

**Veranstaltungen Informationen**

# **Senioren**Info

Mitteilungen des Seniorenbeirates im  
Landkreis Bad Tölz – Wolfratshausen

**April-Juni'23 - Nr. 2**

**Ihr Exemplar kostenlos  
zum Mitnehmen**





Rummelsberger  
Diakonie



## Tagsüber zusammen. Abends zu Hause. Tagespflege in Gaißach und Egling.

Den Tag mit abwechslungsreichen Aktivitäten  
in Gemeinschaft verbringen. Zuhause leben.  
Finanzierung größtenteils durch die Pflegekasse.

- Betreuung von Montag bis Freitag
- Aktivierung von Körper, Geist und Seele
- gemeinsame Mahlzeiten

### Senioren-Tagespflege SenTa Gaißach

Egenbergerweg 17a | 83674 Gaißach | Tel. 08041 44 21 908  
senta-gaissach@rummelsberger.net

### Senioren-Tagespflege SenTa Egling

Wolfratshauer Str. 24 | 82544 Egling | Tel. 08176 27 69 951  
senta-egling@rummelsberger.net

Menschen an Ihrer Seite.  
Die Rummelsberger  
[seniorentagespflege.de](http://seniorentagespflege.de)

**Gutschein  
für einen  
kostenfreien  
Schnuppertag**

Pro Person  
ein Mal einlösbar.

# Inhaltsverzeichnis

Wichtige Telefon-Nummern	2
Vorwort	3
Seniorenbeirat aktuell	
❑ Nachruf Rupert Englbrecht	4
❑ Ehrung aus weiter Ferne	5
Gesundheit	
❑ Beginnende Schwerhörigkeit: Früh reagieren	7
Pflege	
❑ Angehörige pflegen mit Taktgefühl	11
❑ Neu ab 2023: Ehegatten-Notvertretungsrecht	14
Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Gruppen und Arbeitskreisen	
❑ Computersenioren: DIGITAL oder ANALOG? – Die aktuelle Frage unserer Zeit	16
❑ Malteser: Mehr Sicherheit mit dem Malteser Hausnotruf	18
Alltagstauglich	
❑ Ein Landkreis. Ein Fahrplan. Ein Tarif.	19
❑ Notruf 112 – Die Nummer, die Leben rettet	20
❑ Es ist seltsam mit dem Alter	21
Lebenslust	
❑ Wandervorschlag: Berg am Starnberger See	23
❑ Buchvorstellung: Das weiße Haus am Rhein	29
Termine	31
Impressum	32

## Wichtige Telefon-Nummern

<b>Polizei</b>	110	<b>Feuerwehr/Rettungsdienst</b>	112
<b>Krankenförderung</b>	0881 19222	<b>Ärztl. Bereitschaftsnotdienst</b>	116117

## Beratungsstellen im Landratsamt

Senioren-Info-Telefon allgemein	08041 505-280	Christiane Bäumler
Mobile Seniorenhilfe	08041 505-366	Sabine Frick
	08041 505-236	Martina Bliersbach
Kontaktstelle Selbsthilfegruppen	08041 505-121	Elisabeth Erlacher
Betreuungsverfügung/Vollmacht	08041 505-450	Cathleen Thentie
Wohnraumberatung	08041 505-674	Maria-Kristin Kistler
<b>Seniorenbeirat des Landkreises</b>	08041 505-280	Christiane Bäumler
<b>Behindertenbeauftragter</b>	08857 697746	Ralph Seifert

## Allgemeine soziale Beratung

<b>Bayerisches Rotes Kreuz</b>		
Bad Tölz, Schützenstraße 7		08041 7655-0
Wolfratshausen, Barbezieuxstraße 1		08171 9345-0
<b>Caritas</b>		
Bad Tölz, Klosterweg 2		08041 79316-100
Geretsried, Graslitzer Straße 13		08171 9830-0
Wolfratshausen, Obermarkt 7		08171 216252
<b>Diakonie Oberland</b>		
Bad Tölz, Schützenweg 10		08041 76127339
<b>Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung EUTB</b>		
Bad Tölz, Marktstraße 75		08041 4389712

## Unterstützung im Alltag

<b>Anbieter für Hausnotruf</b>		
Bayerisches Rotes Kreuz		08171 9345-20
Malteser Hilfsdienst		089 858080-20
<b>Essen auf Rädern</b>		
Bayerisches Rotes Kreuz (Essen heiß und tiefgekühlt)		081719345-25
Malteser Hilfsdienst (Lieferung nur tiefgekühlt)		089 858080-20
<b>Fachstellen für pflegende Angehörige</b>		
Bayerisches Rotes Kreuz		08171 9345-10 (Nord)
Caritas Kontaktstelle 'Alt und Selbständig'		08041 79316-101 (Süd)
<b>Demenz-Beratung</b>		
Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e.V.		08171 2347460
<b>Hospizbegleitung und Palliativversorgung</b>		
Christophorus Hospizverein		08171 999155

Weitere hilfreiche Informationen sowie die vielen ehrenamtlichen Unterstützungsangebote in den Städten und Gemeinden finden Sie unter [www.seniorenkompass.net](http://www.seniorenkompass.net) oder im gedruckten **Seniorenkompass**, kostenlos erhältlich in allen Rathäusern des Landkreises.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

kennen Sie die Lenzblume? Aber ja doch, es ist der Winterling, der sich als erster durch die Rasendecke kämpft und mit seinen gelben Blütenköpfchen einen Hauch von Frühling verbreitet. Jahrelang habe ich alles versucht diesen Lenzboten in meinem Garten anzusiedeln, aber der Winterling wollte sich bei mir nicht wohlfühlen. Nun bin ich vor zwei Jahren in meine altersgerechte Wohnung umgezogen, und letztes Jahr bekam ich das freundliche Angebot, dass ich mir in einem Garten einige Tuffs der Gelblinge ausgraben durfte. Zu meinem 70. Lebensjahr grüßten mich nun vor einigen Tagen in meinem neuen kleinen Gärtlein die gelben Blüten mit der grünen Halskrause. Nun zeigt sich, dass Geduld eine Tugend ist, die manchmal belohnt wird und meine Freude ist groß, denn dieser Frühlingsbote zeigt an, dass die Tage länger, wärmer und freundlicher werden.

Für Sie, liebe Leserinnen und Leser, haben wir in der SeniorenInfo wieder ein ganzes Bouquet an Informationen, Berichten und Anregungen zusammengestellt.

Unser Kollege im Seniorenbeirat Prof. Dr. Richter-Turtur beweist, dass man sich auch als Senior überall einbringen und dabei noch seiner Reiselust frönen kann. Die Liebe zu Afrika und die Erkenntnis, dass wir nur gemeinsam etwas bewegen können, zeigt sich in dem Bericht über seine ehrenamtlichen Tätigkeiten als Mediziner im Ruhestand.

Die Corona Zeit hat mir gezeigt, wie schwierig es ist die Ratschläge zu befolgen, sich mit seiner Schwerhörigkeit auseinander zu setzen. Auch ich habe frühzeitig, ganz im Sinne unseres Artikels einen Hörtest gemacht, mir die entsprechenden Geräte anpassen lassen, um dann während der Pandemie festzustellen, dass ich ja tagelang alleine war, ohne Hörgerät mich natürlich wohler fühlte, zumal Maske, Brille und Hörgerät kaum miteinander zu vereinbaren waren. Nun wird es an der Zeit sich doch daran zu gewöhnen.

Das Ergebnis einer Umfrage der Computersenioren in unserem Landkreis hat wieder einmal gezeigt, dass der Umgang mit den verschiedenen Geräten wie Laptop, Tablet und Smartphone für uns ältere Herrschaften nicht einfach, aber kein Hexenwerk ist, denn man kann sich das alles in Ruhe von den Computersenioren, die alle ehrenamtlich tätig sind, erklären lassen.

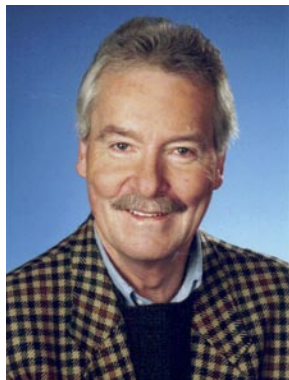
Ein wunderschöner Rundgang ist der Wandervorschlag auf den Spuren von Oskar Maria Graf, vor allem wenn man sein Buch „Das Leben meiner Mutter“ gelesen hat. Ergänzend zu den Einkehrmöglichkeiten schlage ich Ihnen vor, bei einem der Fischer in Leoni am See einzukehren, die Fischspezialitäten sind zahlreich und ganz besonders lecker.

Ich hoffe, dass die Redaktion Ihnen mit dieser Ausgabe der SeniorenInfo einen bunten Strauß überreichen kann und freue mich, wenn Sie Mut gefasst haben, manche Dinge, die vielleicht auf die lange Bank geschoben wurden, kraftvoll anzupacken.



*Mechthild Felsch*

Mechthild Felsch



In stiller Trauer nehmen wir Abschied von unserem langjährigen Vorsitzenden

### Rupert Englbrecht

der am 29. Januar 2023 im Alter von 83 Jahren den Kampf gegen seine Krankheit verloren hat und verstorben ist.

Rupert Englbrecht war am Aufbau des Seniorenbeirates maßgeblich beteiligt. In der Gründungsversammlung 1999 wurde er zum ersten Vorsitzenden gewählt. Er leitete den Seniorenbeirat bis 2014 mit großem fachlichen Wissen. Aus gesundheitlichen Gründen legte er 2014 das Amt des Vorsitzenden nieder und gehörte dem Seniorenbeirat noch bis 2019 als Mitglied an.

Mit großem Engagement und umfassendem Fachwissen leitete Rupert Englbrecht die Sitzungen. Sein trockener Humor war allseits bekannt. Er war die Stimme des Seniorenbeirates und hat durch sein Wirken diesen in unserem Landkreis fest verankert. Besonders lag ihm das Thema Geriatrie am Herzen. Die Altersheilkunde bildet die Krankheiten der alternden Menschen ab und befasst sich allumfassend mit deren psychologischen, sozialen, präventiven und therapeutischen Belangen.

Die Zeitschrift SeniorenInfo hat Rupert Englbrecht während seiner ehrenamtlichen Tätigkeit von einem anfänglichen Informationsblatt zu einer Zeitschrift mit einer Auflage von 5.000 Stück und vierteljährlicher Erscheinungsweise maßgeblich mit entwickelt.

Wir werden sein Andenken stets in Ehren halten

**Der Seniorenbeirat**

Bad Tölz Haus am Park

Unterstützen · Betreuen · Pflegen

SeniorenWohnen **+** BRK

Ihr *Plus* im Alter

Buchener Straße 6, 83646 Bad Tölz  
Tel. 08041 506-0, info.hap@ssg.brk.de  
www.seniorenwohnen.brk.de

Probewohnen  
für 45,- €/Tag



## Ehrung aus weiter Ferne

Während seiner Tätigkeit als Chefarzt der Chirurgischen Abteilung der Kreisklinik Wolfratshausen sorgte unser Mitglied im Seniorenbeirat, Professor Dr. Matthias Richter-Turtur, stets dafür, dass jeweils ein junger Arzt aus Afrika seine Ausbildung zum Facharzt für Chirurgie absolvieren konnte. Dieses Engagement für eine Stärkung und Verbesserung der chirurgischen Versorgung in Afrika, vor allem in Ghana, verfolgte Professor Richter-Turtur bereits in seiner vorherigen Arbeit an der Universität München. Nach seinem Ausscheiden aus der Kreisklinik setzte er die Unterstützung für junge Kollegen und Kolleginnen auch in den großen Kliniken in München fort.

Für diese wichtige Förderung der ärztlichen Weiterbildung in Afrika wurde Professor Richter-Turtur am 7. Dezember 2022 zum Ehrenmitglied der Ghanaischen Ärztekammer berufen. Während der großen jährlichen Zeremonie, mit der die frisch zum Facharzt gekürten ghanaischen Kolleginnen und Kollegen offiziell in die dortige Ärztekammer aufgenommen werden, wurde Professor Richter-Turtur in Accra, der Hauptstadt Ghanas, der zum Titel gehörige Talar und der nach englischem Muster obligatorische akademische Hut verliehen.

Wie Professor Richter-Turtur betonte, sind alle jungen Chirurgen, die hier in

## Zentrumsnah im Grünen umsorgt...

Zentrumsnah und eingebettet in ein großzügiges Waldgrundstück bietet das Caritas-Seniorenheim St. Hedwig über 100 rüstigen und hilfebedürftigen älteren Menschen ein neues Zuhause.

Allen Bewohnern stehen schöne helle Einzelzimmer zur Verfügung. Zu unseren Mitarbeitern gehört seit vielen Jahren die Ordensgemeinschaft der „Dienerinnen vom Kinde Jesu“ Kroatien.

Kommen Sie uns doch mal besuchen und überzeugen Sie sich selbst.



### **Caritas Seniorenheim St. Hedwig Geretsried**

Adalbert-Stifter-Straße 56, 82538 Geretsried  
Telefon 08171 38618-0 oder 38618-12  
Fax 08171 38618-27, E-Mail: [st-hedwig@caritasmuenchen.de](mailto:st-hedwig@caritasmuenchen.de)

Deutschland ausgebildet wurden, in ihre Heimat zurückgekehrt und leisten alle eine sehr verantwortungsvolle und erfolgreiche Arbeit in ihren Krankenhäusern. Während ihrer oft bis zu sechs Jahre dauernden Ausbildungsaufenthalte in Bayern lernten die afrikanischen Ärzte auch die schönen und vielfältigen Seiten bayerischer Lebensart, besonders bei Besuchen in Münsing, kennen und lieben. Dazu gehörten das Maibaum-aufstellen, Oktoberfest und Schwimmen im Starnberger See genauso wie Berg-



Foto © privat

*Dr. Victor Chawey, Chirurg im Ridge Hospital in Ghana. Hier 2009 beim Maibaum-Aufstellen in Münsing.*

turen und verschiedenste Kulturveranstaltungen in München.

Auch in Zukunft wird die von Professor Richter-Turtur geknüpfte Verbindung zu Ghana durch den Aufbau einer Klinikpartnerschaft zwischen den Universitäten von München und der Stadt Kumasi in Ghana durch einen lebendigen Austausch erhalten bleiben.



Foto © privat

*Professor Dr. Richter-Turtur nach der Verleihung der Ehrenmitgliedschaft in Accra, begleitet von einigen seiner ghanaischen Kollegen.  
Von links: Prof. Josef Yorke, Jakob Turtur, Dr. Josef Akpaloo, Dr. Viktor Chawey, Prof. Dr. Matthias Richter-Turtur, Prof. Ohene-Danzo.*

 **DER PARITÄTISCHE**  
BAYERN  
Josefistift



## Alten- und Pflegeheim Josefistift

- Zentrale Lage bei der Mühlfeldkirche
- 95 Plätze überwiegend in Einzelzimmern
- davon 26 Plätze im beschützenden Bereich
- Vielseitige Beschäftigungsangebote wie z.B. Gymnastik, Gedächtnis-Erinnerungsarbeit, Musik, Ausflüge und Festivitäten

**Tel: 08041 79 46 36-0**

**Bahnhofstraße 3 | 83646 Bad Tölz**



## **Beginnende Schwerhörigkeit: Früh reagieren** **Hörst Du mich? Meist bemerkt zuerst das Umfeld, wenn das Gehör nachlässt. Wer rechtzeitig handelt und zum Arzt geht, kann sein Hörvermögen länger erhalten.**

Weniger hören – das passiert nicht einfach, es ist meist ein schleichender Prozess über Jahre. Deshalb merken schwerhörige Menschen selbst oft gar nicht, dass ihr Hörsinn nicht so funktioniert, wie er sollte. Wenn sie Fernseher oder Radio immer lauter schalten, ständig nachfragen, Dinge falsch verstehen, wird oft zuerst das Umfeld aufmerksam. Weitere Indizien, die Angehörige aufhorchen lassen: Viele Betroffene überhören das Klopfen an der Tür oder das Klingeln des Telefons, ermüden schnell bei langen Gesprächen, schauen währenddessen verstärkt auf die Lippen des Gegenübers oder rücken nah heran, um besser hören zu können. Viele reagieren auch gereizt, weil sie nicht alles mitbekommen, oder ziehen sich zurück.

### **Mit Schwerhörigkeit umgehen**

"Anfangs können Schwerhörige der Kommunikation mit einer Person noch gut folgen. Doch kommen Hintergrundgeräusche dazu oder reden viele Menschen durcheinander, können sie sich nicht mehr am Gespräch beteiligen", erklärt Dr. Michael Deeg vom Berufsverband der Hals-Nasen-Ohren-Ärzte. Anstatt sich dem Problem zu stellen und zum Hörtest zu gehen, seien etliche der festen Überzeugung, die anderen müssten nur deutlicher und lauter sprechen. In seiner Freiburger Praxis macht Dr. Deeg die Erfahrung, dass deshalb viele Patienten zu spät zu ihm kommen und er eine bereits fortgeschrittene Schwerhörigkeit feststellen muss.



# Mitziehen.

## **Durch Gemeinschaft gewinnen.**

Der VdK bietet kompetente Sozialberatung bei Rechtsfragen zu Rente, Behinderung und Pflege.

Sozialverband VdK Bayern e.V.  
**Kreisgeschäftsstelle Bad Tölz - Wolfratshausen**  
Karwendelstraße 5, 83646 Bad Tölz  
Telefon 08041 / 76125-3  
kv-badtoelz@vdk.de

SOZIALVERBAND  
**VdK**  
BAYERN

Zukunft braucht Menschlichkeit.

**Sein Rat:** Auch wenn es für Angehörige schwierig ist, sollten sie zwar verständnisvoll bleiben, trotzdem aber immer wieder versuchen, den Partner oder das Familienmitglied dazu zu bewegen, einen Hörtest zu machen. Bieten Sie sich als Begleiter an!

## Verdrängen rächt sich

Zu langes Abwarten hat Folgen. Der Gehörsinn passt sich über die Jahre an. Werden die betreffenden Nervenzellen im Gehirn nicht mehr genügend gereizt, beeinflusst das auf Dauer auch die Verarbeitung der Reize. Die Gewöhnung an das Hörgerät dauert länger: "Selbst wenn der Betroffene dann ein Hörgerät bekommt, kann er zwar wieder die Lautstärke wahrnehmen, doch das Sprachverstehen hat meist gelitten", sagt Dr. Deeg. Das Gehirn stellt sich trotz der Hörhilfe nicht spontan um. "Betrof-

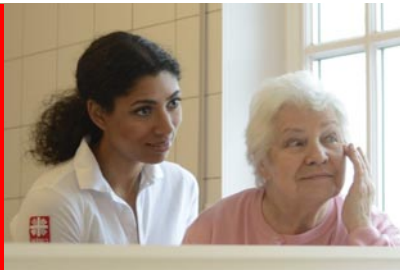
fene empfinden Geräusche mit einem Hörgerät als besonders laut und tragen es ungern und selten", berichtet Dr. Deeg. Doch das verstärkt die Negativspirale.

## Beratung bei der Auswahl des Hörgeräts

Wird hingegen das Hörgerät frühzeitig und regelmäßig getragen, kann die Sprachverständlichkeit zu fast 100 Prozent erhalten werden oder sich langsam verbessern. "Idealerweise sollte man es den ganzen Tag tragen", rät der HNO-Arzt. Schon eine tägliche Nutzung von sechs Stunden zeige positive Effekte. Beim Umgang mit dem neuen Gerät im Ohr helfen Hörakustiker mit individuellen Trainings. Dort können sich schwerhörige Menschen mit einem entsprechenden Rezept vom Hals-Nasen-Ohren-Arzt ein Hörsystem anpassen lassen.

## Wir pflegen Menschlichkeit Professionell und persönlich

Caritas  
Nah. Am Nächsten



- Ambulante Pflege
- Betreuung und hauswirtschaftliche Hilfen
- Beratung rund um das Thema Pflege
- Verhinderungspflege

## Caritas Ambulante Pflege und Betreuung Bad Tölz-Wolfratshausen

Telefon: 0 81 71 / 98 30 - 10 oder 0 80 41 / 79 31 6 - 110

[www.caritas-ambulanter-pflegedienst-bad-toelz-wolfratshausen.de](http://www.caritas-ambulanter-pflegedienst-bad-toelz-wolfratshausen.de)

Mein Leben  
Im Alter  


## Zuschüsse von der Krankenkasse

Die gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland übernehmen einen Festbetrag für ein Hörgerät. Dieser Betrag ist von Kasse zu Kasse unterschiedlich. Alle sechs Jahre kann ein neues Gerät beantragt werden.

Wer ein zuzahlungspflichtiges Hörgerät wählt, muss die Mehrkosten über den Festbetrag hinaus selbst tragen. Jede Kasse hat eigene Zusatzbeitragssätze. Auch bei Reparaturen oder zusätzlicher Pflege dieser Geräte zahlt die Kasse nichts dazu. "Dabei werden Hörtest-Ergebnisse ebenso mit einbezogen wie persönliche Wünsche und Bedürfnisse. Denn ein Musiker stellt an seinen persönlichen Hörgenuss andere Anforderungen als etwa ein Sportler", sagt Marianne Frickel, Präsidentin der Bundesinnung der Hörakustiker.

## Angst und Eitelkeit

Insgesamt gehen Schätzungen von rund 3,7 Millionen Hörgeräte-Trägern hierzulande aus. Wobei das Durchschnittsalter in den letzten zehn Jahren von 74 um mehr als fünf Jahre gesunken ist. Dennoch gibt es immer noch 1,7 Millionen Betroffene, die bislang keine Hörhilfe in Anspruch nehmen – obwohl sie eine bräuchten.

Neben der Angst vor einer Stigmatisierung spielt bei vielen auch ein anderes, ganz menschliches Gefühl eine Rolle. Eitelkeit haben sowohl die Techniker- als auch die Barmer-Krankenkasse bei Umfragen als einen der Gründe ausgemacht. Manchen Menschen ist das Hörgerät einfach peinlich. Aber würden Sie sich auch für eine Brille schämen? Die hilft ja auch, damit wir besser sehen können.

## Das Gespräch beim HNO-Arzt suchen

Auch wenn Hörakustiker ebenfalls Hörtests anbieten, rät Dr. Deeg besonders für die Erstverordnung, zum HNO-Arzt zu gehen. "Eine Schwerhörigkeit – besonders wenn sie nur einseitig auftritt – kann viele Ursachen haben und bedarf einer Diagnosestellung und oft einer weiteren ärztlichen Behandlung." In manchen Fällen könne eine Operation sogar den Grund für die Hörminderung beheben – und ein Hörgerät ist dann gar nicht mehr nötig.

## Seniorenbegleitung

Rundum-  
Unterstützung für  
**SENIOREN und  
PFLEGEBEDÜRFTIGE**



Wir erleichtern  
Ihren Alltag umfangreich.

**HAUSHALT, PUTZEN, EINKÄUFE,  
BESORGUNGEN,  
BEHÖRDENGÄNGE u.v.m.**

gehören mit zum Repertoire

**ALLE KASSEN!**

Hier erfahren Sie mehr:



**0 81 71 - 818 83 19**

hilfe@seniorenbegleitung.biz

# Tagesbetreuung Café Life

**NEU!**

**Jetzt für Sie geöffnet!**

## **Tagesbetreuung Café Life**

*Wir geben körperlich, geistig und psychisch Erkrankten jeden Alters die Möglichkeit, ein wichtiger Teil der Gesellschaft zu bleiben.*

### **Das finden Sie bei uns:**

- ▲ Kognitives Training
- ▲ gemeinsames Kochen und Backen
- ▲ Spaziergänge
- ▲ Gruppenspiele
- ▲ Bewegung und Entspannung
- ▲ Kreativ- und Gartenarbeit

### **Wir bieten:**

- eine offene Gemeinschaft
- eine verständnisvolle Atmosphäre
- Zeit für Gespräche
- Aktivierende Gruppenangebote
- Mitgestaltungsmöglichkeiten
- Fahrdienst

**Melden Sie sich gerne für einen **kostenlosen Schnuppertag** an!**

## Für Senioren, Menschen mit Handicap und pflegende Angehörige

**Suchen Sie Hilfe in der Organisation Ihrer häuslichen Pflege?  
Wir, das Soziale Netzwerk, setzen uns für Sie ein!**

### **Brauchen Sie Unterstützung bei...**

- ▲ der Verbesserung der häuslichen Pflegesituation
- ▲ Pflegeeinstufung (MDK)
- ▲ Anträgen und Kontakt zu Behörden, Ärzten, Pflege- und Krankenkassen
- ▲ Organisation von Hausnotruf, Pflegemitteln, Haushaltshilfen, Essen auf Rädern etc.

### **Unser Pflegedienst leistet:**

- Hilfe bei der Körperpflege
- Behandlungspflege
- Medikamentengabe
- Wundverbände
- Betreuung

**Wir helfen Ihnen und freuen uns auf Ihren Anruf!**



Sie erreichen uns telefonisch unter

**08171 99 89 475**

Öffnungszeiten: **Mo. - Fr.**

**8.00 - 12.00 und 13.00 - 16.00 Uhr**

**Das soziale Netzwerk** gemeinnützige UG (haftungsbeschränkt) + Pflegedienst

Elfi Blank-Böckl, Leitenstraße 26, 82538 Geretsried

eMail: [info@das-soziale-netzwerk-wor.de](mailto:info@das-soziale-netzwerk-wor.de)

## Angehörige pflegen mit Taktgefühl

Pflegen und gepflegt werden ist unmitelbar mit Schamgefühlen verbunden - auf beiden Seiten gleichermaßen. Scham ist bei vielen pflegenden Angehörigen Alltag - der wertschätzende Umgang mit dem Patienten darf aber nicht darunter leiden. Die Pflegewissenschaftlerin Daniela Hayder-Beichel erklärt, wie man damit am besten umgeht

### Frau Hayder-Beichel, niemand schämt sich gerne. Wären wir ohne dieses Gefühl nicht besser dran?

Scham ist an sich eine gute Sache. Sie ist sozusagen die Wächterin über unsere Privatheit. Und sie hält unsere Gesellschaft zusammen. Denn Scham definiert ganz klar: Was ist dem anderen zuzumuten, und was will ich selbst vor anderen schützen. Deshalb gehen wir heute auch nicht mehr nackt durch die Welt - weil wir wissen, dass wir gesellschaftliche Regeln haben, an die wir uns halten müssen.

### Wer legt diese Regeln fest?

Sie werden uns schon von Kindheit an beigebracht, zum Beispiel durch die Sauberkeitserziehung. Beim Gang zur Toilette spielt es für das Kind irgendwann eine Rolle, die Tür zu schließen, weil es feststellt, dass es seinen eigenen Körper und sein eigenes Selbst hat und beides in bestimmten Situationen für sich behalten möchte.

### Aber in der Pflege muss man das alles wieder aufgeben.

Genau. Man lernt über Jahre, wie man sich gesellschaftlich konform verhält. Dann lebt man sein ganzes Leben danach. Irgendwann kommt der Moment, wenn jemand pflegebedürftig wird und man von all diesen gelernten Normen wieder Abstand nehmen muss. Das fällt



Foto © pflege.de

natürlich sehr schwer. Man stolpert im Alltag über die Konventionen und fragt sich, wie man damit umgehen soll.

### Wie kann man dem Pflegebedürftigen aus der Scham helfen?

*Das Problem offen ansprechen.* Aber nur, wenn Ihre Beziehung zu dem Verschämten gut ist. Sonst führen Sie ihn nur noch weiter vor. Fühlen sie vor, wann eine gute Zeit für das Gespräch ist. Seien Sie behutsam.

*Die Situation normalisieren.* Auch Sie haben schon peinliche Situationen erlebt. Signalisieren Sie, dass Sie wissen, wie es Ihrem Gegenüber jetzt geht.

*Jemand anderen ins Boot holen.* Überlegen Sie, wer das sein kann. Oft kann eine neutrale Person, wie etwa der Arzt oder Pastor besser helfen.

*Tipps für die Pflege.* Achten Sie darauf, dass Sie den Kranken nur so weit entblößen, wie nötig. Achten Sie darauf, dass die Tür beim Waschen zu ist. Stellen Sie Duftlämpchen bei der Großen Toilette auf. Lassen Sie den Pflegebedürftigen alles selbst noch tun, was er noch kann - vor allem, wenn jemand aggressiv jede Pflegehandlung ablehnt.

### Und wie geht man damit um?

Es ist letztendlich ein Abstimmungsprozess zwischen dem, der pflegt und dem Pflegebedürftigen. Das läuft aber

schnell schief. Zum Beispiel wenn der zu Pflegende mitbekommt, dass er sich körperlich entblößen muss. Wenn dann beide schweigen – was oft der Fall ist in solchen Situationen – kann das leicht zu Missverständnissen führen. Der Pflegebedürftige will sich vielleicht gar nicht entblößen und versucht sich mit seinen Kleidern, seinem Bettzeug wieder zuzudecken. Der Angehörige aber nimmt das Verhalten als Ärgernis wahr. Dabei geht es dem Pflegebedürftigen nur darum, sich zu schützen.

## Wie erkennt man Scham, wenn sich die Person nicht erklären kann?

Es kann sein, dass sich der Pflegebedürftige zurückziehen möchte. Scham kann Fluchtreflexe auslösen, Wut und Angst hervorbringen. Die Betroffenen können auch erröten, schwitzen, weinen, zittern oder nervös wirken. Auch Tritte und Schläge sind keine Seltenheit, wenn

etwas als zu übergriffig empfunden wird. Die Angehörigen verstehen das vielleicht zunächst nicht, weil sie ja eigentlich nur etwas Gutes tun wollen. Dabei ist es wichtig, die Scham als solche zu erkennen, um darauf angemessen zu reagieren.

## Wie reagiert man auf Scham?

Bei Menschen mit Demenz hängt das davon ab, wie zugänglich eine Person noch ist. Wenn ich im Vorfeld sage "Ich möchte dich jetzt ausziehen und dann möchte ich dich waschen", ist das gut. Aber es kann auch sein, dass der andere das gar nicht versteht.

Wir haben in dieser Generation zudem viele Personen, die traumatische Kriegserlebnisse erlebt haben. Diese Erfahrungen können in der Pflege hochkommen. Wenn jemand nicht mehr in der Lage ist, das mitzuteilen, ist der Pflegende gefragt, das zu erkennen.



- mitten im Grünen gelegen
- Kurzzeit- und Langzeitwohnen
- geräumige Einzel- und Doppelzimmer
- vielseitiges, niveauvolles, seniorenorientiertes Betreuungsangebot



## Ihr familiäres Zuhause – umsorgt schön wohnen...

- wohltuende, kompetente Pflege, basierend auf den nationalen Expertenstandards
- schöner Sinnesgarten mit Gebirgsblick
- täglich frische Schmankerl aus unserer hauseigenen Küche



Anfang des Jahres 2020 eröffnete unser Neubau

Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall GmbH · Schwaigwall 1 · 82538 Geretsried  
Telefon 08171/ 176 10 · info@schwaigwall.de · [www.schwaigwall.de](http://www.schwaigwall.de)

## Und wie geht man mit Scham um, wenn der Pflegebedürftige geistig fit ist und sich mitteilen kann?

Da ist es tatsächlich sehr gut, wenn man einfach darüber spricht. Ich hatte zum Beispiel mal eine Enkelin bei mir, die ihren Opa intim pflegen sollte und damit große Probleme hatte.

Darauf angesprochen, gab der Opa ein ruppiges "Ach komm, das schaffen wir schon" von sich – und dann hat es geklappt. Denn die Enkelin wusste, für ihren Opa ist das auszuhalten. Häufig schwirrt uns bei dieser Schamproblematik ja im Kopf herum, wie es für den anderen wohl ist. Gut ist zudem Humor.

## Wieso?

Er kann Barrieren abbauen. Aber kein plumper Humor, sondern ein sensibles Aufnehmen der Situation. Das gemeinsame Lachen verbindet. Denn derjenige, der Scham erlebt, hat in dem Moment das Gefühl, dass er der Einzige auf der Welt ist, der das durchleben muss. Die Scham grenzt ihn von allen anderen ab, er ist bloßgestellt.

Gemeinsames Lachen holt den Betroffenen aus diesem einsamen Gefühl heraus. Man erlebt die Situation zusam-

men, die Scham ist nicht mehr so stark. Humor kann Brücken bauen.

## Aber was, wenn ich selbst Probleme damit habe, meine Mutter zu pflegen, mir das peinlich ist?

Solche Rollenveränderungen sind natürlich sehr schwierig. Sie können auf beiden Seiten Scham, Schuldgefühle, Trauer und Wut auslösen – zum Beispiel bei Kindern, weil sie ihre Eltern zum ersten Mal hilfebedürftig erleben und bei Eltern, die sich schuldig fühlen, weil sie glauben, ihren Kindern zur Last zu fallen. Auch hier hilft es, darüber zu sprechen – und sich abzusprechen. Wenn man als Tochter zum Beispiel nicht den Vater intim pflegen möchte, kann das ja vielleicht der Bruder übernehmen.

## Darf ich als Angehöriger auch meine Grenzen haben?

Absolut. Man kann nicht von jedem erwarten, dass er dazu bereit ist, diese Aufgaben zu erfüllen. An dieser Stelle sollte man sich einen Pflegedienst ins Haus holen. Denn Scham kann für beide Seiten belastend sein, das darf man nicht unterschätzen. Da ist es besser, wenn Sie sich von Pflegepersonal helfen lassen.



**Ausgezeichnet beraten sein.  
Bei der besten Bank vor Ort!**

**Morgen  
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Ehrlich, verständlich und glaubwürdig:  
Willkommen bei der **Genossenschaftlichen Beratung** –  
der Finanzberatung, die erst zuhört und dann berät.  
Was die Beratung bei der **besten Bank vor Ort** anders  
macht, erfahren Sie in unseren Geschäftsstellen oder  
online. [www.oberlandbank.de/beste-bank](http://www.oberlandbank.de/beste-bank)

**Raiffeisenbank  
im Oberland eG**



neu ab 2023

## Ehegatten-Notvertretungsrecht

Ab 1. Januar 2023 gilt das gesetzliche Vertretungsrecht für Ehegatten und eingetragene Lebensgemeinschaften, das sogenannte Notvertretungsrecht. Bisher konnten sich Ehepartner in einer medizinischen Notsituation nur dann rechtlich gegenseitig vertreten, wenn eine gemeinsame Vorsorgevollmacht vorlag. Das ändert sich nun mit der Reformierung des Betreuungsrechts. Der § 1358 im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) ermöglicht es nun, dass sich Ehegatten im Notfall für maximal sechs Monate gegenseitig vertreten können.

Das Notvertretungsgesetz tritt in dem Moment in Kraft, in dem ein Ehepartner aufgrund einer schweren Erkrankung oder eines Unfalls nicht mehr selbst Entscheidungen zur medizinischen Behandlung oder Unterbringung treffen kann und keine Vorsorgevollmacht vorliegt. Der Arzt ist dann verpflichtet, eine Bestätigung über die Geschäftsunfähigkeit des Patienten auszustellen, damit der Ehepartner jederzeit von seinem Recht Gebrauch machen kann. Der Arzt bestätigt damit, dass ein Notvertretungsrecht vorliegt. Dieses gilt ab dem Ausstellungsdatum für sechs Monate. Ist die Vertretung nach sechs Monaten weiterhin notwendig, weil der Ehepartner noch Betreuung benötigt, muss das Betreuungsgericht eingeschaltet werden. Ein Richter entscheidet dann, wer in Zukunft die Interessen des zu Betreuenden vertreten wird und setzt einen gesetzlichen Betreuer ein.

Auch wenn vorher nichts geregelt wurde, versuchen die Verantwortlichen des Betreuungsgerichtes zunächst jemanden von der Familie für diese Aufgabe zu gewinnen.



### Worin können Ehepartner sich im Notvertretungsgesetz gegenseitig vertreten?

Im §1358 BGB wurde genau festgelegt, in welchen Bereichen der Ehepartner im medizinischen Notfall vertreten werden darf.

- **Medizinische Versorgung:**

Der Ehepartner kann im Notfall entscheiden, welche Untersuchungen, notwendigen Therapien oder ärztlichen Eingriffe getätigt werden sollen. Er kann auch eine Therapie oder einen Eingriff ablehnen, wenn es im Sinne des Patienten ist. Ärzte sind gegenüber dem vertretenden Ehepartner nicht an die Schweigepflicht gebunden und sind verpflichtet, Auskunft zu erteilen.

- **Verträge abschließen:**

Sollte es im Zusammenhang mit der Erkrankung notwendig sein, Verträge für medizinische Behandlungen, mit dem Krankenhaus oder auch für Maßnahmen zur Rehabilitation abzuschließen, ist der Ehepartner dazu berechtigt.

- **Freiheitsentziehende Maßnahmen:**

Der Ehepartner kann über freiheitsentziehende Maßnahmen, wie beispielsweise Bettgitter oder ruhigstellende Medikamente entweder in einer Einrichtung oder im Krankenhaus entscheiden. Dabei darf diese Maßnahme maximal sechs Wochen andauern. Danach muss



ein richterlicher Beschluss vom Betreuungsgericht folgen.

- **Ansprüche geltend machen:**

Sollten sich Ansprüche zum Beispiel auf Grund der Erkrankung gegenüber einer anderen Person ergeben, darf der vertretende Ehepartner diese geltend machen. Das könnten beispielsweise Ansprüche gegenüber einem Unfallgegner sein.

**Gründe, bei denen das Notvertretungsrecht für Ehegatten nicht angewendet werden kann:**

- Die Ehegatten leben nachweislich getrennt.
- Dem behandelnden Arzt ist bekannt, dass der erkrankte Ehegatte eine Betreuung durch den Ehepartner ablehnt.

- Es liegt bereits eine Vorsorgevollmacht vor, in der für die Gesundheitsvorsorge eine andere Person, beispielsweise der Sohn oder die Tochter, als Bevollmächtigte bestimmt wurde.

### Das Notvertretungsgesetz ist nur eine Notlösung

„Trotz der Neuregelung ist weitere Vorsorge auf keinen Fall verzichtbar“, sagt Carina Weis, Juristin beim Verbraucher-Service Bayern. Da die neue Regelung sich nur auf Gesundheitsfragen bezieht und zeitlich begrenzt ist, kann sie eine gut durchdachte Vorsorgevollmacht oder eine Patientenverfügung nicht ersetzen.



**AOK**  
Die Gesundheitskasse. BAYERN

Die Nummer 1 in Bayern

**Durchatmen!  
Ich bin in besten Händen.**

Mein Pflegeberater vor Ort.  
[www.aok.de/bayern/pflege](http://www.aok.de/bayern/pflege)

Einfach nah. Meine AOK.



Computersenioren  
Bad Tölz - Wolfratshausen e.V.

## **DIGITAL oder ANALOG?** Die aktuelle Frage unserer Zeit

Die Computersenioren Bad Tölz-Wolfratshausen haben im Herbst 2022 in Zusammenarbeit mit Susanne Lincke im Rahmen ihres Psychologie-Studiums an der Fachhochschule Onlineplus Fresenius eine Umfrage unter Seniorinnen und Senioren des Landkreises Bad Tölz-Wolfratshausen durchgeführt. Ziel war es zum einen, Informationen über die grundsätzliche Nutzung digitaler Medien sowie über Probleme bei der Nutzung zu bekommen und zum anderen, was Senioren von einer Nutzung abhält.

Obwohl der Fragebogen nur online zur Verfügung stand, war die Teilnahme überraschend hoch, vor allem dank der Hilfe von engagierten Personen, die den interessierten Seniorinnen und Senioren ohne Internetzugang die Teilnahme ermöglichten. Bei diesen Helfern möchten wir uns herzlich bedanken.

Das Umfrageergebnis ist insofern überraschend, als sich ein großes Problem herauskristallisiert hat. Die gewonnenen Informationen lassen sich im Wesentlichen nur in zwei große Gruppen unterteilen:

**Senioren**, die digitale Technologien regelmäßig nutzen und

**Senioren**, die digitale Technologien nicht nutzen und auch nicht nutzen wollen.

Die Senioren, die bereits online sind, berichten grundsätzlich von wenigen Problemen, wobei vor allem geringes Vorwissen und mangelnde Unterstüt-

zung von Bedeutung sind. Das sind Aspekte, bei denen die Computersenioren im Rahmen ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit helfen können. Sollten Sie zu dieser Personengruppe gehören, dann kontaktieren Sie die Computersenioren.

**Unser Mitglied Wolfgang Martin gibt Ihnen gerne alle notwendigen Informationen und organisiert einen Beratungstermin, Telefonnummer 08171 2349965.**

Die andere Gruppe der Senioren, die keine digitalen Technologien nutzt, zeigt weder Interesse noch Bereitschaft sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Diese „Offliner“ sind teilweise weit über 80 Jahre alt. Sie verfügen über keinerlei Erfahrung mit Computern oder Smartphones, hören aber über die vielen Gefahren, die mit einer Nutzung digitaler Technologien verbunden sind. Sie sehen keinen Nutzen für sich, sondern nur den hohen Lernaufwand. Menschen sind bis ins ganz hohe Alter lernfähig, aber man muss immer einen persönlichen Nutzen im Lerngegenstand erkennen. Unterschwelliger Zwang könnte hier nur zu noch größerem Widerstand führen.

**Und genau das ist das Dilemma unserer Zeit.**

Wenn bestimmte Leistungen von Unternehmen und der öffentlichen Hand nur digital zu Verfügung stehen, bedeutet das für die „Offliner“ von diesen Leistungen ausgeschlossen zu sein. „Offliner“ sind damit auf die Hilfe Dritter

## Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Gruppen, und Arbeitskreisen

angewiesen, um an allen Aspekten des Lebens teilhaben zu können. Ein eklatantes Beispiel ist die Reservierung eines Covid-19-Impftermins während der ersten Impfkampagne im Jahr 2021. Das Landratsamt hat in Zusammenarbeit mit den Computersenioren einen hohen Aufwand betrieben, um den zahlreichen Senioren, die weder ein Smartphone noch eine Emailadresse haben, bei der Anmeldung für einen Impftermin zu helfen.

Hier ist die öffentliche Hand genauso gefordert wie Unternehmen, damit der digitale Wandel nicht dazu führt, dass bestimmte Personengruppen den Anschluss verlieren. Der Vormarsch digitaler Technologien ist unvermeidbar und es wäre sinnlos, nicht mit der Zeit zu gehen. Das bedeutet aber nicht, dass die analoge Nutzung vor allem von Basisleistungen wie medizinischer Versorgung, Interaktion mit Behörden, Banken und Versicherungen u.v.a.m.



Foto: Hans Lincke, 1. Vorsitzender der Computersenioren im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen e.V.

nicht mehr möglich sein soll. Zumindest für einen (längeren) Übergangszeitraum müssen beide Wege, digital und analog, parallel zur Verfügung stehen.



- + Ambulante Pflege
- + Bewegungsprogramme
- + Essen auf Rädern
- + Fachstelle für pflegende Angehörige
- + Hausnotruf
- + Kleidermärkte
- + Mehrgenerationenhaus
- + Schüler-Mittagsbetreuungen
- + ServiceWohnen



„Wir bleiben so lange wie möglich aktiv und selbstständig – dank dem Roten Kreuz!“

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Bad Tölz-Wolfratshausen, Schützenstr. 7, 83646 Bad Tölz  
E-Mail: [info@kvtoel.brk.de](mailto:info@kvtoel.brk.de) Telefon: 0 80 41/76 55-0 Fax: 0 80 41/76 55-24 Internet: [www.kvtoel.brk.de](http://www.kvtoel.brk.de)



**Malteser**  
...weil Nähe zählt.

Malteser Hilfsdienst e.V./gGmbH  
Hausnotrufe  
Telefon 0800 9966029  
[www.malteser.de/hausnotruf](http://www.malteser.de/hausnotruf)

## Mehr Sicherheit mit dem Malteser Hausnotruf

Mehrgenerationenhaus, Pflegeheim, Seniorenresidenz – die Möglichkeiten, im Alter gut versorgt zu wohnen, werden immer vielfältiger. Dennoch wünschen sich die meisten Menschen, selbstbestimmt in ihren vertrauten vier Wänden den Lebensabend zu verbringen. „Diesen Wunsch wird die Corona-Pandemie noch verstärkt haben. Dennoch beschäftigt viele ältere und beeinträchtigte Menschen die Frage: Was mache ich, wenn mir zu Hause etwas zustößt und niemand ist da, um mir zu helfen?“, stellt Elisabeth Vogel, Kreisgeschäftsführerin der Malteser in Wolfratshausen, fest. „Ein Hilfsmittel für mehr Sicherheit zuhause kann dabei der Malteser Hausnotruf sein.“

Der Hausnotruf bietet Hilfe rund um die Uhr. In einer Notlage genügt ein Knopfdruck und die Verbindung zur Hausnotrufzentrale wird automatisch hergestellt. Dort sind Tag und Nacht erfahrene Mitarbeiter im Einsatz, die die Notrufe entgegennehmen und sofort die notwendigen Hilfsmaßnahmen einleiten.

Aber nicht nur im Falle eines Unfalls kann der Hausnotruf das Extra an Sicherheit bieten. Auch Menschen mit chronischen Erkrankungen können sich darüber zu-



Fotos © malteser

sätzlich absichern. Wer beispielsweise unter Asthma, Diabetes mellitus, Epilepsie, Herz-Kreislauf-Beschwerden oder Osteoporose leidet, kann mit Unterstützung des Hausnotrufs weiterhin unabhängig in den eigenen vier Wänden wohnen und sich trotzdem bei medizinischen Notlagen sicher fühlen. Wer gerade aus dem Krankenhaus entlassen wurde, aber vielleicht noch nicht hundertprozentig fit ist, kann mit dem Hausnotruf auch kurzfristig Hilfe und Sicherheit bekommen.

„Leider kennen viele Menschen den Hausnotruf gar nicht“, bedauert Elisabeth Vogel. „Das ist schade, denn für viele Situationen ist der Hausnotruf genau die richtige Unterstützung und wird häufig von der Pflegekasse bezuschusst bzw. die Kosten werden vollständig übernommen.“ Die monatlichen Kosten für einen Hausnotruf liegen zwischen 25,50€ (Grundsicherheit) und 56,90€ (Komplettsicherheit plus). Weitere Informationen zum Malteser Hausnotruf erhalten Sie unter der bundesweiten Rufnummer: 0800 9966029 oder unter [www.malteser.de/hausnotruf](http://www.malteser.de/hausnotruf)



## Ein Landkreis. Ein Fahrplan. Ein Tarif. Der Kreistag beschließt MVV-Beitritt des Südkreislandes

Einer Jahrzehnte lang immer wieder geführten Diskussion im Landkreis wurde ein Schlusspunkt gesetzt. Die Mitglieder des Kreistages Bad Tölz-Wolfratshausen haben in der Kreistagsitzung im Februar einstimmig für den Beitritt des Südkreislandes zum Münchner Verkehrs- und Tarifverbund (MVV) votiert. „Wow,“ war die erste Reaktion von Landrat Josef Niedermaier, der hochofrenet über diese Abstimmung war. „Das freut mich jetzt unwahrscheinlich.“

Die Teilung des Landkreises in zwei Anbieter mit unterschiedlichen Tarifen für den öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) – im Süden RVO, im Norden der MVV – ist ab dem nächsten Fahrplanwechsel im Dezember 2023 Geschichte. Man benötigt dann zum Beispiel von Icking bis nach Kochel nur eine Fahrkarte. Bleibt die Frage, wie lange wird es nun dauern, bis man

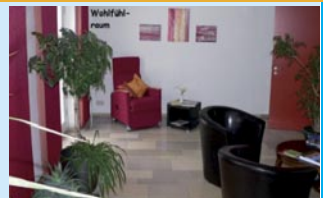
diese Strecke auch ohne zweimal umzusteigen befahren kann? – Gute Beschlüsse brauchen ihre Reifezeit.

Eines zeigt sich aber ganz deutlich: Es bewegt sich was beim ÖPNV. Nach der Einführung der beiden MVV-Express-Busverbindungen zwischen Bad Tölz, Wolfratshausen, Starnberg (X970) und Wolfratshausen nach Deisenhofen (X320) im Dezember 2021 ist mit der aktuellen Entscheidung zur Tarifeinheit ein weiterer Meilenstein für eine merkbare Verbesserung des ÖPNV-Angebots in unserem Landkreis gesetzt. Übrigens, auch die Kreistage der Landkreise Miesbach und Rosenheim haben vor wenigen Wochen den Beitritt zum MVV beschlossen.



Wohnen & Pflege im Alter

Betreuung mit Herz – im Herzen von Bad Tölz



Wohnen und Pflege  
in modernisierten Apartments.  
Schöne Garten- und Parkanlage.

**Pater-Rupert-Mayer-Heim**  
Königsdorfer Str. 69, 83646 Bad Tölz  
Tel. 08041/7659-0 [www.marienstift-toelz.de](http://www.marienstift-toelz.de)

## Notruf 112 – Die Nummer, die Leben rettet

Die Geschichte der Nummer, die täglich so viele Leben rettet, beginnt 1969 mit dem tragischen Tod eines kleinen Jungen namens Björn. Nach einem Unfall kam der Krankenwagen viel zu spät und ohne medizinische Geräte, mit denen der Junge hätte versorgt werden können. Natürlich fragten sich Björns Eltern, ob der Achtjährige hätte gerettet werden können und schworen sich: "Wir wollen das Notfallsystem in Deutschland verbessern. Anderen Familien soll dieses schreckliche Schicksal erspart bleiben!" Und das haben die beiden tatsächlich getan: Sie gründeten kurz nach dem tragischen Unfall die nach ihrem Sohn benannte Björn-Steiger-Stiftung. Ihr sind u.a. der Aufbau von Notrufsäulen, die Einführung der ersten zivilen Luftrettungsorganisation in Deutschland oder der Ausbau von Rettungswagen zu verdanken.

Es war zunächst nicht leicht, die Politik von dieser Sache zu überzeugen. Im Jahr 1973 gelang Siegfried Steiger Dank seines unermüdlichen Engagements etwas Revolutionäres: Die Notrufnummer 112 wurde deutschlandweit eingeführt und gilt mittlerweile in ganz Europa und per Mobiltelefon sogar weltweit und gebührenfrei! 2009 beschlossen das Europäische Parlament, der Rat der Europäischen Union und die Europäische Kommission gemeinsam jährlich am 11.2. einen „Europäischen Tag des Notrufs 112“ einzuführen, um den Euronotruf bekannter zu machen.

Die **112 ist die einheitliche Notrufnummer für Rettungsdienst und Feuerwehr**. Sie gilt in 38 europäischen Ländern, aber u.a. auch in Israel, Australien und Neuseeland. Vereinzelt gibt es weitere Notrufnummern, zum Beispiel in Österreich die 122 und 144, in Italien die 113. Aber auch



diese Nummern werden automatisch an die 112 geleitet. Wer zum Beispiel in Deutschland den US-Notruf 911 wählt, kommt ebenfalls bei der 112 raus. Dies gilt auch umgekehrt: Wer in den USA die 112 wählt, wird automatisch auf die 911 umgeleitet.

### Unterschied zwischen 110, 112 und 116 117

Wer dringend die Polizei benötigt, weil er Opfer einer Straftat geworden ist oder einen Unfall (ohne Verletzte) hatte, wählt die Nummer **110**. Dann meldet sich eine Einsatzzentrale eines Polizeipräsidiums. Über die **112** werden Feuerwehr und Rettungsdienst in Leitstellen alarmiert; in Bayern z.B. gibt es 26 Leitstellen. Einsatzzentrale und Leitstellen geben die Anrufe an die regionale Polizei, Feuerwehr oder Rettung weiter.

Über die **116 117** erreicht man den Ärztlichen Notdienst der Kassenärztlichen Vereinigung. Dieser ist die richtige Anlaufstelle, wenn man außerhalb von Sprechzeiten einen Arzt braucht, es sich aber nicht um einen akuten, lebensbedrohlichen Notfall handelt.

### Wie setze ich einen Notruf richtig ab?

Es gelten die **fünf W-Fragen**: **Wo** ist etwas geschehen? **Wer** ruft an? **Was** ist passiert? **Wie viele** Personen sind betroffen? **Welche Art** der Erkrankung/Verletzung liegt vor? Ganz wichtig: Das Telefonat erst beenden, wenn der Disponent aus der Leitstelle dazu auffordert.

## *Es ist seltsam mit dem Alter*

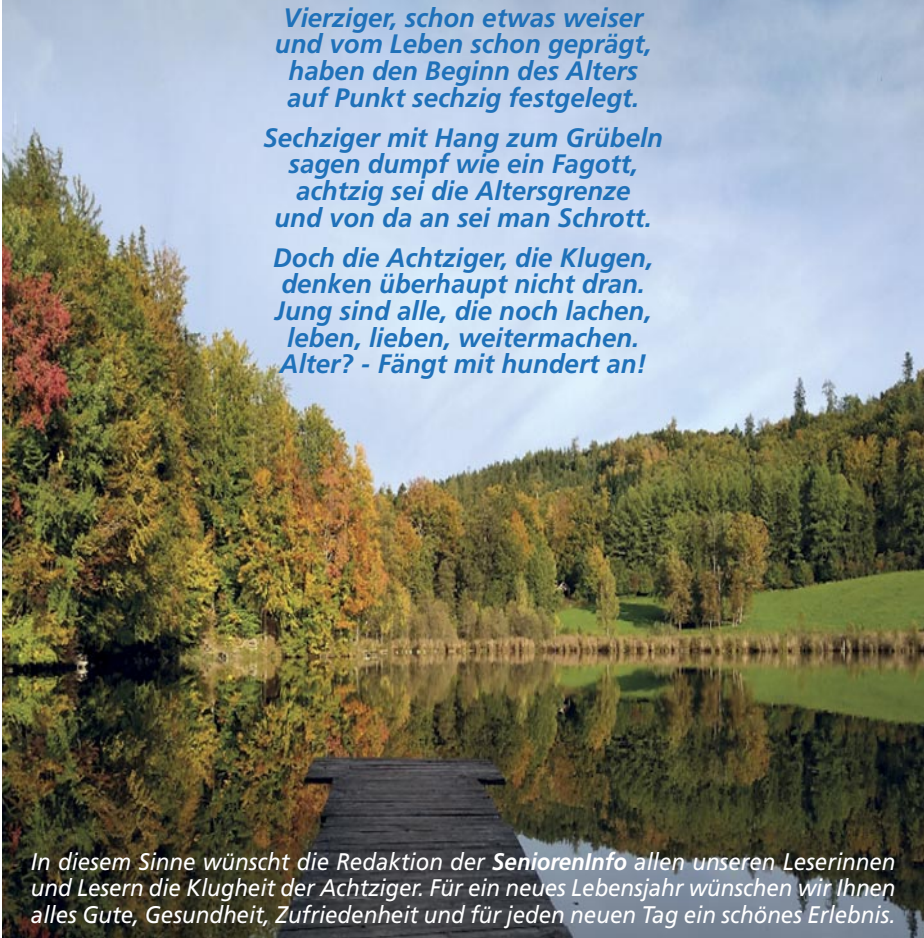
*Es ist seltsam mit dem Alter,  
wenn man zehn und noch ein Kind,  
weiß man glasklar, dass das Alter  
so um zwanzig rum beginnt.*

*Ist man aber selber zwanzig,  
denkt man nicht mehr ganz so steif,  
glaubt jedoch, genau um vierzig  
sei man für den Sperrmüll reif.*

*Vierziger, schon etwas weiser  
und vom Leben schon geprägt,  
haben den Beginn des Alters  
auf Punkt sechzig festgelegt.*

*Sechziger mit Hang zum Grübeln  
sagen dumpf wie ein Fagott,  
achtzig sei die Altersgrenze  
und von da an sei man Schrott.*

*Doch die Achtziger, die Klugen,  
denken überhaupt nicht dran,  
Jung sind alle, die noch lachen,  
leben, lieben, weitermachen.  
Alter? - Fängt mit hundert an!*



*In diesem Sinne wünscht die Redaktion der **SeniorenInfo** allen unseren Leserinnen und Lesern die Klugheit der Achtziger. Für ein neues Lebensjahr wünschen wir Ihnen alles Gute, Gesundheit, Zufriedenheit und für jeden neuen Tag ein schönes Erlebnis.*

**Café Malta Wolfratshausen  
für Menschen mit  
beginnender Demenz**

**Wann?** Jeden Dienstag  
von 14 - 17 Uhr

**Wo?** Malteser Hilfsdienst e.V.  
Untermarkt 17  
83515 Wolfratshausen



Genießen Sie schöne Stunden mit anderen Senioren bei Kaffee und Kuchen und wechselnden Gruppenangeboten.

Weitere Informationen & Anmeldung unter:

☎ 08171 / 34791810

✉ [CafeMalta.Wolfratshausen@malteser.org](mailto:CafeMalta.Wolfratshausen@malteser.org)



*Unser Pflegeheim Lenggries sucht zukünftige Mitbewohner.*

Wir bieten Ihnen ein angenehmes, familiäres Klima, ein täglich wechselndes Beschäftigungsprogramm und viele externe Aktivitäten, wie Ausflüge und Theaterbesuche.

Unsere fachkompetenten und engagierten Mitarbeiter bieten Ihnen individuelle Betreuung und Pflege.

Für weitere Informationen dürfen Sie uns gerne auf der Internetseite [www.pflegeheim-lenggries.de](http://www.pflegeheim-lenggries.de) besuchen.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Frau Sigrid Hamburger  
Telefon 08042/9179-0  
eMail: [info@pflegeheim-lenggries.de](mailto:info@pflegeheim-lenggries.de)

Pflegeheim Lenggries  
Karwendelstraße 28b  
83661 Lenggries



Wandervorschlag aus dem Rother-Wanderbuch „Künstlerwege zwischen Isar und Inn“ von Christian Rauch erschienen im Bergverlag Rother, Oberhaching aktuelle Auflage 2021, Preis € 16,90

## Berg am Starnberger See

### Oskar Maria Graf's Heimat

Der urbayerische Schriftsteller Oskar Maria Graf, der in seinem späteren New Yorker Exil internationale Bekanntheit erlangte, wuchs in Berg auf. Das dörfliche Leben schulte sein dichterisches Talent. Auf seinen Spuren begegnen uns auch über 100 Jahre Tourismushgeschichte am Ostufer des Starnberger Sees und weitere Persönlichkeiten wie Carl Rottmann, Heinz Rühmann und Ludwig II.

**Ausgangspunkt:** Parkplatz Ecke Mühlgasse/Waldstraße, Berg am Starnberger See. Anfahrt mit dem Pkw: Von Norden: A95/A952, Ausfahrt Percha. Von Süden: A95, Ausfahrt Wolfratshausen, über Münsing. In Ortsmitte über Grafstraße und Wittelsbacher Straße.

**ÖPNV:** Eine schöne öffentliche Anreise ist von der S-Bahn-Station Starnberg aus

mit dem Schiff nach Berg möglich. Von der Anlegestelle die Seestraße hinauf und rechts in der Wittelsbacher Straße in die Tour einsteigen.

**Gehzeit:** 3 Stunden, 9,5 km.

**Höhenunterschied:** 200 Meter.

**Art der Wege:** Einige steilere An- und Abstiege, aber stets gute Wege und kleine Straßen.

**Einkehrmöglichkeit:** Am Weg: Zu Beginn das Oskar-Maria-Graf-Stüberl (auch am Rückweg noch leicht erreichbar) im Geburtshaus des Dichters, Gasthof zur Post in Aufkirchen, Seehotel Leoni an der Anlegestelle.

Vom **Parkplatz Waldstraße (1)** gehen wir die Waldstraße und Wittelsbacher Straße zurück und aufwärts in die Grafstraße. Bei Hausnummer 9 steht heute das Oskar-Maria-Graf-Stüberl.



Foto: Geburtshaus Graf

Einst war es **Geburtshaus von Oskar Maria Graf (2)**. Der Schriftsteller kam hier am 22. Juli 1894 zur Welt. Die Eltern betrieben eine Bäckerei und kleine Landwirtschaft. Als Graf ein Junge war, zog der Tourismus in Berg ein. Von den Sommerfrischlern und zugereisten Unternehmern, ebenso wie von den einheimischen Bauern, schnappte der Jugendliche viele Geschichten und Weisheiten auf. Das Dorf wurde ihm »ein verkleinertes Abbild der größeren Welt« [Gelächter von außen]. Oskar, der sich nach Rilkeschem Vorbild später den Beinamen »Maria« gab, las viel. »Schillers Glocke rann mir bloß so von den Lippen« [Wir sind Gefangene], beschrieb er sich selbst. Als 16-Jähriger gewann er einen Literaturwettbewerb und entfloh bald dem strengen Regiment seines Bruders – der Vater war 1906 gestorben –, um sein Glück als Dichter in München zu suchen.

Wir gehen die Grafstraße weiter und überqueren unten die Hauptstraße. Jenseits geht es halb links in den Kapellenweg. An seinem Ende steht die kleine Kapelle St. Anna von 1826. Wir biegen rechts in die Lindenallee ein, die über die aussichtsreichen Anhöhen südwärts nach Aufkirchen führt (der ehemalige Schulweg von Oskar Maria Graf).



Foto: Schule in Aufkirchen

Kurz vor der Hauptstraße steht unter Bäumen das **Oskar-Maria-Graf-Denkmal (3)**. Auf einem Koffer sitzend, blickt der Schriftsteller nach Westen. Nachdem die Nazis seine Bücher erst verschonen wollten, veröffentlichte Graf 1933 in einer Zeitung den Protest »Verbrennt mich«. Daraufhin musste er Deutschland verlassen und emigrierte 1938 in die USA.



Foto: Oskar-Maria-Graf-Denkmal in Aufkirchen

Jenseits der Autostraße steht rechts die ehemalige Dorfschule. Eine weitere Tafel erzählt die lange Geschichte dieser einst bedeutenden Bildungsstätte, die heute ein (zeitweise geschlossenes) Museum beherbergt. Sie geht auch auf die Schulzeit von Oskar Graf ein, der seinem Lehrer Männer später eine Geschichte widmete. Weiter an der Straße entlang erreichen wir die Pfarrkirche.

Auch hier informiert eine Tafel über die Geschichte der bekannten **Wallfahrtskirche Mariä Himmelfahrt (4)**. Schon im 10. Jahrhundert soll hier ein Gotteshaus gestanden haben. Die heutige Kirche entstand um 1500. So alt ist auch die noch heute lebendige Wallfahrtstradition nach Aufkirchen.

Nächste Station an der Straße ist der Gasthof Post (vor dem Gebäude rechts Abstecher möglich zum Ende des Aufkirchner Kreuzwegs, der vom See heraufkommt, mit Infotafel). Wir folgen weiter der Straße aus dem Dorf hinaus, links auf einem Gehweg, der an einer kleinen Kapelle endet. Hier führt links der Straße ein Fußweg weiter nach Aufhausen.

Das erste große Haus dort ist der wunderschön erhaltene **Heimrath-Hof (5)** aus dem 17. Jahrhundert. Hier wurde Oskar Maria Grafs Mutter, Therese Heimrath, 1857 geboren. Der Sohn setzte ihr im amerikanischen Exil 1940 mit der Biografie "Das Leben meiner Mutter" (zunächst in Englisch erschienen) ein literarisches Denkmal.

Wir folgen dem Weglein, das vor dem Hof links abzweigt. In die zweite Querstraße biegen wir links ein (Colonusstraße) und folgen ihr nordwärts aus Aufhausen hinaus. Aus der Straße wird

ein kleiner Weg mit schönem Blick auf die »leicht gewellten Hügel« mit ihren »weiten, grünen Wiesen, fruchtbaren Äckern und friedlichen Wäldern«, wie es Oskar Maria Graf in "Das Leben meiner Mutter" beschrieb. Wir verfolgen den Weg links haltend, zurück an die Autostraße, überqueren diese und gehen den Enzianweg hinauf. Links zweigen wir in den Klosterweg ab. An seinem Ende steht ein **Denkmal für Heinz Rühmann (6)**. Der berühmte und beliebte deutsche Schauspieler verbrachte seine letzten Lebensjahre hier am Klosterweg. Begraben liegt er auf dem Friedhof von Aufkirchen. Der Klosterweg geht nun in einen Feldweg, den Heinz-Rühmann-Weg, über. Wie einst der Schauspieler spazieren wir durch stille Wiesen nach Sibichhausen. Im Ort kreuzt bald eine Teerstraße, der wir nach rechts folgen. Bei der nächsten Verzweigung geht es links in den Höhenweg. Die nächste größere Straße queren wir und wandern auf der Dürrbergstraße bis zu einer

## SENIORENWOHNPAK

IsarLoisach



Unser Haus bietet in freundlicher, familiärer Atmosphäre:

### Pflegeplätze

Kurzzeit- und Verhinderungspflege  
vollstationäre Pflegeplätze

ASB Casa-Vital GmbH . Moosbaurweg 7a . 82515 Wolfratshausen . Telefon 08171/34886-0

### Wohnungen im Service-Wohnen

31 Ein- bis Dreizimmerwohnungen  
mit und ohne Balkon

[www.asb-casa-vital.de](http://www.asb-casa-vital.de)

Wir helfen  
hier und jetzt.

**ASB**  
Arbeiter-Samariter-Bund

Tafel. Die Tafel erklärt die Geschichte der Rottmannshöhe, die wir rechts abzweigend nach kurzem Anstieg erreichen.

Die **Rottmannshöhe (7)** ist benannt nach dem Maler Carl Rottmann, einem der bedeutendsten deutschen Landschaftsmaler in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Er »entdeckte« die damals waldfreie und aussichtsreiche Anhöhe. 1875 wurde ein mondänes und bei der Münchner Hautevolee angesehenes Hotel auf die Anhöhe gebaut. Der Bau beherbergt heute eine Klinik für Jugendpsychiatrie.

Vor dem kleinen Denkmal, das 1858 für Carl Rottmann aufgestellt wurde, gehen wir links, unterhalb des Gebäudes durch auf einem gepflasterten Weg. Dieser passiert bald einige Häuser, danach gehen wir auf dem geteerten Rottmannweg rechts haltend weiter. Wir passieren das Wald-Café, halten uns danach rechts und steigen am Ende des Waldes auf dem »Seilbahnweg« links steil zum Seeufer hinab. Von 1896 bis 1922 fuhr hier eine dampfbetriebene Seilzugbahn, um den Gästen, die am

Seeufer mit dem Schiff ankamen, die 90 Höhenmeter Anstieg zur Rottmannshöhe zu erleichtern. Oskar Maria Graf ließ den Besitzer von Bahn und Hotel, den Spekulanten Siegl, in der guten Luft am See förmlich »den Profit riechen« [Das Leben meiner Mutter].

Am Seeufer erreichen wir die **Schiffsanlegestelle Leoni (8)**. Seit Jahrhunderten wird der Starnberger See für die Seenschifffahrt genutzt. Besonders Fürsten und Könige ließen sich zunächst über den See fahren, seit 1851 mit Dampfschiffen. Der Name Leoni stammt übrigens vom italienischen Kammer Sänger Giuseppe Leoni, der hier eine Villa erbt und sie 1825 zu einer Pension ausbaute. Bis heute zählt das Gebiet von Leoni zu den begehrtesten und teuersten Villenvierteln am See.

Wir gehen auf der Straße rechts weiter am Seeufer und weiter geradeaus in den Parkweg. An seinem Ende führen uns Schilder auf Waldwegen zur Votivkapelle und König-Ludwig II.-Gedenkstätte.



Foto: Seeufer Leoni

### Die Votivkapelle für König Ludwig II. (9)

ließ Prinzregent Luitpold von Bayern zu Ehren des hier am Starnberger See verunglückten Märchenkönigs erbauen. Sie wurde 1900 eingeweiht. Treppen führen Richtung Seeufer hinab zur Totenleuchte, die Ludwigs Mutter bereits vor dem Bau der Votivkapelle hatte errichten lassen. Im See selbst steht ein Holzkreuz. Noch immer ist ungeklärt, wie und warum der beliebte König am 13. Juni 1886 im Wasser des Starnberger Sees sein Leben ließ.

Wir gehen den Weg oberhalb der Kapelle weiter, bald stößt von rechts ein Weg dazu. Hohe Zäune trennen linker Hand den Park von Schloss Berg ab, jenem Schloss, in dem Ludwig die letzten Tage vor seinem tragischen Tod verbrachte und das Zeit seines Lebens seine liebste Sommerresidenz war. Das ursprünglich 1640 erbaute und mehrfach prachtvoll ausgebaute Schloss musste nach dem Zweiten Weltkrieg in Teilen abgerissen werden. Heute befindet es sich im Privatbesitz der Wittelsbacher und ist nicht zugänglich. Wenn wir am Ende des Fußwegs links der Wittelsbacher Straße folgen und dann links in die Seestraße einbiegen, können wir am Schlosstor einen Blick in den Hof erha-

schen. Wir biegen von der Seestraße dann rechts in die Mühlgasse ab und erreichen an deren Ende den [Parkplatz Waldstraße \(1\)](#).

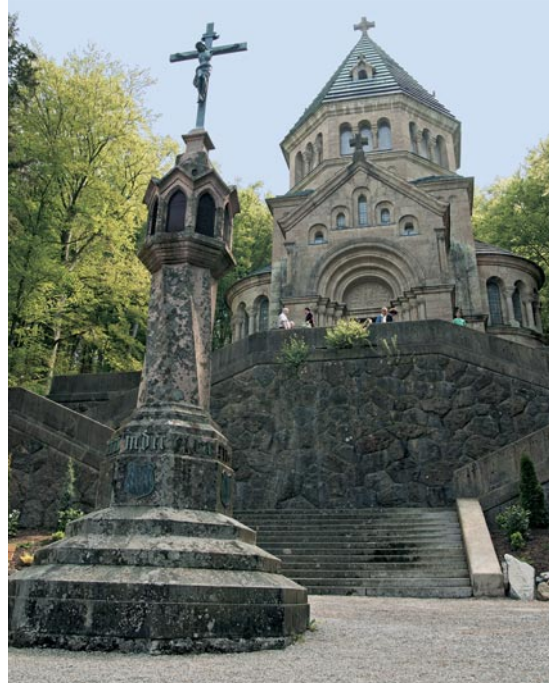


Foto: Votivkapelle für König Ludwig II

### Oskar Maria Graf – Exil-Bayer in Lederhosen

*Schon als Junge hatte Oskar Maria Graf die Verbindungen zwischen provinzieller Heimat und großem Weltgeschehen durchschaut. Seine Texte sind den einfachen kleinen Leuten, Bauern und Beamten gewidmet, so in seinem Roman »Anton Sittinger«. Wenn Oskar Maria Graf vom Alltäglichen schrieb, dann spiegelte sich darin seine reiche und doch bodenständige Lebenserfahrung, aus der Zeit des Bäckerlehrlings, der Münchner Bohème, der Kriegsdienstverweigerung und des Protests gegen das NS-Regime (anfänglich wollten ihn die Nazis als Heimatdichter schonen, doch er bestand darauf, dass auch seine Bücher wie die seiner Kollegen verbrannt werden sollten!), und nicht zuletzt aus der Zeit des New Yorker Exils. Die bayerische Heimat blieb ihm stets »ererbter unverlierbarer Lebensgestus«. So trat er auf allen Bühnen dieser Welt am liebsten in Lederhosen auf, aus Überzeugung und auch ein wenig zu Marketingszwecken.*



## WENN ERINNERUNGEN VERFLIEGEN, BLEIBT DER VERTRAUTE DUFT.

„Manche Sachen vergisst man nie. Gerüche zum Beispiel. Sie bleiben oft ein Leben lang erhalten. Auch bei Demenz. Und deshalb verlieren sie nie die Kraft eine ganze Welt zu eröffnen. Immer dann, wenn man sie erlebt.“ **Claudia B., Persönliche Betreuungskraft bei Home Instead**

**BLEIBEN KÖNNEN, WO ES AM SCHÖNSTEN IST: ZUHAUSE.**

Jetzt kostenlos beraten lassen:

**[www.homeinstead.de/isartal](http://www.homeinstead.de/isartal) oder Telefon 08171 90 80 80**

**EINFACH PERSÖNLICHER: BETREUUNG ZUHAUSE UND  
AUSSER HAUS | GRUNDPFLEGE | DEMENZBETREUUNG  
KOSTENÜBERNAHME DURCH PFLEGEKASSE MÖGLICH**

 **Home  
Instead**  
*Zuhause umsorgt*

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben. 2022 Home Instead GmbH & Co. KG

von Gabriele Skiba

**Buchvorstellung:**

## Das weiße Haus am Rhein

von Helene Winter

Verlag Piper  
erschienen 2021  
Taschenbuch, 480 Seiten

In ihrem großen Familienroman „Das Weiße Haus am Rhein“ erzählt Helene Winter eine fesselnde und emotionale Familiengeschichte um Liebe, Verrat und Macht, die zugleich auch ein Stück der deutschen Geschichte widergibt.

Emil Dreesen, Erbe eines Luxushotels und Sohn einer kultivierten, wohlhabenden Familie scheint ein glanzvolles Leben vorherbestimmt. Doch der junge Mann, der 1918 als Fahnenflüchtiger aus dem Ersten Weltkrieg nach Hause zurückkehrt, kämpft im Konflikt mit seinem Vater um seinem Platz im Leben. Dramatische Zeiten ziehen auf: Krieg, Besatzung, Fall und Neuanfang.

Selbst im Privaten stehen die Zeichen auf Sturm: Von seinem Vater trennen Emil politisch Welten. Als es in den 1930er Jahren darauf ankommt, haben beide dennoch nur ein Ziel: „Das Weiße Haus am Rhein“ zu erhalten. Von Elsa, einem selbstbewussten Zimmermädchen, trennen Emil Klassenschranken, doch sie wird seine erste Liebe. Von der französischen Künstlerin Claire trennt ihn die spannungsreiche Geschichte der beiden Nationen. Aber sie wird für ihn zum Inbegriff von Glück, Liebe und den Chancen in einer neuen, brandgefährlichen Zeit.



**Meine Meinung**  
Das **Rheinhotel Dreesen** steht

direkt am Rheinufer in Bad Godesberg und wird heute in 5. Generation von der Familie Dreesen geführt. Allein diese Tatsache macht für mich diesen Roman über die Familiengeschichte – auch wenn sie mit romanhafter Phantasie aufgefüllt ist – und über ein so geschichtsträchtiges Haus lesenswert. Es waren viele Stunden spannender Lektüre.

ALLES AUS  
EINER HAND

Rufen Sie kostenlos an!  
0800 10 601 90

Seniendomizil  
**Haus Elisabeth**

Dauer- / Kurzzeitpflege  
Tagespflege  
Ambulante Pflege  
Offene Angebote

Besuchen Sie unser  
Café zum  
Mittagstisch wie  
Kaffee & Kuchen

Johann-Sebastian-Bach-Str. 16 · 82538 Geretsried ·  
haus-elisabeth@compassio.de



# **FM**Dienste

## Haushaltsservice

Tel.: 08171 / 92 41 41

E-Mail: info@fmdienste.de

### Unterstützung im Haushalt

**zusätzlich monatlich 125,- €**

von **Pflegekassen** für alle Pflegegrade

- für
- ✓ Haushaltsreinigung
  - ✓ Wäschepflege
  - ✓ Fenster putzen
  - ✓ Einkaufsdienste
  - ✓ Botengänge
  - ✓ Pflanzenpflege

## **Haushaltsservice Senioren Plus**



### Unterstützung im Haushalt

**Kostenübernahme**

durch gesetzliche **Krankenkassen** / Versicherer

- für
- ✓ Haushaltsreinigung
  - ✓ Kinderbetreuung
  - ✓ Wäschepflege
  - ✓ Kochen / Backen
  - ✓ Fenster putzen
  - ✓ Einkaufsdienste
  - ✓ Botengänge
  - ✓ Pflanzenpflege

## **Haushaltshilfe im Krankheitsfall**



Mi 12. April'23  
Mi 10. Mai'23  
Mi 14. Juni'23  
jew. 15-17 Uhr

## **Senioren-Tanz – Ein Jungbrunnen für Ihre Gesundheit**

Kommen Sie mit und ohne Partner  
Veranstalter: Caritas Kontaktstelle „Alt und Selbständig“  
Musik: Rudi Holzapfel  
keine Anmeldung erforderlich  
Gebühr: Spende für die offene Seniorenarbeit  
Ort: BSW Hotel Isarwinkel, Ludwigstraße 6-8, Bad Tölz

Mi 03. Mai'23  
15-17 Uhr

## **Austausch und Information für pflegende Angehörige**

Veranstalter: Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e.V.  
Zielgruppe: Pflegende Angehörige, Ehrenamtliche  
Leitung: Sylvia Kardell, Gesundheits- und Krankenpflegerin  
**Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich!** keine Gebühr  
Telefon: 08171 2347460 / eMail: info@ag-il.de / www: ag-il.de  
Ort: Lüßbachstraße 2, Wolfratshausen-Waldram  
Bei Betreuungsbedarf zuhause: Bürger f. Bürger e.V., Tel. 08171 2385865

Sa 17. Juni'23  
17-18.30 Uhr

## **Basis Wissen Demenz – Umgang mit demenziell erkrankten Menschen**

Veranstalter: Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e.V.  
Zielgruppe: Pflegende Angehörige, Ehrenamtliche  
Referentin: Michaela Schmiegel, Gesundheits- und Krankenpflegerin  
**Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich!** keine Gebühr  
Telefon: 08171 2347460 / eMail: info@ag-il.de / www: ag-il.de  
Ort: Tagesbetreuung L(i)ebenswert, Oberbuchen 60, Bad Heilbrunn

jeden Mi/Do  
14.30-16.30 Uhr

## **Betreuungsgruppe Lichtblicke Geretsried e. V.**

Betreuung von Menschen mit kognitiven Einschränkungen  
Leiterin: Sylvia Kardell  
Anmeldung: Telefon 08171 36 50 411 / mobil 0176 70 51 94 79 oder  
eMail: sk@lichtblicke-geretsried.de / www.lichtblicke-geretsried.de  
Ort: evang. freikirchliche Gemeinde, Geretsried, Jeschkenstr. 125 b

## Impressum

**Herausgeber/  
Anzeigen:** Werbeagentur Freese, Aich 48b, 85667 Oberpframmern  
Telefon 08106 9993306, Fax 08106 9993302  
eMail: [info@freese-werbung.de](mailto:info@freese-werbung.de) [www.freese-werbung.de](http://www.freese-werbung.de)

**Redaktion:** Gabriele Skiba, Weidacher Hauptstraße 68g, 82515 Wolfratshausen  
Telefon 08171 16113, eMail: [gabriele.skiba@arcor.de](mailto:gabriele.skiba@arcor.de)  
Die Verantwortlichkeit für Inhalt, Text und Bild liegt bei den einzelnen namentlich genannten Autorinnen und Autoren.

**Auflage/  
Druck:** 5.000 Exemplare, Erscheinungsweise vierteljährlich  
gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier  
bei Druckerei WIRmachenDRUCK GmbH.

*Sie erhalten die **SeniorenInfo** kostenlos bei allen Stadt- und Gemeindeverwaltungen des Landkreises sowie in Apotheken und bei Ärzten.*

**Titelbild:** Titelbild Blumen, © Waltraud Bauhof

**Redaktionsschluss** für Ausgabe 3-2023, Juli - September ist der **20. Mai'23**

## DU BRAUCHST HILFE MIT DEINER FERIENWOHNUNG?



*Wir kümmern uns um alles!*

Homely Stay GmbH - Unterleiten 16 - 83623 Dietramszell  
[info@homely-stay.com](mailto:info@homely-stay.com) [www.homely-stay.com](http://www.homely-stay.com) +49 1522 2779699

Ihre Experten für  
Selbstbestimmtes Wohnen  
bis ins hohe Alter



**Aktuelle Angebote zur  
Miete, Kauf oder Vormerkung  
auf Anfrage unter**

Gröbmaier Immobilien GmbH  
Untermarkt 51 in 82515 Wolfratshausen  
Tel.: 08171-38 5000  
[www.groebmair.com](http://www.groebmair.com)

Top Immobilienmakler  
laut Focus Spezial 2020



## Die Senioren-Wohnanlagen für barrierefreien Wohnkomfort




**Sonnengarten**  
Zentral Wohnen in Geretsried




**Stadtgarten**  
Wolfratshausen  
Betreutes Wohnen mit Komfort




**AM STADTWALD**  
Service-Wohnen mit Komfort  
Mitten in Geretsried  
Adalbert-Stifter-Str. 34



Wir nehmen uns gerne Zeit und beraten Sie unverbindlich

# DAHEIM STATT HEIM

(„24-Stunden-Pflege“)



Mehr als nur Pflege: Das können und wollen wir aus aller Kraft und mit ganzem Herzen leisten.

Wir vermitteln Ihnen und Ihren Angehörigen 24-Stunden-Pflegekräfte.

Ehrlich.  
Kompetent.  
Transparent.



Sozialagentur  
Oberbayern  
Betreuung zu Hause

Sozialagentur Oberbayern

## Kontakt

Sozialagentur-Oberbayern  
Betreuung zu Hause GmbH  
Kemmelallee 1  
82418 Murnau a. Staffelsee

08841 / 485 43 30  
[info@sozialagentur-oberbayern.de](mailto:info@sozialagentur-oberbayern.de)  
[www.sozialagentur-oberbayern.de](http://www.sozialagentur-oberbayern.de)

