad Aibling in Zusammenarbeit mit dem Jakobus Hospizverein e.V. und dem Dekanat Bad Aibling



3.4 Trauercafé

Das Trauercafé des Jakobus Hospizverein e.V. bietet als offener Treffpunkt für Trauernde die Möglichkeit mit anderen betroffenen Menschen ins Gespräch zu kommen. Dieses offene, kostenfreie Angebot findet jeweils am 1. Dienstag im Monat von 9.00 bis 11.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Volkshochschule (vhs) in Bruckmühl statt.

Treffpunkt:

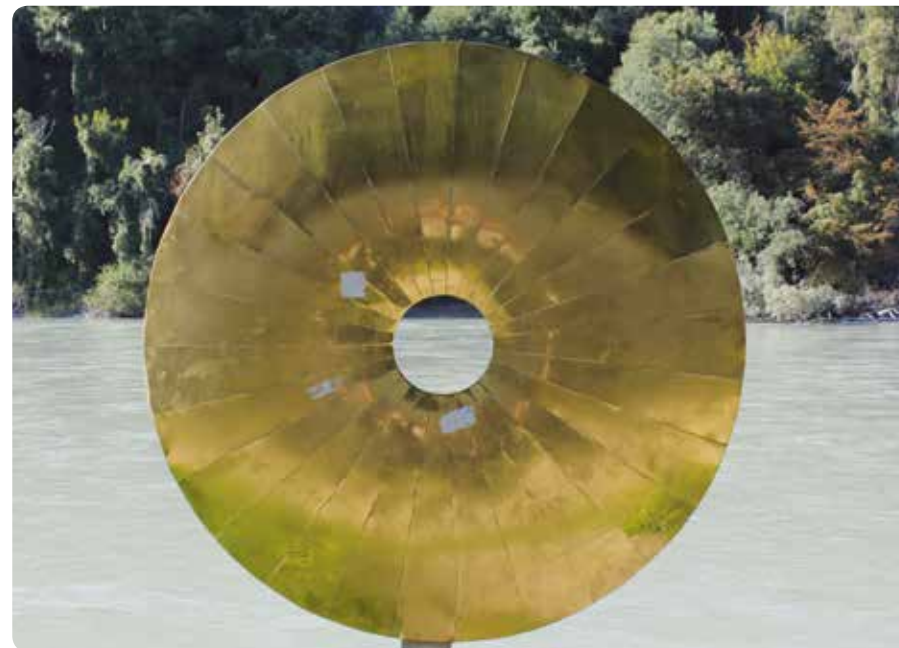
Trauercafé

Volkshochschule Bruckmühl
Rathausplatz 1
83052 Bruckmühl

Information:

Jakobus Hospizverein e.V.

Max-Josefs-Platz 12a
83022 Rosenheim
Telefon: 08031/ 71964
Fax: 08031/ 237731
E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de
Internet: www.hospizverein-rosenheim.de



Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, dieser Ratgeber ist für Sie ein hilfreiches und informatives Nachschlagewerk zu den Angeboten für Seniorinnen und Senioren in und um der Stadt Wasserburg a.Inn.



Marlene Fegl und Laura Grimm

Uns war es wichtig, einen ersten „Grundstein“ zu legen, um möglichst alle relevanten Angebote vollständig und in kompakter Form zusammenzufassen. Wie jeder Mensch entwickelt sich auch die Stadt Wasserburg a.Inn mit ihren Angeboten weiter, weshalb es das Ziel ist, diesen Ratgeber immer wieder zu überarbeiten und zu vervollständigen.

Wir danken recht herzlich dem 1. Bürgermeister Herrn Michael Kölbl für die umfassende Unterstützung.

Ein ganz besonderer Dank gilt der Seniorenreferentin Frau Friederike Kayser-Bücker für die hilfreichen Tipps und Ideen, jederzeit zwei offene Ohren und ein Engagement, das weit über die Pflichterfüllung einer Stadträtin hinaus geht.

Wir bedanken uns auch bei Frau Prof. Sabine Ittlinger, Studiengangsleiterin Physiotherapie, für die Möglichkeit und Offenheit, dieses Projekt im Rahmen unserer Bachelorarbeiten im Studiengang Physiotherapie anfertigen zu können. Vielen Dank für die Betreuung und Unterstützung.

Frau Ethel-D. Kafka danken wir herzlichst für die hilfreichen Anregungen und umfassende Unterstützung seitens des „BürgerBahnhof Wasserburg“.

Außerdem gilt unser besonderer Dank den Ansprechpartnern und Institutionen, die uns engagiert und offen alle benötigten Informationen zur Verfügung stellten. Dies machte die Umsetzung dieses Ratgebers erst möglich

Herzlichst, Ihre

Marlene Fegl

Laura Grimm

Impressum

Herausgeber:

Stadt Wasserburg a.Inn
vertreten durch den Ersten Bürgermeister Michael Kölbl

Kontakt:

Stadt Wasserburg a.Inn · Marienplatz 2 · 83512 Wasserburg a.Inn
Telefon: 08071/ 105-0 · Telefax: 08071/ 105-70
E-Mail: info@wasserburg.de · Internet: www.wasserburg.de

Redaktion:

Hochschule Rosenheim: Marlene Fegl und Laura Grimm
Seniorenreferentin Wasserburg a.Inn: Friederike Kayser-Bücker
Leiterin BürgerBahnhof Wasserburg a.Inn: Ethel-D. Kafka

Grafische Gestaltung, Illustrationen, Layout und Satz:

Visuelle Kommunikation, Margarete Baumgartner,
Wasserburg a.Inn, 08071/ 103231

Bildnachweis:

Mechthild Herrmann, Stadt Wasserburg a.Inn
Andreas Hiebl, Stadt Wasserburg a.Inn
Bildagentur 123RF

1. Auflage

Alle Angaben ohne Gewähr und ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Die Stadt Wasserburg a.Inn ist bemüht, für die Richtigkeit und Aktualität der bereitgestellten Informationen und Daten zu sorgen. Die Stadt Wasserburg a.Inn übernimmt keine Haftung für fehlerhafte Angaben. Für Unrichtigkeiten kann kein Schadensersatz von der Stadt Wasserburg a.Inn gefordert werden. Die Stadt Wasserburg a.Inn haftet weder für direkte noch indirekte Schäden, die durch die Nutzung der Inhalte entstehen. Alle Rechte vorbehalten. Die Inhalte dürfen weder ganz noch teilweise ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Urhebers vervielfältigt, weitergegeben und/ oder veröffentlicht werden.

©2017 Stadt Wasserburg a.Inn

Wir danken der Kreis- und Stadtparkasse Wasserburg am Inn für die großzügige Unterstützung.



**Kreis- und Stadtparkasse
Wasserburg am Inn**