



Mitteilungen des Seniorenbeirates im
Landkreis Bad Tölz – Wolfratshausen

Oktober-Dezember'17 - Nr.4

Ihr Exemplar kostenlos
zum Mitnehmen

Selbstbestimmtes Wohnen bis ins hohe Alter



VORANKÜNDIGUNG!
Neubau Service-Wohnen
in Geretsried
Informieren Sie sich jetzt!



- **Barrierefreie Wohnungen zum Kauf und zur Miete in Geretsried und Wolfratshausen**
 - **Bestand und Neubau**
 - **Teilweise mit Service und Pflege**
- ...gerne beraten wir Sie ausführlich und unverbindlich**



Gröbmaier Immobilien GmbH
Ihr Makler der Region - Immobilienkompetenz seit über 35 Jahren

Altstadtbüro: Untermarkt 51 • 82515 Wolfratshausen
Tel: +49 (0) 8171 38 5000 • www.groebmaier.com • info@groebmaier.com



Inhaltsverzeichnis

Wichtige Telefon-Nummern	2
Vorwort	3
Seniorenbeirat Aktuell	
<input type="checkbox"/> Bericht von der Seniorenmesse in Wolfratshausen	4
<input type="checkbox"/> Bayerisches Landes-Seniorenmitwirkungsgesetz überfällig	6
<input type="checkbox"/> Ehrenamt: Ruhestand – was ist da?	7
Gesundheit: Kennen Sie das auch? Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme	10
Betreuungsverfügung und Patientenverfügung	12
Wohnen im Alter – Zusammen ist man weniger allein	15
Gut zu wissen – Soziale Leistungen	16
Wissenswertes zum Thema Pflege	
<input type="checkbox"/> "Tischregeln" für pflegende Angehörige	18
Tipps: Checkliste für einen Krankenhausaufenthalt	20
Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Arbeitskreisen und Gruppen	
<input type="checkbox"/> Verein der Freunde der Kreisklinik Wolfratshausen e.V.	21
<input type="checkbox"/> BRK – Tafel Loisachtal	22
<input type="checkbox"/> Caritas – Tagesstätte Ausblick in Geretsried	24
<input type="checkbox"/> Krisendienst Psychiatrie – Soforthilfe bei seelischen Krisen	25
<input type="checkbox"/> Tagesbetreuung demenzkranker Menschen in Bad Tölz	26
<input type="checkbox"/> Malteser helfen bedürftigen Menschen mit Besuchen und Mahlzeiten	27
Termine	29
Das sagt der Apotheker – IGeL - Individuelle Gesundheits-Leistungen	31
Wandervorschlag – Hinteres Sonnwendjoch aus der Valepp	33
Buchvorstellung – Der Reisebegleiter für den letzten Weg	35
Impressum	36

SENIENWOHN-PARK
Isar Loisach

Unser Seniorenwohnpark bietet:
Kurzzeit- & Verhinderungspflege
vollstationäre Pflegeplätze
31 Ein- bis Dreizimmerwohnungen

Moosbauerweg 7a
82515 Wolfratshausen
Telefon 08171 34886-0
www.asb-casa-vital.de

Wir haben noch Platz für nette Mitbewohner.

Unser Seniorenwohnpark bietet mit seiner freundlichen und familiären Atmosphäre Raum und Unterstützung für ein alltagsorientiertes und selbstbestimmtes Leben.

Wir haben hier und jetzt

ASB
Altenheim Service Bayern

Wichtige Telefon-Nummern

Polizei	110	Feuerwehr/Rettungsdienst	112
Krankenbeförderung	0881-19222	Ärztl. Notdienst	116117
Bayr. Rotes Kreuz	08041-76550	Bad Tölz, Schützenstraße 7	
Caritas - Bad Tölz	08041-79316100	Bad Tölz, Klosterweg 2	
- Geretsried	08171-98300	Geretsried, Graslitzer Straße 13	
Malteser Hilfsdienst	08171-43630	Wolfratshausen, Hans-Urmiller-Ring 24	
VdK	08041-761253	Kreisverband Bad Tölz-Wolfratshausen-Miesbach: Bad Tölz, Karwendelstraße 5	
Seniorenbeirat des Landkreises		Frau Bäumler	08041-505 280
Senioren-Info-Telefon		Frau Bäumler	08041-505 280
Seniorenberatung des Landkreises			
Mobile Seniorenhilfe		Frau Frick	08041-505 366
		Fr. Bäumler/Fr. Zorn	08041-505 236
Selbsthilfe-Kontaktstelle		Frau Erlacher	08041-505 121
Engagementförderung		Frau Weiß	08041-505 307
Betreuungsstelle		Frau Jacker	08041-505 450
Essen auf Rädern (Warm- und Tiefkühlkost)			
Bayerisches Rotes Kreuz			08171-934525
Malteser Hilfsdienst			08171-43630
Hausnotruf			
Bayerisches Rotes Kreuz			08041-76550
Malteser Hilfsdienst			08171-43630
Mobile Soziale Dienste – Einkaufshilfen, Haushaltshilfen			
Arbeiterwohlfahrt			08041-8456
Bayerisches Rotes Kreuz			08171-43060
Caritas Kontaktstelle „Alt und Selbständig“			08041-79316101
Malteser-Hilfsdienst			08171-43630
Hospizbegleitung und palliative Care-Beratung			
Christophorus Hospizverein			08171-999155
Pflege, ambulant			
Bayerisches Rotes Kreuz			08041-76550
Ambulanter Dienst Isarwinkel			0800-12 70 270
Ambulanter Pflegedienst Kollmeier & Besgen			08041-8084838
Caritas-Sozialstation Bad Tölz			08041-793 16 110
Caritas-Sozialstation Geretsried			08171-98 30 10
Wohnraumberatung			
Frau Weiß, LRA Seniorenberatung			08041-505 307

Weitere hilfreiche Informationen finden Sie auch im **Seniorenkompass**, kostenlos erhältlich bei jeder Stadt- und Gemeindeverwaltung des Landkreises

Liebe Leserinnen und Leser,

ich habe keine Zeit. Diesen Satz hören wir immer wieder. Oft dient er Rentnern, die morgens in den Baumarkt hetzen, als Alibi. Unser Umgang mit der Zeit, der wertvollsten Ressource, die wir haben, ist ein Desaster. Eine Stunde Lebenszeit für 100 oder 500 Euro herzugeben, erscheint in jungen Jahren als recht guter Deal, doch je älter man wird, zunehmend als Witz. Am Ende des Lebens bereut niemand, nicht mehr Zeit in der Firma verbracht zu haben. Für den Reichsten des Friedhofs gibt es keinen Preis. Steter Zeitmangel höhlt hingegen jede Beziehung zu anderen aus und nagt an dem verbindenden Band, bis dieses irgendwann bricht.



Es freut mich, dass Sie sich zum Lesen der aktuellen Ausgabe der SeniorenInfo genügend Zeit genommen haben. Vielleicht haben Sie bemerkt, dass sich dieses Heft etwas dicker anfühlt. Ihr Eindruck täuscht nicht. Das Redaktionsteam hat beschlossen, unsere SeniorenInfo ab sofort um vier Seiten zu erweitern. Wir erhalten laufend viele interessante Beiträge, die den bisherigen Heftumfang übersteigen. So waren wir gezwungen, einzelne Artikel auf das nächste Heft zu verschieben. Wir nehmen uns für diese Mehrarbeit gerne die Zeit, um Sie weiterhin aktuell zu informieren. Selbstverständlich erhalten Sie die SeniorenInfo wie bisher kostenlos.

Im Artikel „Ruhestand – was ist das?“ lassen wir Herrn Dr. Rainer Jurda zu Wort kommen. Er nimmt sich seit 2009 jedes Jahr drei Monate Zeit, um arme Menschen in noch ärmeren Ländern medizinisch zu versorgen. Wir sind stolz, dass Herr Dr. Jurda auch unserem Seniorenbeirat angehört.

Wissenswertes zu Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung erfahren Sie von Herrn Alfred von Hofacker. Eine alternative Wohnform für Senioren, das „Mehr-GenerationenWohnen“ stellt Ihnen Herr Gerhard Grasberger vor.

Wie Sie Gedächtnis- und Konzentrationsproblemen verbessern können, lesen Sie im Beitrag von Herrn Stephan Soutschek. Mit der Sinnhaftigkeit von „Igel – Individuelle Gesundheitsleistungen“ befasst sich Herr Dieter Höflich.

Tipps zu sozialen Leistungen und eine Checkliste für einen Krankenhausaufenthalt runden diese Ausgabe ab. Selbstverständlich dürfen Buchvorstellung und Wandertipp nicht fehlen.

Es grüßt Sie herzlich



Hermann Lappus

Bericht von der Seniorenmesse in Wolfratshausen

Die Seniorenmesse in Wolfratshausen ist für uns Beiräte der richtige Ort, um mit unseren älteren Mitbürgern ins Gespräch zu kommen und uns im wahrsten Sinne „live“ zu präsentieren.

Deshalb haben wir in den Sommerwochen uns intensiv auf diese Messe vorbereitet, eine Präsentation erarbeitet und genügend Informationsmaterial gesammelt. Unser Messestand war sehr gut besucht. Einige Seniorenbeiräte waren am Stand präsent und führten zum Teil intensive Gespräche mit unseren Besuchern. Natürlich haben wir auch die **SeniorenInfo** vorgestellt, die der Seniorenbeirat nun schon seit zehn Jahren regelmäßig quartalsweise kostenlos an Interessierte im ganzen Landkreis verteilt.

Bei unserer letzten Sitzung, die im Sitzungssaal der Gemeinde Münsing stattgefunden hat, wurden auch weitere Pläne geschmiedet, das Thema Gesundheit und Prävention in Zusammenarbeit mit dem Landkreis und dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege den Menschen näher zu bringen. Bürgermeister Glasl, der bei der Sitzung anwesend war, stellte zum Schluß fest:

"... da wird ja richtig diskutiert und gearbeitet!".

Die Lebenserwartung hierzulande steigt und wird weiter zunehmen. Schon in wenigen Jahren ist ein Drittel von uns über 60 Jahre alt. Gleichzeitig nimmt die Zahl der Hochbetagten zu. Die Mehrzahl der Kinder, die heute geboren werden, wird mit großer Wahrscheinlichkeit 80 Jahre und länger leben – eine glückliche Entwicklung.

Auf diese Gesellschaft des „Langen Lebens“ müssen sich auch Prävention und Gesundheitsförderung einstellen. Ältere Menschen sind eine vielfältige Gruppe mit unterschiedlichen gesundheitlichen Voraussetzungen, Möglichkeiten und Bedürfnissen. Diese Vielfalt muss angemessen berücksichtigt werden. So gesund wie möglich älter zu werden und das Leben selbstbestimmt gestalten zu können, hat höchsten Einfluss auf die Lebensqualität.

Aber das genaue Programm wird uns in diesem Herbst beschäftigen und wir freuen uns schon im kommenden Jahr eine tolle aktive Veranstaltung präsentieren zu können.



Die Seniorenbeiräte Helga Lehner (li.) und Manfred Richard (re.) auf der Seniorenmesse im Gespräch



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

**GESUNDHEIT
IN BESTEN HÄNDEN**

Alles, was das Leben gesünder macht, finden Sie bei Ihrer Gesundheitskasse. Mit umfassenden Leistungen, wenn es darauf ankommt. Und wertvollen Gesundheitsangeboten von der kompetenten Ernährungsberatung bis zum persönlichen Trainingsangebot. Mehr auf www.aok.de. Jetzt zur AOK wechseln!

Am 01. Oktober war der Internationaler Tag der älteren Generation. Hermann Lappus, Vorsitzender des Seniorenbeirates des Landkreis Bad Tölz-Wolfrathausen, schrieb aus diesem Anlass:

Bayerisches Landes-Seniorenmitwirkungsgesetz überfällig

„Dass Bayern heute eine Insel der Stabilität und des Fortschritts ist, ist vor allem auch der Generation 65 plus zu verdanken. Ihre Erfahrungen und Kompetenzen sind für unsere Gesellschaft von unschätzbarem Wert. Es ist Aufgabe der Politik, die Teilhabe und Mitgestaltung älterer Menschen am Gemeinwesen zu stärken. Dazu bedarf es passgenauer Rahmenbedingungen, und das bedeutet die Verabschiedung eines Bayerischen Landes-Seniorenmitwirkungsgesetzes durch den Bayerischen Landtag“, erklärte der Vorsitzende des Seniorenbeirates Hermann Lappus heute.

Die Generation 65 plus des 21. Jahrhunderts sei nicht vergleichbar mit der älteren Generation in den 50er, 60er und 70er Jahren des vergangenen Jahrhunderts. Sie lasse sich mit dem Erreichen des Rentenalters nicht lethargisch in den Schaukelstuhl zurück fallen und betrachte das Ganze nur noch mit dem Fernrohr. Sie wolle kräftig mitmischen und ihre Erfahrungen und Kompetenzen in den Dienst der Gesellschaft und der Politik stellen. Dies geschehe zwar bereits heute über kommunale Seniorenbeauftragte, Seniorenbeiräte, Seniorenvertretungen und die Landes Seniorenvertretung (LSVB). Die Krux hierbei sei jedoch, dass die Einrichtung der Seniorenbeiräte, ihre Mitwirkungsrechte und ihre finanzielle Ausstattung im Ermessen der jeweiligen Kommune läge. Das Gleiche gelte für die bayerische Landes Seniorenvertretung (LSVB). Diese würde zwar vom Bayerischen Sozialministerium mit jährlich rund 110.000 Euro unterstützt. Ihre Basis

bilde jedoch das Privatrecht und nicht das öffentliche Recht. Ihre Gestaltungs- und Mitwirkungsrechte stünden im Ermessen der zuständigen staatlichen Stellen. „Vor dem Hintergrund der Feststellung der Bayerischen Sozialministerin, dass die LSBV die zentrale Interessenvertretung für die älteren Bürgerinnen und Bürger Bayerns sei, ist die Einbringung eines Bayerischen Seniorenmitwirkungsgesetzes durch die Bayerische Staatsregierung in den Bayerischen Landtag nur konsequent“, so Hermann Lappus. Andere Bundesländer seien in diesem Punkt Bayern weit voraus.

Dass Bayern in Sachen Seniorenpolitik nicht ganz up to date sei, zeige auch ein Blick in die Bayerische Verfassung. Einmal werde die 65+ Generation, obwohl sie die größte Bevölkerungsgruppe Bayerns sei, im Gegensatz zu anderen (kleineren) Bevölkerungsgruppen nicht expressis verbis erwähnt. Zum anderen enthielte die in Art. 83 der Bayerischen Verfassung verankerte Auflistung der Kernaufgaben der Kommunen nicht den Aufgabenbereich „Belange der älteren Bevölkerung“, so Hermann Lappus abschließend.

Ruhestand – was ist das?

Seniorenbeirat Dr. Rainer Jurda ist als ehrenamtlicher Arzt in der Dritten Welt tätig

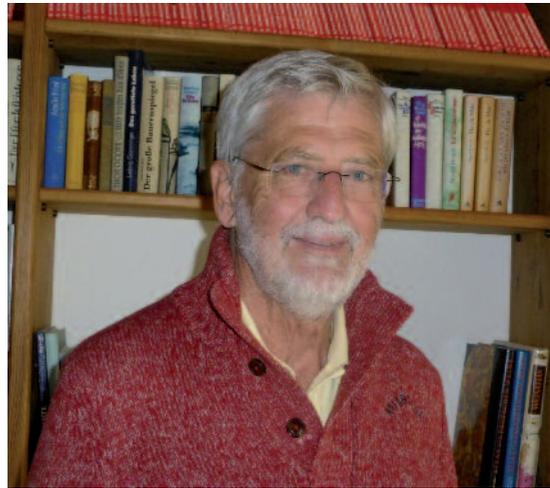
Bei manchen Sitzungen des Seniorenbeirates im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen, in dem Dr. Rainer Jurda seit 2013 Mitglied ist, heißt es: "Dr. Jurda ist entschuldigt, er arbeitet zur Zeit im Ausland!" Da kommen natürlich Fragen auf: Was macht er, wo ist er?

Da es zu meiner Tätigkeit gehört, neugierig zu sein, möchte ich diesen Fragen auf den Grund gehen und so sitzen wir jetzt bei einem zweiten Frühstück zusammen und Herr Dr. Jurda erzählt.

Vorab: Dr. Rainer Jurda ist 74 Jahre alt, verheiratet, hat zwei Söhne, sechs Enkelkinder, er ist Orthopäde und Chirurg und lebt mit seiner Frau Ulla in Wackersberg.

Jurda: Ich bin seit 2009 zweimal im Jahr á 6 Wochen für die Organisation **German Doctors** tätig. Mein Wunsch ist es, den Menschen in armen Ländern medizinische Hilfe zu bringen. Die meisten Einsätze führen mich nach Indien, Bangladesch und auf die Philippinen. Die medizinischen Hilfen erfolgen kostenlos, teils an einem festen Ort zu dem die Menschen kommen, teils direkt bei den Menschen in ihrem Dorf wegen der oft sehr weiten und beschwerlichen Wege.

Zur Behandlung der Patienten, die zu uns kommen können, haben wir eine feste Ambulanz eingerichtet bestehend aus Anmeldung, Behandlungsräumen, Apotheke usw. Wir untersuchen, verbinden, beraten und verteilen Medikamente. Wenn mehr nötig ist schicken wir die Patienten zu niedergelassenen Ärzten vor Ort, mit denen wir eine Kooperation für Röntgen, Labor usw. geschlossen haben. Alles was wir veranlassen muss jedoch unsere Organisation bezahlen, denn die Menschen haben meist kein Geld und eine staatliche Unterstützung gibt es nicht.



Der Schwerpunkt unserer Arbeit im Einsatzgebiet liegt bei der Mangelernährung von Säuglingen und Kindern, Behandlung von Durchfall, Parasitenbefall, Verbrennungen, Atemwegserkrankungen, Tuberkulose, Malaria, Aids, Diabetes und Bluthochdruck.

Die einheimischen Mitarbeiter sind sehr wichtig: Fahrer, Dolmetscher für die unterschiedlichen Dialekte und Krankenschwestern - in der Regel sind wir ein Team von fünf Personen. Pro Tag behandelt unser Team zwischen 70 und 90 Patienten.



Zu Beginn der Sprechstunden führen wir Schulungen durch; dann sind etwa 90 % der Patienten bereits anwesend. Hände waschen, Zähne putzen und allgemeine Themen werden mittels Schautafeln angesprochen und gezeigt. Dass Wasser zum Händewaschen benutzt werden soll, ist am schwersten zu vermitteln! In speziellen Programmen machen wir Schwangerschafts- und Mütterberatung. Die Frauen erfahren u. a. warum Stillen so wichtig ist; denn viele lehnen das ab, weil die Milch aus der Dose in den Ländern zu Spottpreisen verkauft wird und das viel bequemer ist. Wir leiten die Mütter an, ein ausgewogenes Essen mit vorhandenen Nahrungsmitteln zuzubereiten. Sie müssen jedoch mit ihren Kindern täglich erscheinen und diese unter Aufsicht füttern, denn vielfach essen sie die Nahrung selbst oder verkaufen sie auf der Straße. Ein wunderbarer Moment ist es dann

für mich, wenn der Säugling nach drei Wochen einige Kilogramm zugenommen hat.

Verhütung ist ein sehr großes Thema, besonders auf den Philippinen, da die dortige Bevölkerung streng katholisch ist. Im vorwiegend islamischen Bangladesch sind zwar die Imame dagegen, aber der Staat hat ein Verhütungsprogramm aufgelegt. Der Patient wird von uns aufgeklärt und es liegt dann in seinem Ermessen, sich an dem Programm zu beteiligen. Die Medikamente werden von unserer Organisation bezahlt, Die Geburtenrate in Bangladesch ist drastisch zurückgegangen und damit auch die Kindersterblichkeit.

Die Arbeit der **German Doctors** ist sehr kostenintensiv. Die Organisation ist rein spendenfinanziert. Wir Ärzte tragen mindestens die Hälfte der Reisekosten selbst. Frei ist Essen und Unterkunft. In den festen Zentren ist das etwas einfa-

cher als bei unseren Touren zu den Patienten. Dann versuchen wir in Kirchen, Gemeindezentren oder ähnlichen Einrichtungen Unterkunft zu bekommen.

Red.: Und was sagt Ihre Gattin, wenn Sie im Jahr drei Monate weit weg von zuhause sind?

Jurda: Meine Frau Ulla hat sehr großes Verständnis für meine Arbeit. Sie hat selbst ein Projekt in Indien und weiß was einen erwartet, wenn man in diesen Ländern Projekte aufbaut und mit der Bevölkerung arbeitet. Sie ist für den **Förderverein Schwester-Modesta-Hilfe, Indien tätig, der sich um die Beschulung möglichst vieler Kinder in der Klosterschule der "Englischen Fräulein" im**

nördlichen Bihar/Indien und die dortige Lehrerausbildung bemüht.

Schwester Modesta stammte aus Wackersberg und hieß mit bürgerlichem Namen Maria Bartl. Sie verstarb 2001.

Wer die genannten Projekte unterstützen will kann dies durch eine Spende auf folgende Konten tun:

German Doctors e. V.,
IBAN: DE12 5206 0410 0004 8888 80,
Evangelische Bank,
Stichwort "Medizinische Hilfe"

Förderverein Schwester Modesta-Hilfe,
Indien e. V.

IBAN: DE05 7005 4306 0011 4365 99,
Sparkasse Bad Tölz-Wolfratshausen

Seniorenbegleitung

Rundum-
Unterstützung für
**SENIOREN und
PFLEGEBEDÜRFTIGE**



Wir erleichtern
Ihren Alltag umfangreich.

HAUSHALT, PUTZEN,
EINKÄUFE, BESORGUNGEN,
BEHÖRDENGÄNGE u. v. m.
gehören mit zum Repertoire.

Hier erfahren Sie mehr:

 **0 81 71 / 48 94 04**

Rupert Mayer Seniorenheim Seehof

*Wir bieten vollstationäre Pflege
sowie Kurzzeit- und Urlaubspflege
in einer traumhaften Lage
unmittelbar am Ufer des Kochelsees.*



Unsere Mission
Menschlichkeit

Hilfe im Alter

Wir informieren und beraten Sie gerne.
Rupert Mayer Seniorenheim Seehof
Mittenwalder Straße 70
82431 Kochel am See
Telefon 08851/9222-0
aph-kochel@im-muenchen.de
www.aph-kochel.de

Kennen Sie das auch: Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme?

Da stehe ich im Keller und hole ein Glas Marmelade - aber was wollte ich noch mitnehmen? Da grüßt mich sehr freundlich ein Mann auf der Straße, dessen Gesicht mir bekannt ist - aber der Name fällt mir partout nicht ein. Und wie war jetzt noch meine PIN für den Geldautomat? Da kommt man schon ins Grübeln: Sind das schon Anzeichen einer beginnenden Demenz.

In solchen Fällen kann es sich lohnen eine **Gedächtnisambulanz** aufzusuchen. Diese Einrichtungen, die auch "Memory-Klinik" genannt werden, sind in aller Regel an eine Klinik angeschlossen. In Ihnen können sich ältere Patienten (in der Regel ab dem 65. Lebensjahr), bei denen die geistigen Fähigkeiten abnehmen oder die zumindest den Verdacht haben, dass das bei ihnen der Fall ist, untersuchen lassen. Gründe dafür können nicht nur sich häufende Gedächtnisaussetzer sein, sondern auch zunehmende Probleme, die richtigen Wörter zu finden oder sich zu konzentrieren.

Hinter diesen Beschwerden muss aber keine Demenz stecken. Zum einen ist es bis zu einem gewissen Grad normal, dass im Alter die geistigen Kräfte nachlassen. Zum anderen können auch seelische Erkrankungen wie zum Beispiel Depressionen sowie Flüssigkeits- oder Schlafmangel, Medikamente, Alkohol oder Stress zu vorübergehenden kognitiven Leistungseinbußen führen. Diese Ursachen lassen sich ebenfalls bei der Untersuchung in einer Gedächtnisambulanz aufdecken und entsprechend behandeln.

Erster Ansprechpartner ist normalerweise der Hausarzt. Er wird den Patienten gegebenenfalls zum Spezialisten überweisen. Prinzipiell kann ein Neurologe oder Psychiater einen Patienten auf eine mögliche Demenz untersuchen. Je ausgeprägter die Symptome sind, desto leichter fällt es natürlich, die Diagnose zu stellen. Gedächtnisambulanzen sind auf eine Früherkennung spezialisiert. Vor allem bei unklaren Anzei-

chen kann es deshalb sinnvoll sein, dass der Arzt direkt an eine solche Ambulanz überweist. Die Kosten für die Untersuchung übernehmen die Krankenkassen.

Der erste Besuch in der Gedächtnisambulanz selbst kann mehrere Stunden dauern. Unter Umständen sind weitere Termine nötig. Ein Team aus Spezialisten befragt den Patienten zu seinen Beschwerden und Vorerkrankungen (Anamnese), untersucht den körperlichen Gesundheitszustand und überprüft die Gehirnleistungen mit ausführlichen Tests. Je nach Ursache der kognitiven Störung oder Demenz wird eine passende Therapie vorgeschlagen und der Patient zur weiteren Behandlung an einen Neurologen überwiesen.

Einem Verdacht auf eine Demenz nachzugehen, lohnt sich, denn eine früh erkannte Demenz lässt sich besser behandeln. Nach jetzigem Stand der Forschung ist das Leiden zwar nicht heilbar. Dennoch lässt sich bei der Alzheimer-Erkrankung und der vaskulären Demenz, den beiden häufigsten Erscheinungsformen, der Verlauf mithilfe von Medikamenten sowie begleitenden Maßnahmen wie Krankengymnastik oder Sprachtherapie zumindest verzögern.

Das Ergebnis der Untersuchungen in der Gedächtnisambulanz kann aber auch lauten, dass keine Demenz vorliegt. Sollten andere Krankheiten hinter den Gedächtnispannen stecken, können die Ärzte diese in den Untersuchungen meist aufdecken und dann ebenfalls behandeln.

Informationen: www.deutsche-alzheimer.de/gedaechtnissprechstunden

Für Senioren, Behinderte und pflegende Angehörige

Wir, das Soziale Netzwerk, kämpfen für Sie bei allen zuständigen Behörden, Institutionen, Ärzten, Pflegekassen etc., denn unser Motto ist „ambulant vor stationär“. Suchen Sie Hilfe in der Rundum-Organisation Ihrer häuslichen Pflege? Der Mensch soll selber die Entscheidung treffen können, wie und wo er sein Leben verbringen möchte.

Brauchen Sie Unterstützung bei:

- ▲ Verbesserung der häuslichen Pflegesituation
- ▲ Pflegeeinstufungen (MDK)
- ▲ Gesprächen mit Ärzten oder mit Kranken- und Pflegekassen
- ▲ Anträge bei Kranken- und Pflegekassen (z.B. Verhinderungspflege)
- ▲ Anträge beim Versorgungsamt, Rententrägern, Sozialhilfe, Bezirk Oberbayern etc.
- ▲ Organisation von Hausnotruf, Essen auf Rädern, Pflegemitteln, Inkontinenzartikeln, Haushaltshilfen und Pflegediensten etc.
- ▲ Behinderten- oder pflegerechte Umgestaltung der Wohnräume und Beantragung der erforderlichen Zuschüsse
- ▲ Verbesserung der Lebensqualität bei Pflege, sozialer und psychologischer Probleme, Analyse der Familien- bzw. Pflegesituation

Sind Sie behindert oder fühlen Sie sich benachteiligt? Wir...

- stellen Anträge für betreutes Einzelwohnen oder das Budget beim Bezirk Oberbayern
- helfen Ihnen bei der Pflegeeinstufung
- organisieren und überwachen Haushaltshilfen im Rahmen eines niederschweligen Angebotes
- organisieren und koordinieren verordnete Therapien im und außer Haus von Ärzten, Therapeuten und anderen Fachkräften

Dies organisieren und überwachen wir im Sozialen Netzwerk.

Wir helfen Ihnen und freuen uns auf Ihren Anruf!

Sprechstunden: nach telefonischer Vereinbarung

Sie erreichen uns tagsüber im Büro von 8.00 - 17.00 Uhr



Das soziale Netzwerk gemeinnützige UG (haftungsbeschränkt)
Elfi Blank-Böckl . Hans-Urmiller-Ring 46 . 82515 Wolfratshausen
Telefon 08171/99 89 475 . Fax 08171/99 89 476
eMail: soziales_netzwerk@web.de

von Alfred von Hofacker, Rechtsanwalt
und langjähriger Hospizbegleiter
des Christophorus Hospiz-Vereins Bad Tölz-Wolfratshausen

Vorsorge für Unfall - Krankheit - Alter durch Vollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

Zur Patientenverfügung

In der „Senioreninfo“ Nr.1 hat unsere Seniorenbeirätin Gabriele Skiba über ein Urteil des Bundesgerichtshofs (BGH) vom 6. Juli 2016 berichtet, das für Verunsicherung sorgte. Inzwischen hat derselbe Senat des Bundesgerichtshofes (BGH) in einer Entscheidung vom 08.02.2017 seine Rechtsprechung weiter präzisiert und ausgesprochen, dass sich die erforderliche Konkretisierung im Einzelfall auch bei einer weniger detaillierten Benennung bestimmter ärztlicher Maßnahmen durch die Bezugnahme auf ausreichend spezifizierte Krankheiten oder Behandlungssituationen ergeben kann.

Mit dieser Entscheidung kann davon ausgegangen werden, dass die vom Bayerischen Staatsministerium der Justiz und für Verbraucherschutz herausgegebene Patientenverfügung in der Broschüre „Vorsorge für Unfall, Krankheit,

Alter“ auf jeden Fall den Anforderungen der BGH-Rechtsprechung gerecht wird. Die 17. Auflage der Broschüre ist übrigens im Januar 2017 im Verlag C. H. Beck erschienen.

In meinen zahllosen Beratungen werde ich immer wieder gefragt, wie rechtlich verpflichtend ist eigentlich eine Patientenverfügung?

Seit der Gesetzgeber im Jahr 2009 die Patientenverfügung im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) aufgenommen und definiert hat (§ 1901a BGB) ist sie immer dann für den Arzt rechtlich bindend, wenn die Voraussetzungen, die der Gesetzgeber an die Wirksamkeit einer Patientenverfügung geknüpft hat, vorliegen bzw. erfüllt werden, als da sind: Einwilligungsfähigkeit, Volljährigkeit, Schriftlichkeit und ausreichende konkrete Handlungsanweisungen wie in Ziff. 1 bis 4 in der vorerwähnten bayrischen Patientenverfügung beschrieben.

Wir verbinden Generationen

SENIOREN
RESIDENZ
DEISENHOFEN

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege

Seniorenresidenz Deisenhofen
Bahnhofplatz 3 • 82041 Deisenhofen
fon 089.121 921 444 • fax 089.121 921 455 • info@seniorenresidenz-deisenhofen.de

Übrigens: der jeweils behandelnde Arzt ist der einzige Adressat, an den sich die Patientenverfügung richtet. Er entscheidet im Einvernehmen mit dem Betreuer bzw. Vorsorgevollmächtigten unter Berücksichtigung des Patientenwillens, welche ärztliche Maßnahme im Hinblick auf den Gesamtzustand des Patienten indiziert, d.h., medizinisch noch sinnvoll ist. Nur wenn dieses Einvernehmen nicht hergestellt werden kann, entscheidet das Betreuungsgericht.

Und noch eins: solange ich mit meinem Kopf noch zwei Bewegungen ausüben kann, nämlich mit dem Kopf noch nach vorne nicken oder nach links und rechts schütteln, bedarf es keiner Patientenverfügung, denn ich kann jede relevante Frage des Arztes mit einem klaren „ja“ oder „nein“ beantworten. Vielleicht kann das eine Beruhigung sein.

Zur Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Wenn sie eine Patientenverfügung gemacht haben, empfiehlt es sich, sie mit einer Vollmacht, am besten mit einer sog. Vorsorgevollmacht, zu verbinden. Denn sie wollen doch, dass ihr in der Pa-

tientenverfügung niedergelegter Wille im Zweifel auch von einer Vertrauensperson nach außen zur Geltung gebracht wird und diese Person mit Rechtsmacht für sie sprechen darf.

Als der Gesetzgeber im Jahr 2009 die Patientenverfügung gesetzlich geregelt hat, hat er auch die Vollmacht gegenüber der gerichtlich angeordneten Betreuung aufgewertet, wenn in der Vollmacht all die Angelegenheiten mit aufgeführt sind, die in dem Vollmachtsformular der von mir bereits erwähnten bayr. Broschüre gleich zu Beginn unter „Gesundheitsvorsorge / Pflegebedürftigkeit“ genannt werden. Mit einer solchen Vollmacht können sie in den allermeisten Fällen eine gerichtlich angeordnete Betreuung vermeiden.

Kreuzen sie in dem Vollmachtsformular am Ende unter „Betreuungsverfügung“ auch noch an, dass sie im Falle der Erforderlichkeit einer rechtlichen Betreuung es wünschen, dass ihr Bevollmächtigter in einem solchen Fall auch zum Betreuer bestellt wird. Mit einem solchen „ja“ sind sie in jedem Fall auf der sicheren Seite und können sich das Ausfüllen des Formulars

PROBEWOHNEN

im Seniorenwohnen
„Haus am Park“ schon für **45,-** €/Tag

Sie sind noch unentschlossen und fragen sich, ob ein Umzug für Sie das Richtige ist?

Das Probewohnen im Seniorenwohnen „Haus am Park“ bietet Ihnen eine Möglichkeit zum unverbindlichen Testen.

Seniorenwohnen „Haus am Park“

Buchener Str. 6, 83646 Bad Tölz

Tel.: 08041-5060, Fax: 08041-72536

info.hap@rks.brk.de, www.seniorenwohnen.brk.de

*Zuhause
in besten Händen*

Seniorenwohnen BRK

**Bei 3 Wochen
3 Tage gratis!**

Sozialservice-Gesellschaft
des Bayerischen Roten Kreuzes GmbH



„Betreuungsverfügung“ sparen. Ich werde daher auch nicht näher auf die Betreuungsverfügung eingehen.

Noch ein paar Hinweise zur Vorsorgevollmacht:

a) Wenn sie mehrere Personen in einer Vollmachtsurkunde einsetzen, müssen sie wissen, dass im Entscheidungsfall Einigkeit unter den Bevollmächtigten erzielt werden muss. Ich empfehle daher, mehrere Einzelvollmachten zu erteilen und intern eine bestimmte Reihenfolge unter den Beteiligten festzulegen oder dem Einzelnen das Recht einzuräumen, in seinem Verhinderungsfall Untervollmacht zu erteilen. Auch in einem solchen Fall kann der Vollmachtgeber intern festlegen, wem und in welcher Reihenfolge Untervollmacht erteilt werden soll.

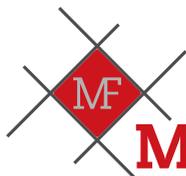
All dies bedarf der Kommunikation!

b) Eine Vollmacht darf nicht mit Bedingungen wie z. B. „für den Fall, dass...“ versehen werden.

c) Eine Beglaubigung der Unterschrift des Vollmachtgebers bedarf es, wenn der Bevollmächtigte berechtigt sein soll, Immobilien für den Vollmachtgeber zu veräußern, um z.B. erhöhte Pflegekosten finanzieren zu können. Hier hat der Bevollmächtigte die Wahl die Beglaubigung durch einen Notar oder - und das ist der billigere Weg - durch den Urkundsbeamten der Betreuungsbehörde beim Landratsamt vornehmen zu lassen.

d) Ich empfehle, dass der Vollmachtgeber aus Sicherheitsgründen zunächst das Original der Vollmacht bei sich behält, dem Bevollmächtigten aber sagt, wo er im Bedarfsfall das Original findet.

e) In Zweifelsfällen empfehle ich bei der Errichtung der Vorsorgevollmacht rechtlichen Rat einzuholen, um Fehler zu vermeiden, die u. U. die Unwirksamkeit der Vollmacht zur Folge haben.



Michael Förg

Fliesen | Platten | Mosaik

*Schnell und kompetent
von Meisterhand...*

- Komplettbadsanierung
 - barrierefreie Badumbauten
- Handwerkskammer zertif.

- Natursteine: Granit, Marmor
- Großformatfliesen -3m Kante
- Silikonfugen

Michael Förg . Meisterbetrieb . Am Hochfeld 7a . 82544 Egling
Telefon 08176/92 54 70 . Fax 08176/99 74 11 . eMail: fliesen@michael-foerg.de

Zusammen ist man weniger allein

MehrGenerationenWohnen (MGW) – eine alternative Wohnform für Senioren?

Wir meinen Ja, weil in MehrGenerationenWohnhäusern jeder seine eigene Wohnung hat und selbstbestimmt wohnen kann, aber durch die Gemeinschaft nicht einsam lebt. Durch die gegenseitige Hilfe, die Kommunikation, die gemeinsamen Unternehmungen und viele andere Dinge, wird die Lebensqualität enorm gesteigert und die Inanspruchnahme von Pflegediensten hinausgeschoben oder sogar vermieden.

An der Schützenstrasse in Bad Tölz (Schlösslwiese) und im Ortsteil Burgstein der Gemeinde Wackersberg entstehen auf Initiative des Fördervereins MehrGenerationenhaus – Begegnung und Wohnen – e.V. Bad Tölz die ersten MehrGenerationenWohnhäuser im Landkreis.

Unsere Idee: Jung und alt wohnen gemeinsam miteinander unter einem Dach und die Hausgemeinschaft unterstützt sich gegenseitig. Wer hier lebt, entscheidet sich bewusst für ein Miteinander im Alltag und kann auf die Hilfe anderer zählen. Jungen Familien kommen zum Beispiel Angebote zur Kinderbetreuung im MehrGenerationenWohnhaus zugeute, wenn ältere Menschen dabei die Funktion von Großeltern übernehmen. Im Gegenzug können Senioren auf die

Jüngeren zählen, wenn es ums Einkaufen, Kochen oder andere Gemeinschaftstätigkeiten geht. Neben dem gelebten Miteinander innerhalb des Hauses (Kaffee-Runde sowie andere Treffen, Feiern und Veranstaltungen) und ausserhalb (Konzertbesuche, Ausflüge usw.), profitieren die Bewohner von dem engen Kontakt zu dem MehrGenerationenhaus im Franziskuszentrum und zu „Alt und Selbständig“.

Selbstbestimmung, Kommunikation, gemeinsame Freizeitgestaltung, Leben in einer Gemeinschaft, soziale Bindungen und andere Bedürfnisse eines älteren Menschen, sollen im Rahmen der Hausgemeinschaft in einem MehrGenerationenWohnhaus gelebt werden. Selbstverständlich können auch die bisherigen Freunde und Bekannten auf einen „Ratsch“ vorbei kommen.

Informationen erhalten Sie bezüglich:

Verein: mgh-foerderverein.de

eMail: mgh-foerderverein@web.de

Projekt Schlösslwiese (Bad Tölz):

Jutta Liebl, Telefon 08841/489844,

eMail: jutta.liebl@arcor.de

Projekt Burgstein (Wackersberg):

Gerhard Grasberger, Telefon 08041/9354

eMail: grasberger.bad-toelz@web.de



Computer-Kurse!



Wissen, wie es geht.

PC-HELP!

Computerdienstleistungen GmbH

Man wächst mit seinen Aufgaben ...

Aktuelles Programm
und Infos anfordern unter:

08171 - 48 37 0 oder kurse@pc-help.de

PC-SYSTEME | NETZWERK | TELEFONANLAGEN | DSL | SERVICE | ERP-SYSTEME | SCHULUNGEN
Josef-Schnellrieder-Weg 4a • 82515 Wolfratshausen • Tel. 0 81 71 - 48 37 0 • Fax 48 37 35 • www.pc-help.de • Email pc-help@pc-help.de



Soziale Leistungen

Blindengeld

Blinde erhalten, unabhängig von der Frage der Bedürftigkeit, Blindengeld. Als Blinde gelten Personen, deren Sehschärfe weniger als 2 % beträgt, sowie Personen mit sonstigen Störungen des Sehvermögens von gleichem Schweregrad. Taub blinde Menschen erhalten ein verdoppeltes Blindengeld. Lebt der Blinde in einem Heim oder einer gleichartigen Einrichtung ruht das Blindengeld in der Regel zur Hälfte.

Ansprechpartner: Zentrum Bayern, Familie und Soziales, Servicezentrum München, Bayerstr. 32, 80335 München, Telefon 089/189660

Eingliederungshilfe

Die Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung umfasst verschiedene Leistungen des Sozialhilfeträgers. Der Anspruch besteht nur nachrangig, wenn kein vorrangig verpflichteter Träger (z.B. Kranken- oder Pflegeversicherung, gesetzliche Unfallversicherung) die Hilfe leistet und der Betroffene mehr als sechs Monate körperlich, geistig oder seelisch wesentlich behindert oder von einer Behinderung bedroht ist. Zudem dürfen bestimmte Einkommensgrenzen nicht überschritten werden. Eingliederungshilfe umfasst Leistungen zur medizinischen Rehabilitation und Teilhabe am Arbeitsleben, Hilfe zur Beschäftigung in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung, Hilfe zur Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft, Hilfen für Schule, Ausbildung und Arbeitsplatz sowie Hilfen in einer vollstationären Einrichtung der Behindertenhilfe. Leistungsberechtigte können Leistungen auch als „Persönliches Budget“ beantragen. Dies bedeutet, dass sie einen Geld-

betrag oder Gutschein erhalten, mit dem sie die benötigten Leistungen selbst organisieren und bezahlen.

Zuständig: Bezirk Oberbayern, Prinzregentenstr. 14, 80538 München, Telefon 089/219801

Euro-WC-Schlüssel

Viele öffentliche Behinderten-WCs sind mit einer einheitlichen Schließanlage ausgerüstet, die mit dem sogenannten Euro-WC-Schlüssel geöffnet werden können. Damit diese WCs von allen Menschen mit Behinderung genutzt werden können, kann hierfür ein Generalschlüssel gegen eine Gebühr von 20 € beim CBF Darmstadt (Club Behinderter und ihre Freunde in Darmstadt und Umgebung e.V.) bestellt werden.



AWO
**Demenz-Zentrum
Wolftratshausen**

*Wir betreuen, begleiten
und pflegen
demenziell erkrankte Menschen*

Paradiesweg 18
82515 Wolftratshausen
Telefon 08171/4325-0
Telefax 08171/4325-11
e-Mail: info@sz-wor.awo-obb.de
www.sz-wolftratshausen.awo-obb.de



Der Schlüssel passt an Autobahntoiletten, an behindertengerechten Toiletten vieler Städte in Deutschland, in Österreich, der Schweiz und bereits in einigen weiteren europäischen Ländern. Der CBF ist darauf bedacht, dass der Schlüssel nur an Menschen mit Behinderung ausgehändigt wird, die auf behindertengerechte Toiletten angewiesen sind. Das sind: schwer Gehbehinderte; Rollstuhlfahrer; Stomaträger; Blinde; Schwerbehinderte, die hilfsbedürftig sind und gegebenenfalls eine Hilfsperson brauchen; an Multipler Sklerose, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa Er-

krankte und Menschen mit chronischen Blasen-, Darmleiden. Auf jeden Fall erhalten Sie einen Euro-WC-Schlüssel, wenn Sie einen GdB (Grad der Behinderung) von mindestens 70 und das Merkzeichen G im Schwerbehindertenausweis haben. Deshalb muss bei einer Bestellung eine Kopie des Schwerbehindertenausweises, bei Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa ein ärztliches Attest vorgelegt werden.

Kontakt: CBF Darmstadt,
Pallaswiesenstr. 123 a, 64293 Darmstadt
Telefon 06151/812210

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 08171/386 18-0 oder 386 18-12
Fax 08171/386 18-27, E-Mail: st-hedwig@caritasmuenchen.de

“Tischregeln“ für pflegende Angehörige

Bei der Unterstützung von Pflegebedürftigen ist oft viel Geduld gefragt - vor allem beim Essen. Hier wollen wir Ihnen ein paar Tipps geben, wie es vielleicht entspannter und besser geht.

1. Angenehme Atmosphäre schaffen

Lädt das Umfeld zum Wohlfühlen ein? Der Pflegende sollte sich vorstellen, wie er selbst gerne speisen würde. Ein Nachtstuhl neben dem Suppentablett verdirbt bestimmt den Appetit. Auch hektik schlägt auf den Magen. Also nicht die Bügelwäsche zwischen Schnitzel und Dessert erledigen. Fragen Sie vor dem Essen, wie es dem anderen geht. Plagen ihn Schmerzen? Drückt ihn die Blase? Sitzt die Zahnprothese nicht richtig oder hat er sie gar nicht im Mund?

2. Zum Essen aufstehen – soweit dies möglich ist

Ermutigen Sie den Umsorgten aufzustehen, um am Tisch zu Essen. Damit der Bissen nicht buchstäblich im Hals stecken bleibt, sollte der Betreffende aufrecht sitzen - mit geradem Rücken und aufgestellten Füßen. Wer im Bett speisen muss, braucht Unterstützung, um nicht in eine Schräglage zu geraten. Der Oberkörper sollte so hoch gelagert sein, dass das Gewicht des Bettlägerigen auf dem Becken liegt.

3. Trinken aus der Lieblingstasse

Als Anti-Klecker-Hilfe ist der Schnabelbecher beliebt - aber meist nur beim Pflegenden! Der Trinkende muss den Kopf weit zurücklegen, das ist eine Kraftanstrengung und führt leicht zum Verschlucken. Reichen Sie ihm lieber seine Lieblingstasse und füllen Sie diese nur zur Hälfte, falls jemand zittert.

4. Den Tisch sicher decken

Es hebt mit Sicherheit das Selbstwertgefühl Ihres Angehörigen, wenn er an einem gedeckten Tisch speisen kann. Platzieren Sie niedriges Geschirr vorne und höhere Ge-

fäße hinten. Mitunter empfiehlt sich ein spezielles Gedeck und Besteck mit verdickten Griffen, die besser in der Hand liegen. Mit einer Gummiunterlage unter dem Teller tut sich Ihr Tischpartner ebenfalls leichter. Der Fachhandel hat dazu gute Angebote.

5. Auf Augenhöhe – nicht von oben herab

Setzen Sie sich Ihrem Pflegebedürftigen auf Augenhöhe gegenüber. Bieten Sie das Essen von vorn an, und führen Sie Löffel oder Gabel von unten zum Mund. Ihr Gegenüber sollte das Essen sowohl auf dem Teller als auch auf der Gabel sehen können. Zerkleinern Sie die Speisen nur wenn notwendig und dann nur vor den Augen des Kranken. Warten Sie ab, bis er geschluckt hat, bevor Sie den nächsten Bissen anbieten.

Verzichten Sie auf einen Latz! Bieten Sie stattdessen eine Serviette an, damit können Sie die Speisereste vom Mund abwischen.

6. Die Hand beim Essen führen

Nehmen Sie Ihrem hilfsbedürftigen Familienmitglied nicht alles aus der Hand. Machen Sie es, falls möglich, lieber umgekehrt: Legen Sie das Messer behutsam in seine Hand, führen diese zum Butterteller und schmieren dann gemeinsam eine Scheibe Brot. Gerade bei Schlaganfallkranken ist dies ein Anreiz für das Gehirn. Vielleicht erlernte der Kranke auf Dauer diese Handgriffe wieder.

7. Fingerfood bei Demenz

Lassen Sie Demenzkranken ihre Würde. Pochen Sie nicht auf gute Tischmanieren. Viele verlernen, mit Messer und Gabel zu speisen. Tischen Sie dann Fingerfood auf. Schnitzel, mundgerecht serviert, macht Hunger auf mehr und das ist gut so. Viele Demenzkranke sind auch wegen ihres Bewegungsdrangs oft viel zu schlank.

8. Verschluckt? Ruhe bewahren

Wenn Ihr Angehöriger sich leicht verschluckt, bieten Sie ihm nur Speisen an, die er leicht schlucken kann. Eine logopädische Beratung ist in diesem Fall sinnvoll. Sie können Speisen und Getränke leicht andicken. Reichen Sie das Essen in kleinen Portionen und verrühren Sie Pillen mit Joghurt. Hier sollten Sie aber mit einem Apotheker sprechen, denn nicht alle Medikamente eignen sich dazu. Doch was, wenn ein Stück Brot in die Luftröhre rutscht? Ruhe bewahren! Ihr Angehöriger sollte aufrecht sitzen. Manchmal hilft ein Schluck zu Trinken. Tritt Luftnot auf, rufen Sie den Notarzt. Klopfen Sie dem Patienten in der Zwischenzeit mit der flachen Hand kräftig zwischen die Schulterblätter. Dabei sollte sich der Angehörige leicht nach vorne beugen.

Alten - und Pflegeheim Josefistift *...im Heim Daheim!*



In zentraler Lage bei der Mühlfeldkirche
95 Plätze überwiegend
in Einzelzimmern- davon 26 Plätze
in beschützendem Wohnbereich.
Vieseitige Beschäftigungsangebote wie
z.B. Gymnastik, Gedächtnis-
Erinnerungsarbeit sowie Musik,
Ausflüge und Festivitäten bieten eine
abwechslungsreiche Tagesgestaltung.

Bahnhofstraße 3
83646 Bad Tölz
Telefon 08041/79 46 36-0



NATURHEILPRAXIS

MERCEDES NEBELTHAU

Die Naturheilpraxis in Ihrer Nähe!

In meiner Praxis biete ich eine speziell auf Sie und Ihre gesundheitlichen Beschwerden abgestimmte Auswahl von Naturheilverfahren an. Meine Praxisschwerpunkte sind:

Augendiagnose
Reflexzonendiagnose
Vitalblutanalyse im Dunkelfeldmikroskop
Labordiagnostik
Natürliche Hormontherapie
Ausleitende Therapieverfahren
Entgiften & Ausleiten
Homöopathie
Eigenbluttherapie
Heilfasten
Wirbelsäulentherapie

Alle diese Therapieformen verbindet die Erkenntnis, dass die Kräfte der Natur das beste Heilmittel für Körper und Geist sind.

**Lernen Sie diese Kräfte kennen
und für sich zu nutzen!**



Münchner Str. 38 · 83607 Holzkirchen
Tel. 08024 - 646 76 07 · Mobil 0172 - 525 76 56

Checkliste für einen Krankenhausaufenthalt

Wenn ein Krankenhausaufenthalt ansteht kommt mit Sicherheit die Frage auf, was nehme ich mit?
In nachfolgender Liste finden Sie alles, was Sie im Krankenhaus benötigen.

Unterlagen für die Aufnahme

Einweisungsschein des Hausarztes
Krankenversicherungskarte
Personalausweis
Anschriften und Telefonnummern der nächsten Angehörigen

Unterlagen für den Arzt

Unterlagen des Hausarztes (Vorbefunde, Röntgenaufnahmen, Laborberichte)
Einnahmeplan für Medikamente bzw. Medikamentenliste

Soweit vorhanden:

Herzschrittmacher-Ausweis
Marcumar-Pass, Allergie-Pass
Röntgen-Pass, Pflegeüberleitungsbogen (wenn Sozialstation die häusliche Pflege übernommen hat)

Wasch- und Toilettenartikel

Handtücher, Waschlappen, Seife, Duschgel, Creme, Zahnbürste, Zahnpasta, Zahnbecher, Mundwasser, Zahnprothese(n), Prothesenbecher, Reinigungsmittel, Handspiegel, Shampoo, Kamm, Haarbürste, Nagelschere, Nagelfeile, individuelle Pflegemittel (z.B. Rasierapparat)

Bekleidung

Schlafanzüge, Nachthemden, Morgenmantel oder bequeme Hauskleidung z.B. Hausanzug, Hausschuhe, „feste“ Schuhe, Schuhlöffel, Strümpfe angepasste Stützstrümpfe, Unterwäsche, Kleidung für Entlassung

Sonstiges

Brille, Hörgerät, Gehstock, Lesebedarf
Schreibutensilien, kleinere Geldbeträge, Mobiltelefon und Tablet

Bitte lassen Sie folgende Gegenstände unbedingt zu Hause

Schmuck oder andere Ihnen wichtige Wertgegenstände, größere Geldbeträge, Sparbücher

Bei diesem Thema möchten wir gerne auf die Notfallmappe hinweisen.

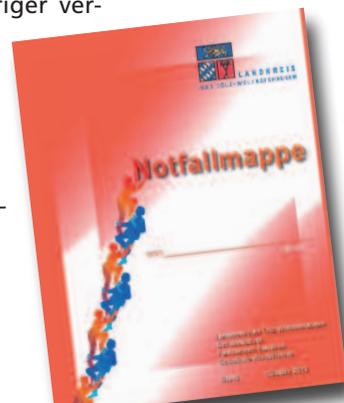
Das Spektrum der Notfälle reicht von einem ungeplanten Krankenhausaufenthalt bis hin zum plötzlichen Tod.

Der Seniorenbeirat des Landkreises hat deshalb gemeinsam mit dem Fachbereich Senioren des Landratsamtes, für die Bürgerinnen und Bürger aller Altersgruppen eine Notfallmappe erstellt. Auf insgesamt nur 10 Seiten gibt die Notfallmappe Hinweise zu den wichtigsten Entscheidungen die zu treffen sind und an welcher Stelle man dazu Informationen findet.

Für Helfer geben die ausgefüllten Seiten einen Überblick, über Angaben zu vertrauten Personen, wichtigen Medikamenten, Vorsorgeentscheidungen etc., die in einem Notfall möglichst schnell zur Hand sein sollten.

Ergänzend enthält die Notfallmappe Checklisten darüber, welche Unterlagen an einem festen Ort aufbewahrt werden sollten, was man vorbereitend für einen Krankenhausaufenthalt tun kann und welche Schritte zu gehen sind, wenn ein naher Angehöriger verstorbt.

Die Notfallmappe erhalten Sie kostenlos in Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung.



Verein der Freunde der Kreisklinik Wolfratshausen e.V.

Die Förderung der Gesundheit ist eine der wichtigsten gesellschaftspolitischen Aufgaben zur Sicherung unserer Lebensqualität. Die Gesundheitsreform und die knappen Mittel der öffentlichen Krankenkassen verordnen den Krankenhäusern ein sehr enges Finanzbudget, das zusätzlichen Sonderausstattungen oder Maßnahmen zur Anpassung an neueste medizinische und pflegerische Einrichtungen kaum Spielraum lässt. Um diese Lücke - zumindest teilweise - zu schließen, gründete im Jahr 1993 Dr. Joseph Zimbauer den Verein der Freunde der Kreisklinik Wolfratshausen e.V.

Ziel des Vereins ist die Förderung der regionalen öffentlichen Gesundheitspflege mit zwei Schwerpunkten:

1. Mithilfe bei der Anschaffung modernster Medizintechnik.

Durch Mitgliedsbeiträge und Spenden konnten bislang Geräte, Ausstattungen und Fördermaßnahmen im Wert von 652.260 € (Stand Juni 2017) angeschafft bzw. unterstützt werden.

2. Die Zusammenführung der Interessen von Patienten, Klinikmitarbeitern und allen Bürgern, um im gegenseitigen Verständnis die bestmögliche medizinische Versorgung zu fördern. Dazu tragen in Kooperation mit den Verantwortlichen u.a. die laufend veranstalteten öffentlichen Vorträge zu medizinischen Problemen bei. Zudem organisiert der Verein regelmäßig für jedermann zugängliche Kunstausstellungen in der Klinikgalerie.

In der Verwaltung und der Organisation des Vereins entstehen keine Kosten. Weder der Vorstand noch sonstige Mitglieder werden für ihre ehrenamtliche Tätigkeit entschädigt oder honoriert. Der Verein ist überparteilich und konfessionell ungebunden. Sowohl Klinik-Geschäftsführer Hubertus Hollmann als auch die Chefärzte bestätigen: „Ohne den ,Verein der Freunde der Kreisklinik Wolfrats-

hausen' hätten wir uns viele Anschaffungen gar nicht leisten können, die nun unsere Arbeit erheblich erleichtern und unseren Patienten zugute kommen!“

Um die wichtige Arbeit des Vereins auch in Zukunft fortsetzen zu können, bitten wir Sie sehr herzlich: Schließen Sie sich an und werden Sie Mitglied! Wir haben bis jetzt sehr viel erreicht und wir können noch mehr tun mit Ihrer Hilfe. Viele Bürgerinnen und Bürger, unter ihnen namhafte Persönlichkeiten aus dem öffentlichen Leben, unterstützen bereits unsere Arbeit.

Der Jahresbeitrag beträgt 30,00 Euro. Der Verein bittet jedoch die Vereinszwecke nach eigenem Ermessen durch höhere Beiträge zu fördern. Die Vorstandschaft dankt allen Bürgern, die durch ihre Mitgliedschaft oder ihre Spenden unsere Kreisklinik in Wolfratshausen auch in der Zukunft im besonderen Maß fördern.

Kontakt:

Enzianweg 22, 82538 Geretsried
eMail vorstand@fkwor.de, www.fkwor.de

Sparkasse Bad Tölz-Wolfratshausen,
IBAN DE 19 7005 4306 0000 0422 42



Vorstand der "Freunde der Kreisklinik Wolfratshausen e.V.": (v.l.) Christian Spindler, Dr. Helene Mendl, Gerhard Hasreiter, Dorit Rosnitscheck-von Eicken, Paul Brauner sowie die beiden Rechnungsprüfer Renate Spandel und Ewald Kailberth.

Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Gruppen, und Arbeitskreisen

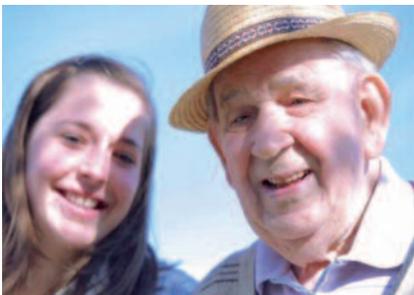


BRK-Kreisverband Bad Tölz-Wolfratshausen
Schützenstr. 7, 83646 Bad Tölz
Telefon 0 80 41/76 55-63, Fax 76 55-24
www.kvtoel.brk.de

Tafel Loisachtal

„Lebensmittel sind für alle Menschen ausreichend vorhanden, man muss sie nur richtig verteilen.“ Nach dieser Devise handelt auch die Tafel Loisachtal in Kochel, die als dritte Tafel nach Bad Tölz und Lenggries unter dem Dach des BRK-Kreisverbandes Bad Tölz-Wolfratshausen tätig ist. Nach einiger Suche konnte im vergangenen Januar der „Monacokeller“ im hinteren Teil der gemeindeeigenen Heimatbühne für die Lebensmittelausgabe bezogen werden, – ein großer, heller Raum und zudem ein bestens geeigneter Standort, hält doch der Bus, der vom Bahnhof kommt, in unmittelbarer Nähe an der Hauptstraße. 34 ehrenamtliche Helfer kommen jeden Montag in abwechselnden Teams unter der Regie von Thomas Schneider, Klemens Rehm und Hubert Stiegler zusammen. Zunächst müssen die gespendeten Lebensmittel von den Supermärkten und Einzelhändlern in Kochel, Benediktbeuern, Bichl und Schlehdorf, die die

Tafel unterstützen, abgeholt und aussortiert werden: Es gibt frisches Gemüse, Salat, Obst, Kartoffeln, Eier, Brot, süßes Gebäck, manchmal auch Mehl, Zucker, Tee und Kaffee, – ein reichhaltiges Angebot. 25 bis 30 Abnehmer mit Sozialcard werden von den Loisachtalern pro Woche versorgt. „Wir haben aber mehr Kapazität und könnten leicht 40 Abnehmer verkraften“, sagen die Organisatoren Schneider und Rehm. Sie wissen von Berechtigten, die sich einfach nicht trauen, zu kommen oder sich schämen, das Angebot der Tafel in Anspruch zu nehmen. Die einstündige Lebensmittelausgabe ist perfekt organisiert, niemand wird bevorzugt oder benachteiligt: Zu Beginn zieht jeder Kunde aus einem Säckchen eine Nummer und die zufällige Reihenfolge ist festgelegt. Im Oktober bekommt die Tafel Loisachtal einen eigenen Transporter, derzeit stellt die Tölzer Tafel montags ihr Auto zur Verfügung.



Seniorenheim Haus Elisabeth – Wohnen im Herzen von Geretsried

Wir informieren und beraten Sie gerne.

Pflege und Betreuung – Alles aus seiner Hand!

- Dauerpflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Offener Mittagstisch für Senioren
- Café Bach
- Feste und Feiern
- Veranstaltungen

 compassio

Seniorenheim Haus Elisabeth
Johann-Sebastian-Bach Straße 16
82538 Geretsried
Telefon 08171 9081-0
haus-elisabeth@compassio.de

www.compassio.de

Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Gruppen, und Arbeitskreisen



Spendenkonto: BRK Kreisverband Tölz,
Zweck "Tafel Loisachtal"
Sparkasse Bad Tölz-Wolfratshausen
IBAN DE18700543060000028001

(Foto: BRK) Eine reich gedeckte „Tafel“ können die Loisachtaler jeden Montag anbieten.

Übrigens: Tatkräftige Unterstützung und helfende Hände werden bei der Tafel immer gebraucht. Infos unter tafel-loisachtal@kvtoel.brk.de, Tel. 0 88 57/12 95 oder 0 88 57/69 88 97

Tafel Loisachtal, Kochel

Monacokeller, Badstr.

Ausgabe: montags 11.30 bis 12.30 Uhr

Tölzer Tafel, Bad Tölz

Grundschule am Lettenholz, General-Patton-Str. 38

Ausgabe: samstags 17.00 Uhr

Volksschule Süd, Krankenhausstr. 45
Ausgabe: samstags 18.30 Uhr

Lenggrieser Tafel

Tourist Information, Rathausplatz 2
Ausgabe: samstags 15.00 Uhr

Selbstverständlich freuen wir uns auch über eine Spende für die Tafeln! Ob Lebensmittel oder Geldspenden, wir stehen Ihnen gerne telefonisch zur Verfügung (Telefon 08041/7655-0)!



www.spktw.de

Verstehen ist einfach.

Wenn man einen
Finanzpartner hat,
der die Region und
Ihre Menschen kennt.



Sparkasse
Bad Tölz-Wolfratshausen

Caritas

Nah. Am Nächsten

Caritas Tagesstätte Ausblick in Geretsried sucht ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Die Caritas Tagesstätte Ausblick in Geretsried ist eine Einrichtung des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Caritasverbandes im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen. Sie ist Treffpunkt und Anlaufstelle für erwachsene Menschen, die von seelischer Erkrankung bedroht oder betroffen sind. Sie ist eine niedrigschwellige, ambulante Einrichtung und bietet den Betroffenen

- Tagesstrukturierung
- gemeinsamen Mittagstisch (gemeinsames Kochen),
- gemeinsame Tages- und Freizeitgestaltung (Spiele, Ausflüge, Bewegungs- und Gruppenangebote, Kreativangebote)
- Sozialkontakte,
- Austausch und Gespräche über krankheitsbedingte spezifische Erfahrungen und Probleme,

Ein Team aus 5 Fachkräften (Sozialpädagogen, Arbeitsanleiter) begleitet die Besucher und Besucherinnen in der Tagesstätte, bietet Einzel- sowie Gruppengespräche an, stellt Kontakte zu Fachdiensten her und kooperiert mit Partnern im sozialpsychiatrischen Netzwerk. Das Team der Tagesstätte wird von ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen unterstützt und sucht weiterhin nach ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die sich sozial engagieren und eigene Interessen und Fähigkeiten in den Tagesstättenalltag einbringen wollen. Die Ehrenamtlichen haben die Möglichkeit zu regelmäßigen Teambesprechun-

gen und Teilnahme an Fortbildungen. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Gerne können Sie nähere Informationen unter der Telefon 08171/909415 erhalten. Sie erreichen die Caritas Tagesstätte Ausblick Montag bis Freitag, von 8.30 Uhr bis 13.30 Uhr.

**Tagesstätte
für psychische Gesundheit**

Ausblick



**Sozialpsychiatrischer Dienst
Bad Tölz - Wolfratshausen**
Tagesstätte Ausblick
Sudetenstraße 51
82538 Geretsried
Tel.: 08171 909415



Krisendienst Psychiatrie
Soforthilfe bei seelischen Krisen
0180 / 655 3000 wähle Dein Leben

Bavariastraße 11,
80336 München
info@krisendienst-psychiatrie.de

Krisen gehören zum Leben und treffen nicht nur die Anderen. Jeder Dritte gerät mindestens einmal im Leben in eine Situation, in der er professionelle psychiatrische oder psychotherapeutische Hilfe benötigt. Unabhängig von Alter, Geschlecht, Bildung, Herkunft und Beruf.

Beim "Krisendienst Psychiatrie" erhalten Sie qualifizierte Soforthilfe bei seelischen Krisen und psychiatrischen Notfällen jeder Art. Rufen Sie an, wenn Sie alleine nicht mehr weiter wissen - je früher, desto besser! Denn kompetente Hilfe kann den Weg aus der Krise erleichtern.

Der "Krisendienst Psychiatrie" ist ein Projekt des Bezirks Oberbayern. Dessen Leistungen sind für die Anrufer kostenfrei. Es entstehen lediglich Telefongebühren.



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

- mitten im Grünen gelegen
- Kurzzeit- und Langzeitwohnen
- geräumige Einzel- und Doppelzimmer
- vielseitiges, niveaues, seniorenorientiertes Betreuungsangebot
- wohltuende, kompetente Pflege, basierend auf den nationalen Expertenstandards
- schöner Sinnesgarten mit Gebirgsblick
- täglich frische Schmankerl aus unserer hauseigenen Küche



Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall GmbH · Schwaigwall 1 · 82538 Geretsried
Telefon 08171/ 176 10 · info@schwaigwall.de · www.schwaigwall.de

Tagesbetreuung demenzkranker Menschen Entlastungsangebot für pflegende Angehörige in Bad Tölz

Wenn Sie Ihren demenzkranken Angehörigen nicht mehr alleine lassen können, wird es schwierig, wichtige Termine wahrzunehmen, in Ruhe einkaufen zu gehen oder sich auch einmal von der anstrengenden Pflege rund um die Uhr zu erholen.

Die Tagesbetreuung demenzkranker Menschen im

**Pfarrheim Hl. Familie in Bad Tölz,
Kardinal Wendel Platz 8**

montags + mittwochs von 9 bis 17 Uhr

bietet hier mit gemeinsamem Frühstück, Mittagessen, Kaffeetrinken, Spazierengehen, Spielen, Bewegungs- und Entspannungsübungen, Gedächtnistraining und Singen eine wunderbare Entlastung. Die Auswahl der Beschäftigungs-



angebote orientiert sich selbstverständlich an den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Teilnehmer.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Volker Otto, Telefon 08041-71362 oder Johanna Öttl, Telefon 08041-3165



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.

Derzeit freuen wir uns Ihnen freie Bewohnerplätze anbieten zu können.

Für weitere Informationen dürfen Sie uns gerne auf der Internetseite www.pflegeheim-lenggries.de besuchen.

Bei Rückfragen steht Ihnen unsere Heimleitung gerne zur Verfügung:

Frau Ruth Pirschel
Telefon 08042/9179-0
eMail: info@pflegeheim-lenggries.de

Pflegeheim Lenggries
Karwendelstraße 28b
83661 Lenggries



Malteser Hilfsdienst gem. GmbH
Hans-Urmiller-Ring 24,
82515 Wolfratshausen
Telefon 08171-43630

Malteser helfen bedürftigen Senioren mit Besuchen und mit kostenlosen Mahlzeiten

Immer mehr Senioren kommen mit ihrer Rente nicht über die Runden und sind von Altersarmut betroffen – längst wächst auch im südlichen Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen die Armut unter der älteren Bevölkerung. Um das zu ändern, machen die Malteser jetzt in den Städten Geretsried und Wolfratshausen auf ihr soziales Projekt Mahlzeiten-Patenschaften aufmerksam und schenken bedürftigen Bürgerinnen und Bürgern jeden Tag ein kostenloses Mittagmenü für den Zeitraum von einem Jahr. Die Aktion findet in den Rathäusern großen Zuspruch. Auch die Bürgermeister von Geretsried und Wolfratshausen unterstützen die Aktion und nahmen stellvertretend für ihre Städte Gutscheine über Malteser Mahlzeiten-Patenschaften entgegen.

Bedürftigkeit kann sich auch anders zeigen. Viele Senioren sind alleinlebend und einsam. Hier hilft der Malteser Besuchsdienst, indem ehrenamtlichen Helfer wieder Freude und Abwechslung in den Alltag von Senioren bringen. Oft sind diese Besuche die wenigen und einzigen Kontakte zur Außenwelt. Der Malteser Besuchsdienst Wolfratshausen sucht jetzt Ehrenamtliche für Besuche bei einsamen Senioren im Großraum Wolfratshausen/Geretsried/Bad Tölz. Die Ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer besuchen einmal in der Woche Senioren zu Hause oder in Einrichtungen, begleiten sie zum Einkaufen oder zum Arzt. Gesucht werden außerdem ehrenamtliche Fahrer für die Beförderung Bedürftiger zu Geretsrieder-Wolfratshausener Tafel.

Wollen Sie besucht werden oder sind Sie an einer Mitarbeit im Besuchsdienst interessiert? Dann wenden Sie sich bitte telefonisch an

Gertrud Huber, Leiterin des Malteser Besuchs- und Begleitungsdienst in Wolfratshausen Home Office Tel. 08171/17306 oder schreiben Sie eine eMail: gertrud.huber@malteser.org

Wer kann eine Mahlzeiten-Patenschaft beantragen?

Grundsätzlich jeder, der über 75 Jahre alt oder aufgrund von Krankheit oder Behinderung beeinträchtigt ist und eine der folgenden Voraussetzungen erfüllt:

Der Antragsteller bezieht Sozialhilfe oder Grundsicherung, hat einen Berechtigungsschein der Tafel oder eine Sozialcard. Oder aber nach Abzug der Miete bleiben weniger als 550 Euro monatlich zum Leben.



Aus sozialen Organisationen, Vereinen, Gruppen, und Arbeitskreisen

Wo erfahre ich mehr über die Mahlzeiten-Patenschaften?

Interessenten, die eine Mahlzeiten-Patenschaft beantragen möchten, wenden sich bitte an die

Bezirksgeschäftsstelle des Malteser Hilfsdienstes, Bahnhofstr. 2a, 82166 Gräfelfing, Tel.: 089 / 85 80 80-0, E-Mail: mahlzeitenpatenschaften.graefelfing@malteser.org Informationen gibt es auch bei jeder anderen Malteser Dienststelle und im Internet unter www.mahlzeitenpatenschaften.de

Helfen ist ganz einfach

Wer spenden und eine Mahlzeiten-Patenschaft übernehmen möchte, kann einen beliebigen Betrag unter dem Stichwort „Mahlzeiten Patenschaft, Liefergebiet - bitte gewünschten Ort eingeben - spenden.

Empfänger: Malteser Hilfsdienst e.V.
IBAN: DE 153 7060 120 120 121 3017, Bank für Sozialwirtschaft München



Alles, was Recht ist.

Ob bei Rente, Behinderung oder Pflege – mit dem VdK bekommen Sie, was Ihnen zusteht.

Sozialrechtsberatung beim größten Sozialverband Bayerns.

Jetzt Mitglied werden.

Sozialverband VdK Bayern e.V.
Kreisverband Bad Tölz
Karwendelstr. 5
83646 Bad Tölz

Tel. 08041 / 76 12 53
Fax 08041 / 761 25 40
kv-badtoelz@vdk.de
www.vdk-bayern.de



Zukunft braucht Menschlichkeit.

Sie suchen Hilfe? So wird vieles leichter!

Über 10 Jahre Erfahrung



Unser Kooperations-Partner:



Betreuung & Pflege – zuhause

Second Life Care Deutschland GmbH
Rottenbucher Str. 16 · 81377 München
Telefon 089-72 45 83 05 · Mobil 0176-23 88 77 94
info@zuhause-betueuen.com
www.zuhause-betueuen.com

Zertifiziert
2015
"sehr gut"



Betreuung & Pflege – zuhause

11.10.2017 **Selbstbestimmt vorsorgen durch Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung**
18.30 Uhr Veranstalter: Betreuungsstelle LRA
Ref.: Anna Wiedemann, Betreuungsstelle LRA
Ort: Landratsamt Bad Tölz, Sitzungssaal, Prof.-Max-Lange-Platz 1

15.10.2017 **Waldfest in Geretsried**
12-17 Uhr Kuchenspenden sind sehr willkommen.
Abzugeben am Stand des VdK-Ortsvereins Geretsried.
Ort: hinter der Mittelschule beim Schulzentrum Geretsried, Adalbert-Stifter-Straße 18

17.10.2017 **Ethik und Demenz: Wenn das Denken langsamer wird, wird es dann schlechter?**
18.00 Uhr Veranstalter: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen
Ref. Dr Celina von Bezold, Freie Philosophin
Ort: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen, Paradiesweg 18

21.10.2017 **Mit Oma und Opa unterwegs: Kräuter, Beeren und einen Herbsttee erstellen**
14.00 Uhr Ort: Seniorentagesstätte in Geretsried, Jahnstraße 4.

23.10.2017 **Rechtliche Betreuung als Ehrenamt**
18.30 Uhr Veranstalter: Betreuungsstelle LRA
Ref.: Karl Schöttl
Ort: Landratsamt Bad Tölz, Sitzungssaal, Prof.-Max-Lange-Platz 1

25.10.2017 **Tanzen, ein Jungbrunnen für ihre Gesundheit**
15.00 Uhr Veranstalter: Caritas Kontaktstelle Alt und Selbständig
Leitung/Musik: Frau Friederichs und Rudi Holzapfel
Ort: Bad Tölz, BSW Ferienhotel Isarwinkel, Ludwigstr. 6-8

26.10.2017 **Ernährung bei Rheuma**
15.30 Uhr Veranstalter Kreisbildungswerk + AOK Bad Tölz
Ref.: Michaela Schott
Ort: Geretsried, AOK, Egerlandstraße 71
Anmeldung: Tel. 08041-800211

14.11.2017 **Selbstbestimmt vorsorgen durch Vollmacht**
18.00 Uhr Veranstalter: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen
Ref. Anna Wiedemann, Karl Schöttl, Betreuungsstelle des LRA
Ort: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen, Paradiesweg 18

16.11.2017 **Tölzer Gesundheitsforum: Das schwache Herz Diagnose und Therapieder Herzinsuffizienz**
18.00 Uhr Veranstalter Kreisbildungswerk + Asklepios Stadtklinik Bad Tölz
Ref.: Prof. Dr. H. U. Kreidler-Stempfle, Chefarzt Innere Medizin
Ort: Bad Tölz, Asklepios Stadtklinik, Schützenstraße 17, Aula

20.11.2017
15.00 Uhr

**Montagsreihe im WeltRaum:
Menschen mit Demenz - allgemeine Informationen**
Veranstalter: Arbeitskreis Senioren der Stadt Bad Tölz
Ref.: Ursula Stiegler, Ellen Wagner,
Caritas Kontaktstelle Alt und Selbständig
Ort: Bad Tölz, WeltRaum, Vichyplatz 1

29.11.2017
15.00 Uhr

Tanzen, ein Jungbrunnen für ihre Gesundheit
Veranstalter: Caritas Kontaktstelle Alt und Selbständig
Leitung/Musik: Frau Friederichs und Rudi Holzapfel
Ort: Bad Tölz, BSW Ferienhotel Isarwinkel, Ludwigstr. 6-8

02.12.2017
14.00 Uhr

Mit Oma und Opa unterwegs: Adventlicher Märchennachmittag
Veranstalter: Kreisbildungswerk
Ref.: Christa Albrecht
Ort: Geretsried, Pfarrzentrum Hl. Familie, Johannespl. 21, Kl. Pfarrsaal
Gebühr 9 Euro
Anmeldung: Tel. 08041-6090, e-mail: info@kbw-toelz.de

05.12.2017
18.00 Uhr

Hausärztliche Versorgung von Menschen mit Demenz
Veranstalter: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen + KBW
Ref.: Dr. med. Ludwig Gess, Internist und Psychotherapeut und
Dr. Christine Gess, Allgemeinmedizinerin
Ort: AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen, Paradiesweg 18, Aufent. EG

07.12.2017
18.00 Uhr

**Tölzer Gesundheitsforum: Morbus Parkinson -
von der Diagnose zur Therapie**
Veranstalter: Asklepios Stadtklinik + Kreisbildungswerk
Ref.: Dr. Florian Castrop, Ltd. Oberarzt Neurologie
Ort: Bad Tölz, Asklepios Stadtklinik, Schützenstraße 17, Aula



 **Malteser**
...weil Nähe zählt.

Nähe hat viele Gesichter: Respekt, Aufmerksamkeit, ein gemeinsames Leben. Wir sind da, wenn Sie uns brauchen, helfen und geben Halt – z.B. mit folgenden Diensten:

- **Menüservice:** Zuhause speisen mit Genuss
- **Hausnotruf mit Rauchmelder:** Sicherheit daheim
- **Mobiler Notruf:** Sicherheit für unterwegs
- **Fahrdienst:** unabhängige Mobilität

Bei Bedürftigkeit ist die Übernahme der Kosten durch eine **Malteser Patenschaft** möglich. Wir informieren Sie gerne!

Rufen Sie uns an: ☎ **08171 / 43 63-0**

🌐 www.malteser.de

IGeL - Individuelle Gesundheits-Leistungen

Zum Thema Individuelle Gesundheits-Leistungen (IGeL), die selbst bezahlt werden müssen, gibt es unterschiedliche und missverständliche Meinungen. Über die Auswirkungen in der ärztlichen Praxis im täglichen Umgang mit solchen Leistungen habe ich den Vorsitzenden des Ärztlichen Kreisverbandes des Landkreises, Herrn Dr. Andreas Lang befragt, der selbst eine hausärztliche Gemeinschaftspraxis mit weiteren vier Kollegen betreibt.

Was bedeutet IGeL in der Praxis?

Zur Klärung des Begriffes soll festgehalten werden, dass es sich um individuelle Gesundheitsleistungen handelt, für welche weder die Krankenkassen noch andere Leistungsträger leistungspflichtig sind, z.B. die Unfall- oder Rentenversicherung; oder: weil sie das vom Gesetzgeber definierte Maß einer ausreichenden, zweckmäßigen und wirtschaftlichen Patientenversorgung überschreiten, sogenannte Übermaßbehandlungen.

Das sind dehbare Kriterien, die immer wieder Anlass für juristische Auseinandersetzungen geben. Diese Leistungen können von den Vertragsärzten und Privatärzten in Deutschland gegenüber gesetzlich versicherten Patienten nur im Rahmen einer Privatbehandlung gegen Selbstzahlung erbracht werden, über die mit dem Versicherten vor Beginn der Behandlung ein schriftlicher Behandlungsvertrag abgeschlossen wurde (§ 18 Absatz 8 Bundesmantelvertrag-Ärzte). Die Abrechnung richtet sich nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Manche gesetzliche Krankenversicherungen bezahlen gewisse IGeL, obwohl sie nicht zum Leistungskatalog der GKV (Gesetzliche Kranken- und Pflegeversicherungen) gehören, oder sie bieten diese Leistungen im Rahmen privater Zusatzver-

sicherungen an, z.B. professionelle Zahnpflege, Reiseimpfungen, Zusatzleistungen zu Gesundheits- und Krebsfrüherkennungsuntersuchungen u. ä. Eine Anfrage bei der Krankenkasse kann sich also lohnen.

Etwa jeder zweite Patient bekommt IGeL von seinem Arzt oder Zahnarzt angeboten. 1,3 Milliarden Euro gaben gesetzlich versicherte dafür 2012 in den Arztpraxen aus, schätzt das wissenschaftliche Institut der AOK - ein riesiger Markt, der nicht nur für Patienten schnell unübersichtlich wird. Um Transparenz zu schaffen, betreibt der Medizinische Dienst (MDS) des GKV-Spitzenverbandes daher seit drei Jahren den sogenannten IGeL-Monitor, eine Internetseite, auf der die gängigsten dieser Selbstzahlerleistungen bewertet werden.

Gemäß einer Erhebung aus dem Jahr 2015 sind die häufigsten IGeL: Ultraschallunter-



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

suchungen, Glaukom-Früherkennung, ergänzende Untersuchungen zur Krebsfrüherkennung bei Frauen, Feststellung des PSA-Wertes zur Prostatakrebsfrüherkennung, Hautkrebsvorsorge, Medikamente, Heil- und Hilfsmittel, Blutuntersuchungen, Laborleistungen u. v. m. Die am meisten nachgefragten IGeL sind: Ultraschall der Eierstöcke, der weiblichen Brust, PSA-Test, Messungen des Augeninnendrucks zur Glaukom-Früherkennung und professionelle Zahnreinigung.

Lt. "stern" ist Ultraschall der IGeL-Liebling unter den Ärzten. Zur Krebsfrüherkennung bieten Gynäkologen Patientinnen gerne eine Ultraschalluntersuchung der Eierstöcke an. Kostenpunkt: bis zu 50 Euro. Bei Verdacht auf Eierstockkrebs ist die Leistung sinnvoll, und wird auch von der Krankenkasse übernommen. Ohne Verdacht jedoch, einfach als zusätzliche Vorsorge-IGeL, rät der MDS (Medizinischer Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen) dringend davon ab. Das von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlte jährliche Abtasten ab dem 20. Lebensjahr sei ausreichend. "Mit Ultraschalluntersuchung sterben gleich viele Frauen an Eierstockkrebs wie ohne Untersuchung", so das Fazit des "IGeL-Monitors". Statt zu nutzen, könne die Untersuchung sogar schaden: Durch Fehlalarme würden Frauen unnötig beunruhigt und sogar eigentlich gesunde Eierstöcke entfernt. Das Fazit der Krankenkassen: negativ. Die frauenärztlichen Fachgesellschaften kommen bei ihren Untersuchungen teilweise zu völlig anderen Ergebnissen und empfehlen sie als sinnvoll.

Auch beim PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs überwiege der Schaden tendenziell den Nutzen, so das Fazit des "IGeL-Monitors". Dass der Test helfe, Männer vor dem Tod durch Prostatakrebs zu bewahren, sei unsicher. Dass er schaden kann, ist jedoch sicher: Unnötige, belastende Abklärungsuntersuchungen und Behandlungen

können folgen. Auch hier sind die urologischen Fachgesellschaften mit ihren eigenen wissenschaftlichen Untersuchungen zu völlig anderen Ergebnissen gekommen.

Peter Pick, Geschäftsführer des MDS, rät Patienten, sich nicht von attraktiven Werbeflyern blenden zu lassen - sondern sich zuerst ausreichend über den Nutzen einer Leistung zu informieren. "IGeL sind nie dringend", sagt er. "Es gibt keinen Grund, sich drängen zu lassen." Auch bei Verbraucherzentralen finden sich Informationen und Tipps zu dem Thema. Zudem wichtig: Patienten sollten auf einen schriftlichen Vertrag bestehen. Und mögliche Risiken nicht unterschätzen - etwa, wenn bei einer Untersuchung fälschlicherweise etwas festgestellt wird und auf den Befund dann unnötige Behandlungen bis zu Operationen folgen.

Nach Meinung von Dr. Lang können alle IGeL sinnvoll oder nutzlos sein; entscheidend ist die individuelle Situation des Menschen, der sie erhalten will oder soll. Die wissenschaftlichen Untersuchungen sind selten neutral; sowohl die Krankenkassen mit ihren Instituten als auch die ärztlichen und pharmakologischen Fachgesellschaften haben ein eigenes Interesse an der Bewertung. Die Krankenkassen wollen nicht als die „bösen Leistungsverweigerer“ dastehen, die Ärzte und Pharmafirmen wollen die „bestmöglichen“ Leistungen erbringen und natürlich auch damit verdienen. Deshalb sollte sich jeder Interessierte oder Angesprochene eingehend beraten lassen, sich selbst informieren und nur IGeL in Anspruch nehmen, von denen er überzeugt ist und deren Preis-Leistungsverhältnis ihm angemessen erscheint. Auch das Einholen einer Zweitmeinung, z.B. beim Hausarzt, kann zu einer gut fundierten Entscheidung beitragen.

Wandervorschlag

aus dem Rother-Wanderführer Tegernseer und Schlierseer Berge von Heinrich Bauregger, erschienen im Bergverlag Rother, München, Preis € 14,90

Hinteres Sonnwendjoch aus der Valepp 1986m 6,3 Std

Von bayerischer Seite auf den höchsten Gipfel der Schlierseer Berge
Die Gipfelschau vom Hinteren Sonnwendjoch ins Österreichische hat ihren Preis: Die Zufahrten zur Ackernalm und in die Valepp sind gebührenpflichtig. Doch die Ausgaben lohnen sich, zumal wir auf dem Anstieg über das Bärenjoch auf nahezu einsamen Pfaden wandern. Talort: Rottach-Egern, 731 m.

Ausgangspunkt: Zwei Parkplätze bei der Brennerklamm, 500 m vor dem Forsthaus Valepp, bei der Wegverzweigung Richtung Spitzingsee. Anfahrt von Rottach-Egern auf Mautstraße, 14 km; Weiterfahrt zum Spitzingsee nicht zulässig. Parkplatz beim Forsthaus Valepp nur für Gäste. Öffentl. Busverbindung zum Forsthaus.

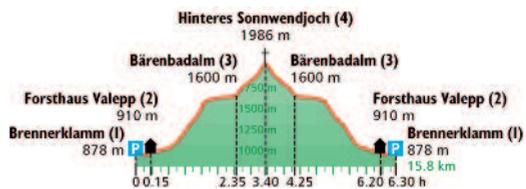
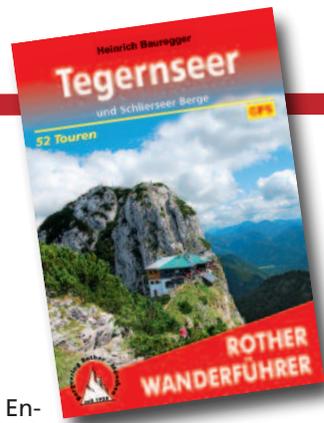
Anforderungen: Zu Beginn breite Almstraße, dann Forststraße; der Anstieg zur Bärenbadalm erfolgt überwiegend auf Bergsteig, zuletzt auf Almstraße; der Gipfelanstieg ist ebenfalls ein Bergsteig. Bergtour ohne jede Schwierigkeit. Gipfelanstieg ist der Sonne ausgesetzt. Höhenunterschied: 1108 Hm.

Einkehr: Unterwegs keine. Forsthaus Valepp, 910 m (ganzj. bew., Nov.-Weihnachten geschlossen, 29 Lager; Tel. 08026 / 71281; zur Zeit geschlossen).

Hinweis: Ausweis nicht vergessen!

Vom Parkplatz bei der Brennerklamm (1) zuerst auf Fahrstraße zum Forsthaus Valepp (2), an diesem vorbei und weiter auf unbefestigter Fahrstraße durch Wiesengelände bis zu einer Wegverzweigung. Rechts weiter (Ausschilderung)

durch Wald in das Enzenbachtal. Nach 10 Min. erneute Wegteilung (rechts geht es zur Erzherzog-Johann-Klausen). Wir halten uns links und folgen der Forststraße bis zu einer kleinen Betonbrücke über den Enzenbach. Nun rechts über diese und auf spärlich markiertem Weg durch Wald aufwärts (einige Markierungspunkte) in zahlreichen Serpentin bis zum Waldrand unterhalb des Bärenjochs. An der Waldgrenze entlang nun im Linksbogen um dieses herum und über die freien Südhänge leicht fallend hinab zur Bärenbadalm (3), 1600 m. Nach den letzten Hütten zweigt





*Das Schönfeldjoch, der östliche Nachbar
des Hinteren Sonnwendjochs.*

links ein markierter Steig von dem zur Ackernalm führenden Fahrweg ab. Über Almböden und durch lichten Baumbestand auf ein kleines Plateau unterhalb des Sonnwendjochgipfels. Bei der Weg-

verzweigung dann links steil über den freien Hang hinauf zum Hinteren Sonnwendjoch (4).

Die Rückkehr erfolgt auf dem Anstiegsweg.

**Wir pflegen Menschlichkeit
...professionell & persönlich**

Caritas
Nah. | Am Nächsten



Selbständigkeit – soweit möglich – erhalten und fördern, den Menschen als Ganzes wahrnehmen, ihn in seiner Einzigartigkeit achten, seine Angehörigen/ Bezugspersonen mit einbeziehen, am Lebensende begleiten. Wir arbeiten mit Fachkräften.

- umfassende Beratung im Rahmen der Pflegeversicherung
- Pflegebesuche nach §37* Pflegeversicherung
- Betreuung
- hauswirtschaftliche Hilfen und vieles mehr...

Sozialstation Bad Tölz-Wolfraatshausen-Geretsried
Graslitzer Straße 13, 82538 Geretsried, 08171/98 30 10
eMail: cs-geretsried@caritasmuenchen.de
Sprechzeiten: Mo - Do 8-15 Uhr, Fr 8-13 Uhr
Klosterweg 2/EG li., 83646 Bad Tölz, 08041/793 16 110
Sprechzeiten: nach Vereinbarung



Leben im Alter

von Seniorenbeirätin Helga Lehner

Der Reisebegleiter für den letzten Weg Das Handbuch zur Vorbereitung auf das Sterben

von Berend Feddersen, Dorothea Seitz
und Barbara Stäcker

erschienen bei Irisiana, München, 2015
Paperback, Klappbroschur, 192 Seiten,
€ 16,99

Der Weg zu diesem Buch? Mein Kollege im Seniorenbeirat Dieter Höflich zeigte mir vor einigen Monaten genanntes Werk. „Das ist eine Buchbesprechung für dich“, meinte er. Nach kurzer Überlegung sagte ich zu. Die Situationen schwerer Erkrankungen und des Sterbens lieber Angehöriger habe ich selbst einige Male erlebt und erlitten.

Berend Feddersen, geboren 1973, der Autor des Reisebegleiters, ist seit fünf Jahren Oberarzt und Leiter der spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung (SAPV) am Klinikum Großhadern der Universität München. Der Mediziner ist Facharzt für Neurologie. Mitgearbeitet haben an dem Buch zwei Frauen. Dorothea Seitz, geboren 1967, ist Redakteurin und Crossmedia-Autorin. Barbara Stäcker kommt aus dem medizinischen Fachbereich. Sie stellte die Fotos für das Buch zur Verfügung. Beide Frauen haben den Sterbeprozess von Angehörigen erlebt und sind in dem gemeinnützigen Verein „Nana - Recoveryour-smile.“ Außerdem beteiligten sich an dem Handbuch weitere engagierte Fachleute und Privatpersonen.

Was ist unter Palliativmedizin zu verstehen?“

In der Begegnung mit Menschen, die zu Hause sterben wollen und können, wird uns der Palliativmediziner mit seinen Qualitäten vertraut. Fachkompetenz

zeigt sich in der Behandlung von Schmerzen und Beschwerden. Die Gesprächsführung kennzeichnen Herzlichkeit, humorvolles Verhalten, Ehrlichkeit, Zuhören können, Gesten der Geborgenheit und des sich Wohlfühlens. Wichtig ist das Zeithaben. Nonverbale Begegnungen spielen eine Rolle.

Das Wort Palliativ kommt aus dem Lateinischen. Pallium ist der Mantel. Palliare heißt mit einem Mantel umhüllen. - Ist es nicht ein gutes Bild für die Geste, einem Schwerkranken menschliche Nähe und Schutz zu schenken?

Der Reisebegleiter beschreibt die unbekannte und individuelle Abfahrtszeit zum Ziel des Sterbens. Wichtige Fragen stehen an, Antworten sollen gefunden werden. Über den Aufenthalt in einem Hospiz kann viel nachgelesen werden. Ergreifende Beispiele werden erzählt. Vorhandene Ängste und viele Sorgen können durch aufmerksames Lesen der Beiträge weniger werden.

Die Gestaltung des Buches ist bemerkenswert. Texte zu „Einblicken“ und „Gut zu wissen“ sind blau hinterlegt. Besondere Aussagen erscheinen in größerem Druck und sind mit blauer Markierung gekennzeichnet. Ein Register mit wichtigen Stichwörtern hilft beim Nachschlagen. Interessant und beispielhaft sind Ideen sowie Riten des Abschiednehmens und der Bestattung. Viele anstehende Fragen werden gestellt, wie rechtliche Angelegenheiten, persönliche Unterlagen, meine Wertvorstellungen, mein Begräbnis.

Ich denke, der Reisebegleiter vermittelt viel über die Kunst zu leben und die Kunst zu sterben.



Herausgeber: Seniorenbeirat des Landkreises Bad Tölz-Wolfratshausen.
Die Verantwortlichkeit für Inhalt, Text und Bild liegt bei den einzelnen namentlich genannten Autoren.

Redaktion: Waltraud Bauhof, Ostener Straße 1, 83623 Dietramszell
Telefon 08027-7741, eMail: waltraud.bauhof@t-online.de

**Gestaltung/
Anzeigen/
Druck:** Werbeagentur Freese, Aich 48b, 85667 Oberpframmern
Telefon 08106-999 33 06, Fax 08106-999 33 02
eMail: info@freese-werbung.de www.freese-werbung.de
(verantwortlich für Anzeigen, Druck und Gestaltung)

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

Sie erhalten die Senioren-Info kostenlos bei allen Stadt- und Gemeindeverwaltungen des Landkreises sowie bei Apotheken, Ärzten und Banken.

Titelbild: Waltraud Bauhof

Redaktionsschluss für die Ausgabe 1-2018, Januar-März ist der **11. Dez. 2017**



- + Ambulante Pflege
- + Hausnotruf
- + Essen auf Rädern
- + Fahrdienst
- + Fachstelle für pflegende Angehörige
- + Fitnessgymnastik für Senioren
- + Kleidermärkte
- + Mehrgenerationenhaus
- + 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 Telefon: 0 80 41/76 55-0 Fax: 0 80 41/76 55-24 Internet: www.kvtoel.brk.de

Ihre familiäre Tagesdemenzbetreuung im Isar-Loisachtal

Wer steckt hinter L(i)ebensWERT?

Wir sind Menschen aus der Pflege, die im Mittelpunkt den Gast sehen und mit Engagement und Begeisterung ein Umfeld in familiärer Atmosphäre schaffen möchten.

Was macht L(i)ebensWERT so besonders?

Der Erfolg unserer Arbeit misst sich an der Freude und Zufriedenheit die unsere Besucher empfinden, wenn sie etwas tun. Wir wollen erreichen, dass jeder unserer Besucher sich alltäglich als das erfährt, was er ist: ein vollständiger, wertvoller Mensch.

L(i)ebensWERT ist ein Ort für Menschen mit Demenz.

Unsere Gäste erfahren hier Akzeptanz, Begleitung, Unterstützung und Förderung.

Wir möchten, dass sie Alltag und Normalität angstfrei erleben und mitgestalten können.

Wir reichen ihnen die Hand, wenn sie das, was früher selbstverständlich erschien, plötzlich nicht mehr alleine können.

L(i)ebensWERT ist auch ein Ort für Angehörige.

Wir wissen, wieviel Kraft und Liebe es kostet, wieviel Schmerz es bedeuten kann, für einen an Demenz erkrankten Angehörigen im häuslichen Umfeld Sorge zu tragen.

**Wir helfen dabei, wieder Zeit zu haben
und Kraft zu schöpfen...**



L(i)ebensWERT

gemeinnützige UG (haftungsbeschränkt)
Tagesdemenzbetreuung

www.demenz-lebens-wert.de

Oberbuchen 60

83670 Bad Heilbrunn

Telefon 08046/634 99 91 • Fax 08046/634 99 92

info@demenz-lebens-wert.de

Daheim statt Heim

Zufriedenheits
Garantie



Würdevoll Altern im eigenen Zuhause

Für viele ältere Menschen ist der Gedanke ins Pflegeheim zu kommen kein Guter. Weg von Zuhause, weg von der Familie und weg von all den Erinnerungen, die sich im Laufe des Lebens angesammelt haben. Hier hilft die häusliche Betreuung und bietet die Möglichkeit, durch eine bei ihnen lebende Betreuungskraft, in den eigenen Wänden wohnen zu bleiben.

“Einen alten Baum verpflanzt man nicht.”

Lateinische Lebensweisheit

Der Leistungsumfang einer Betreuungskraft umfasst individuell zum einen den Bereich der hauswirtschaftlichen Versorgung zur Verbesserung der Lebensqualität und zum anderen den Bereich der Grundpflege.

Tipp Checkliste: Sie finden diese neben anderen Informationen kostenfrei auf unserer Internetseite.

Sozialagentur-Oberbayern . Markus Horschig & Michael Perlick OHG

James-Loeb-Straße 11 . 82418 Murnau a. Staffelsee
Telefon 08841-6259762 . Telefax 08841-6259763 . info@sozialagentur-oberbayern.de
www.sozialagentur-oberbayern.de