



**LANDRATSAMT  
AICHACH-FRIEDBERG**



# **SENIOREN**RATGEBER

für den Landkreis Aichach-Friedberg

Gutschein für einen  
kostenlosen Hörtest!



Gutschein für einen  
kostenlosen Sehtest!



## Besser Hören und Sehen mit Lemmer& Lemmer

Lassen Sie sich unverbindlich  
von unseren erfahrenen  
Mitarbeitern beraten!

LEMMER & LEMMER   
Wir sind Sehen. Wir sind Hören. Wir sind Lemmer: Besser.

86551 Aichach · Stadtplatz 25 · Tel. 08251 42 50 · [www.lemmer-lemmer.de](http://www.lemmer-lemmer.de)

# Tradition im Wittelsbacher Land leben.

Wir unterstützen und fördern Ihr Engagement für die Region.

Informieren Sie sich jetzt und werden Sie aktiv!

[www.wittelsbacherland-verein.de](http://www.wittelsbacherland-verein.de)



Wittelsbacher Land.  
So ist Bayern.



Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und den Europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raumes (ELER)



# Vielfältige Perspektiven auch nach dem Arbeitsleben

**Verehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger,  
liebe Leserinnen und Leser!**



Fortschritte in der medizinischen Versorgung und positive Lebensbedingungen in unserem Land tragen entscheidend dazu bei, dass sich die Lebenserwartung in den letzten Jahrzehnten deutlich erhöht hat und sich die Menschen eines erfüllten und aktiven Lebensabends erfreuen können. Der Eintritt in den Ruhestand nach

dem Arbeitsleben bietet vielfältige Perspektiven. Neben einer aktiven Freizeitgestaltung können sich Seniorinnen und Senioren in wertvoller Weise in Familie wie Gesellschaft einbringen und hier Sinn und Wertschätzung erfahren. Dies ist möglich, weil die älteren Menschen Dank ihrer überwiegend guten Konstitution noch viele Jahre nach ihrem Berufsleben fit und leistungsfähig sind. Sie können mit Lust, Freude und Gelassenheit Pläne schmieden und ihr Leben genießen.

Mit diesem Seniorenratgeber möchte ich Sie über die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung ebenso informieren wie Ihnen einen Überblick über die Formen der Unterstützung geben, sofern Ihre persönliche Situation dies erfordert. Neben den Serviceleistungen des Landratsamtes haben wir versucht, Ihnen ein möglichst breites Spektrum an Angeboten in den Kommunen und von freien Trägern zusammenzustellen. Da wir jedoch nicht über jedes Angebot informiert sind, freuen wir uns über Informationen für die nächste Fortschreibung dieses Ratgebers.

An dieser Stelle möchte ich ganz persönlich und im Namen des Kreistages allen Bürgerinnen und Bürgern von Herzen danken, die sich vor Ort ehrenamtlich für die Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren sowie deren Möglichkeiten zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben einsetzen. Ich denke dabei an vielfältige Nachbarschaftshilfen, Veranstalter und Organisatoren von Seniorennachmittagen, Besuchsdienste und vieles mehr. Sie alle leisten wertvolle Dienste, die unseren ausdrücklichen Dank und unsere große Anerkennung verdienen.

Es freut mich, wenn Sie in dieser Broschüre viel Interessantes und Wissenswertes für sich entdecken. Selbstverständlich stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Landratsamtes, deren Kontaktdaten Sie in diesem Heft finden, für Fragen zur Verfügung.

Herzlichst Ihr

Dr. Klaus Metzger  
Landrat

## Beratung und Information

|   |    |
|---|----|
| Fachstelle für pflegende Angehörige, Seniorenberatung des Landkreises Aichach-Friedberg | 6  |
| Allgemeine Sozialberatung   | 6  |
| Schuldner- und Insolvenzberatung  | 7  |
| Suchtfachambulanz   | 7  |
| Sozialpsychiatrischer Dienst  | 7  |
| Rechtsberatung  | 8  |
| Freiwilligenagentur für ehrenamtliches Engagement                                       | 8  |
| Beratung des Bezirks bei Hilfe zur Pflege   | 9  |
| Alzheimer-Gesellschaft  | 9  |
| Telefonseelsorge  | 9  |
| Wohnberatung  | 10 |
| Wohnraumanpassung   | 12 |
| Behindertenberatung   | 14 |
| Selbsthilfe   | 14 |

## Hilfe und Entlastung zu Hause

|   |    |
|---|----|
| Ambulante Pflegedienste                 | 16 |
| Tagespflege                             | 17 |
| Kurzzeitpflege                          | 17 |
| Essen auf Rädern – Mobiler Mittagstisch | 18 |
| Mittagstisch in netter Gesellschaft     | 19 |
| Hausnotruf                              | 20 |
| Freiraum für pflegende Angehörige       | 20 |
| Tafeln und Essenspakete                 | 21 |
| Lebensmittel auf Bestellung             | 21 |
| Betreutes Wohnen                        | 22 |
| Urlaub mit der Familie                  | 23 |
| Ambulanter Hospizdienst                 | 24 |
| 24-Stunden-Betreuung                    | 25 |

## Pflege in einer Einrichtung

|  |    |
|--|----|
| Stationäre Pflege und Seniorenheime              | 26 |
| Heimaufsicht                                     | 27 |
| Wohngemeinschaften für Menschen mit Pflegebedarf | 30 |

## Engagement für Senioren am Wohnort

|                              |    |
|------------------------------|----|
| Ansprechpartner und Kontakte | 32 |
|------------------------------|----|

## Lebenslanges Lernen – Bildung

|   |    |
|---|----|
| Volkshochschule Aichach-Friedberg e. V. Büchereien im Landkreis Aichach-Friedberg | 37 |
|   | 38 |

## Mobil sein

|  |    |
|--|----|
| Busse und Bahnen                       | 39 |
| Ehrenamtlicher Fahr- und Begleitdienst | 40 |

## Gesetzliche und finanzielle Hilfen

|   |    |
|---|----|
| Pflegeversicherung                                | 42 |
| Landespflegegeld                                  | 42 |
| Leistungen durch staatliche und kommunale Stellen | 43 |

## Vorsorge für Alter und Krankheit

|  |    |
|--|----|
| Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung | 45 |
|--|----|

## Menschen mit Demenz

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Tipps für Betroffene und Angehörige | 47 |
|-------------------------------------|----|

## Wichtige Kontakte

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Adressen und Telefonnummern | 50 |
|-----------------------------|----|

Ansprechpartner in allen Fragen der Altenhilfe:

**Ingrid Hafner-Eichner, Telefon 08251/92-2 81**

**Silvia Thurner, Telefon 08251/92-3 88**

Sachgebiet Altenhilfe im Landratsamt Aichach-Friedberg



# Hilfreiche Beratung durch Profis

**F**amilie Hess kümmert sich seit vielen Jahren um die Oma, die im selben Ort lebt. Bisher war dies mühelos und überhaupt kein Problem. Die Kinder schauten abwechselnd mal vorbei und für den Einkauf und die Fahrten zum Arzt sorgte der Sohn. Die Nachbarschaft hat ein offenes Auge und informiert schon mal, wenn etwas ungewöhnlich ist bei Frau Hess senior.

Vor kurzem hat sie vergessen, die Mülltonne auf den Gehweg zu stellen und es brennt in letzter Zeit auch öfter über Nacht das Licht im Wohnzimmer. Zuletzt war sie seltener draußen zu sehen, vielleicht deshalb, weil ihr das Gehen nicht mehr so leicht fällt und sie so manche Stolperstelle unsicher macht. Und so kam es, dass Frau Hess stürzte und jetzt mit einem Oberschenkelhalsbruch im Krankenhaus liegt. So ein Ereignis kann die Lebenssituation von heute auf morgen verändern. Es steht in Frage, ob Frau Hess nach ihrer Entlassung aus dem Krankenhaus in ihre Wohnung zurückkehren kann. Die Kinder und Enkel sorgen sich um die Zukunft. Die Oma hat Angst, nicht mehr alles alleine zu schaffen und

ihren Kindern zu sehr zur Last zu fallen. Doch es ist ihr größter Wunsch, wieder in ihr vertrautes Umfeld zurückzukehren. Die Seniorin will alles versuchen, um auch weiterhin dort leben zu können, wo ihr alles vertraut ist, wo sie alle Nachbarn kennt und die Nachbarn sie kennen.

Familie Hess suchte Rat bei der Fachstelle für pflegende Angehörige (Seniorenberatung) des Landkreises. Gemeinsam wurden Lösungen gefunden, wie die Versorgung der Oma in ihrer Wohnung gelingen kann. Nach anfänglichen Hilfestellungen durch einen ambulanten Pflegedienst kann Frau Hess sich nun wieder selbst versorgen.

Sie bekommt alle zwei Wochen Besuch von einer Betreuungskraft, mit deren Hilfe sie Reinigungsarbeiten im Haushalt verrichtet und ab und zu einen Spaziergang unternimmt. Um in Kontakt mit anderen Senioren zu bleiben, besucht Frau Hess nun einmal wöchentlich den gemeinsamen Mittagstisch im Pfarrzentrum. So kann die Familie ihres Sohnes die Versorgung der Großmutter auch weiterhin schultern.

Die Mitarbeiterinnen der Seniorenberatungsstelle unterstützen auch Sie in allen Fragen der pflegerischen Versorgung. Im gemeinsamen Gespräch suchen sie nach Möglichkeiten, damit Sie auch dann noch zu Hause leben können, wenn Sie nicht mehr alles alleine schaffen und vielleicht Hilfe bei der Körperpflege, der Essensversorgung oder auch eine medizinische Behandlungspflege benötigen.

Neben der Seniorenberatung gibt es eine Vielzahl weiterer Stellen, die Ihnen in einer besonderen Lebenssituation mit Rat und Hilfe zur Seite stehen. Einen Überblick zu dem vielfältigen Beratungsangebot im Landkreis Aichach-Friedberg vermitteln Ihnen die folgenden Seiten.

# Neutrale, kostenlose, vertrauliche Beratung

## Fachstelle für pflegende Angehörige – Seniorenberatung des Landkreises Aichach-Friedberg

Die Fachstelle für pflegende Angehörige oder Seniorenberatung im Landratsamt Aichach-Friedberg ist bewährter Ansprechpartner für Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige in Fragen der Pflege und Versorgung im Alter. Rat geben, Unterstützung leisten und dabei die Betroffenen zu befähigen, weiterhin möglichst selbstständig und selbstbestimmt leben zu können, steht hierbei an erster Stelle. Gemeinsam werden situations- und bedarfsgerechte Lösungen gesucht und Wege aufgezeigt, die in eine passgenaue Hilfe und Versorgung münden. Gespräche bei Belastungen im Zusammenhang mit der Pflegesituation und an Demenz erkrankten Personen gehören ebenso zum Leistungsspektrum der Fachstelle für pflegende Angehörige.

### Die Fachstelle informiert und berät über

- Möglichkeiten der häuslichen Versorgung
- Hilfsangebote und Einrichtungen der Altenhilfe im Landkreis
- Regionale Unterstützungsangebote
- Leistungen der Pflegekasse

Die Mitarbeiterinnen unterstützen bei der Antragstellung und beim Umgang mit Behörden.



Die Beraterinnen Johanna Möst, Ina Albes und Theresia Völkl (von links) stehen Ihnen kompetent zur Seite,

damit Sie, als Senior und Seniorin oder auch als Angehörige, ihren Alltag weiterhin meistern können. Sie sind auch Ansprechpartner für alle Ratsuchenden in Angelegenheiten der Pflege und Versorgung von Senioren.

Um Ihnen lange Wege zu ersparen, gibt es Büros in Mering, Friedberg und Aichach. Wenn Sie die Beratung in Anspruch nehmen möchten, vereinbaren Sie bitte einen Termin unter

**Telefon 08251/87 22 33**



Erreichbar Montag bis Freitag  
von 8 bis 12 Uhr

E-Mail:  
seniorenberatung@lra-aic-fdb.de



## Fachstellen für Beratung des Kreisverbandes Aichach-Friedberg e.V. der Caritas

Alle Angebote sind für Sie kostenfrei und unterliegen den Bestimmungen des Datenschutzes und der Schweigepflicht.

### Allgemeine Sozialberatung

Die Allgemeine Sozialberatung richtet sich an Personen, die sich in einer sozialen oder wirtschaftlichen Notsituation befinden. Entsprechend dem Grundsatz Hilfe zur Selbsthilfe versuchen die Beraterinnen, mit Ihnen Ihre Notsituation zu überwinden

- durch Beratung
- durch Hilfestellung bei Anträgen
- durch Vermittlung an Fachdienste und andere Hilfsstellen
- durch Vermittlung von finanziellen und materiellen Hilfen

Die Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in Aichach und Friedberg vereinbaren mit Ihnen gerne einen Termin. Wenn Sie Unterstützung benötigen, wenden Sie sich an

### Allgemeine Sozialberatung Aichach

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach  
Telefon 08251/9 34 65-11  
E-Mail: ulrike.herger@caritas-aichach-friedberg.de

### Allgemeine Sozialberatung Friedberg

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/21 70 24-31  
E-Mail: gisela.ender@caritas-aichach-friedberg.de

### Schuldner- und Insolvenzberatung

Haben Sie den Überblick über Ihre Schulden verloren?  
Die Beratungsstelle der Caritas hilft Ihnen

- bei der Sicherung der Existenzgrundlage
- bei der Erstellung eines Haushaltsplans
- bei Pfändungen und Kontokündigungen
- Überschuldung erträglicher zu machen, zu verringern oder zu beseitigen
- beim vorgeschriebenen außergerichtlichen Einigungsversuch mit Regulierungsplan
- bei der Antragstellung auf Eröffnung des Verbraucherinsolvenzverfahrens
- bei Fragen während des Insolvenzverfahrens
- mit Banken und Gläubigern zu verhandeln
- Pfändungsschutzbescheinigungen auszustellen
- zusammen mit Ihnen Wege aus Ihrer Schulden-situation zu erarbeiten
- Sie bei der Bewältigung persönlicher, familiärer und psychischer Probleme zu unterstützen

Im Rahmen der Schuldnerberatung werden ein Haushaltsplan erstellt, Unterlagen geordnet sowie Forderungen überprüft und Verhandlungen mit Gläubigern geführt. Sie werden unterstützt bei der Sicherstellung Ihrer Existenzgrundlagen, gegebenenfalls auch mittels Schuldnerschutzmaßnahmen. Es geht darum, die Ursachen der Überschuldung zu ermitteln und Ihnen wieder eine Zukunftsperspektive zu eröffnen.

Im Rahmen der Insolvenzberatung erhalten Sie Informationen über den rechtlichen Verlauf des Verbraucherinsolvenzverfahrens. Sie werden unterstützt beim vorgeschriebenen außergerichtlichen Einigungsversuch. Hilfestellung erfolgt auch bei der Antragsstellung beim zuständigen Insolvenzgericht. Während des Insolvenzverfahrens und der anschließenden „Wohlverhaltensphase“ können Sie sich mit Fragen an die Beratungsstelle wenden.

Ihre Ansprechpartner in den Geschäftsstellen in Aichach und Friedberg sind:

#### Schuldner- und Insolvenzberatung Aichach

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach,  
Telefon 08251/9 34 65-15  
E-Mail: andreas.jelitto@caritas-aichach-friedberg.de  
Telefon 08251/9 34 65-14  
E-Mail: anita.dolezal@caritas-aichach-friedberg.de

#### Schuldner- und Insolvenzberatung Friedberg

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg,  
Telefon 0821/21 70 24-32 oder -33  
E-Mail: stefanie.kilian@caritas-aichach-friedberg.de

### Suchtfachambulanz

Die Suchtfachambulanz richtet sich an Menschen mit Suchtproblemen und deren Angehörige, um Wege aus der Abhängigkeit aufzuzeigen. Folgende Leistungen werden in Aichach, Friedberg und Mering angeboten:

- Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppengespräche
- Vorbereitung und Vermittlung ambulanter und stationärer Behandlung
- Unterstützung nach der Behandlung
- Information und Beratung bei Gefährdung oder Abhängigkeit von Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen, Nikotin
- Information und Beratung bei Essstörungen und nicht stoffgebundenen süchtigen Verhaltensweisen (z. B. Spielsucht, riskanter Medienkonsum)
- Information und Beratung für Angehörige, Freunde, Vorgesetzte und sonstige Bezugspersonen

#### Caritasverband für die Diözese Augsburg e. V. Suchtambulanz Aichach

Münchener Straße 19  
86551 Aichach  
Telefon 08251/87 34-80  
(auch für Friedberg und Mering)  
E-Mail: suchtambulanz.aichach@caritas-augsburg.de  
Mo., Di., Mi. und Fr. von 9 Uhr bis 12 Uhr, Mo. von 13 Uhr bis 15 Uhr und Do. von 14 bis 17 Uhr, Termine nach Vereinbarung

### Sozialpsychiatrischer Dienst

Der Sozialpsychiatrische Dienst richtet sich an psychisch Kranke, deren Angehörige und an Menschen in persönlichen Krisen. Die Unterstützung und die Beratungen finden in Aichach, Friedberg, Mering und Pöttmes statt.

Ergänzend zu den Einzelgesprächen finden statt:

- Angehörigengruppen
- Klinikbesuche und Hilfestellung nach der Entlassung
- Hausbesuche (bei Bedarf)
- Telefonische Beratung
- Spezifische Gruppenangebote zur Krankheitsbewältigung

#### Caritasverband Aichach-Friedberg e. V. Sozialpsychiatrischer Dienst

Münchener Straße 19  
86551 Aichach  
Telefon 08251/9 34 65-20  
E-Mail: sozialpsychiatrischer.dienst@caritas-aichach-friedberg.de



### Rechtsberatung

§§ Recht zu haben heißt nicht immer, auch Recht zu bekommen. Das Sozialrecht gewährt den Menschen notwendige Leistungen, ist aber auch differenziert und komplex. Die Regelungen gleichen mitunter einem Dschungel, in dem man sich als Bürgerin oder als Bürger nur schwer zurechtfindet, besonders, wenn mehrere Rechtsgebiete betroffen sind. Die Behörden geben Ihnen gerne Auskunft, damit Sie deren Entscheidungen nachvollziehen können. Sollte es notwendig sein, behördliche Entscheidungen einer Prüfung zu unterziehen oder vor den Gerichten zu klagen, ist oft eine juristische Beratung hilfreich. Rechtsberatung bieten Ihnen unter anderem folgende Sozial- und Wohlfahrtsverbände an:

#### Sozialverband VdK, Kreisverband Augsburg

Außensprechtag im Landratsamt Aichach-Friedberg  
Termine nach Vereinbarung unter  
Telefon 0821/3 43 85-15 oder -0  
(Voraussetzung für die Beratung ist die Mitgliedschaft beim VdK)

#### Ortsverbände der AWO – Rechtsberatung

(für Mitglieder kostenlos)

Büro AWO-Ortsverein Friedberg  
Rothenbergerstraße 37  
Terminvereinbarung Telefon 0821/60 29 74

AWO-Begegnungsstätte Mering  
Bahnhofstraße 17  
Infos unter Telefon 08233/98 79

AWO-Begegnungsstätte Kissing, Blumenstraße 9  
Infos Montag 18 bis 20 Uhr unter Telefon 08233/80 73

### Freiwilligenagentur „mitanand & füranand im Wittelsbacher Land“



Die Freiwilligenagentur des Landkreises ist eine Anlaufstelle rund um das Thema Ehrenamt im Landkreis Aichach-Friedberg. Sie informiert, berät und vermittelt Bürgerinnen

und Bürger, die sich freiwillig engagieren wollen. Die Agentur ist auch Ansprechpartnerin für gemeinnützige Organisationen, Initiativen und Vereine.

#### Wollen Sie ...

- Zeit schenken
- das Wittelsbacher Land liebens- und lebenswerter machen?
- Ihre eigenen Ideen wahr werden lassen?
- Spaß am Lesen vermitteln?
- Menschen mit Fluchthintergrund begleiten?

Ein Engagement ist in zahlreichen Bereichen möglich!

#### Ihr Gewinn ...

- Vielfältige Kontakte und neue Erfahrungen
- Wertschätzung, Freude und Spaß
- Voneinander lernen und eigene Stärken einbringen

- Ausgleich zum Alltag
- Aktive Gestaltung unserer Gesellschaft
- Dynamik und Lebensqualität

Die Freiwilligenagentur bietet Ihnen eine unverbindliche Information und Beratung über die vielfältigen Möglichkeiten für ein freiwilliges Engagement im Landkreis Aichach-Friedberg an. Gemeinsam werden Ihre Interessen und Wünsche geklärt, so dass Sie zu einem für Sie passenden Angebot vermittelt werden können. Es werden zahlreiche Qualifizierungen und Vorträge rund um das Thema Ehrenamt angeboten. Dadurch erhalten Sie Sicherheit in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit.

Kontakt:

#### Freiwilligenagentur

#### „mitanand & füranand im Wittelsbacher Land“

Landratsamt Aichach-Friedberg  
Sachgebiet 25 Ehrenamt, Bildung und Integration  
Außenstelle Steubstraße 6  
86551 Aichach  
Telefon 08251/92 48 48  
E-Mail: freiwilligenagentur@lra-aic-fdb.de  
Internet: www.lra-aic-fdb.de



### Beratung des Bezirks bei Hilfe zur Pflege



Oft reichen die Leistungen der Pflegekasse und das eigene Einkommen und Vermögen nicht aus, um eine kostspielige Pflege finanzieren zu können. Für die soziale

Absicherung von pflegebedürftigen Menschen, die zu Hause oder in einem Heim leben, gibt es die Hilfe zur Pflege, für die der Bezirk Schwaben zuständig ist. Für

eine Beratung, wann Sozialhilfeleistungen gewährt werden können, bietet der Bezirk Schwaben Sprechta-ge in Aichach und Friedberg an.

Termine können vereinbart werden unter Telefon 0821/31 01-2 16 oder [buergerberatung@bezirk-schwaben.de](mailto:buergerberatung@bezirk-schwaben.de). Hinweise zu den Sprechtagen finden Sie unter [www.bezirk-schwaben.de](http://www.bezirk-schwaben.de).

### Alzheimer-Gesellschaft Augsburg e. V.



Die Pflege und Betreuung von Men-schen mit Demenz kann besonders her-ausfordernd sein. Die Alzheimer-Krank-heit ist die häufigste Ursache für eine Demenz. Der gesellschaftliche Umgang

mit demenziell veränderten Mitmenschen erfordert viel Verständnis für die Erkrankung und das Verhalten der Erkrankten. Für die Betroffenen selbst wird die Alltagsbewältigung zunehmend zu einem Problem. Familienmitglieder tragen die Hauptlast der Betreuung und Pflege von Demenzkranken, und das oft rund um die Uhr. Menschen mit Demenz und ihre Angehörige brauchen die Hilfe und das Verständnis ihrer Freunde, Nachbarn und des gesellschaftlichen Umfeldes.

Die Alzheimer-Gesellschaft Augsburg e. V. ist ein ge-meinnütziger Verein, der Betroffenen, ihren Angehö-rigen und Interessierten beratend und unterstützend zur Seite stehen möchte. Angeboten werden regel-mäßig Vorträge und Möglichkeiten des persönlichen Austausches. Die Gesellschaft betreibt das „Alzhei-mer-Telefon“ für eine schnelle und kostenlose Ber-atung. Hier stehen Ehrenamtliche mit Kompetenz und

Erfahrungshintergrund für persönliche Gespräche zur Verfügung.

Auf der Homepage der Deutschen Alzheimer Gesell-schaft e. V. sind darüber hinaus zahlreiche Informatio-nen rund um das Thema Demenz und Wissenswertes zu rechtlichen Fragen zu finden ([www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)).

#### Alzheimer-Telefon 0821/31 93-110

Das Alzheimer-Telefon ist besetzt am Mittwoch von 10 bis 13 Uhr und am Donnerstag von 16 bis 19 Uhr. Außerhalb der Sprechzeiten kann der Anrufbeantwor-ter genutzt werden. Sie werden zurückgerufen.

#### Alzheimer-Gesellschaft Augsburg

Mittlerer Lech 5d  
86150 Augsburg  
Telefon 0821/31 93-1 30  
E-Mail: [info@alzheimer-augsburg.de](mailto:info@alzheimer-augsburg.de)  
Internet: [www.alzheimer-augsburg.de](http://www.alzheimer-augsburg.de)

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

### Telefonseelsorge



Die Telefonseelsorge ist ein Angebot der katholischen und evangelischen Kirche in Deutschland. Sie bietet Menschen jeden Alters und unabhän-gig von ihrer Konfession rund um die

Uhr die Möglichkeit der Aussprache und Hilfe. Die Gesprächspartner sind offen für alle Problembereiche und für alle Anrufenden in ihrer jeweiligen Situation. Die ehrenamtlich tätigen Mitarbeiter werden sorgfältig ausgewählt und ausgebildet sowie durch Supervision begleitet.

Ihr Anruf, ihre Mail oder ein Chat bleiben anonym. Sie müssen ihren Namen nicht nennen, wenn Sie das nicht möchten. Das Angebot ist kostenlos, Ihr Anruf gebührenfrei.

Sie erreichen die Telefonseelsorge unter den Rufnummern

0800/1 11 01 11 (Katholische Kirche)  
0800/1 11 02 22 (Evangelische Kirche)

### Wohnberatung

Ihre Wohnung sollte an die Bedürfnisse und Beschwerden des Alters angepasst sein, damit Sie möglichst lange in Ihren eigenen vier Wänden leben können. Oft bedarf es keiner großen Maßnahmen, damit ein Leben zu Hause auch bei zunehmender Hilfsbedürftigkeit möglich ist. Durch den Einbau einer Rampe im Eingangsbereich, das Anbringen von Handläufen an beiden Treppenseiten und Liftsysteme können Barrieren bereits gut überwunden werden. Verschiedene Hilfsmittel wie z. B. Haltegriffe, die ihre Wohnsituation verbessern können, sind im Hilfsmittelkatalog der Kassen aufgeführt, können von Ihrem Arzt verordnet und über die Kranken- oder Pflegekasse finanziert werden. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die gegebenen Möglichkeiten.

Manchmal ist ein Umbau, z. B. des Badezimmers, notwendig, um weiterhin zurechtzukommen.



Folgende Stellen stehen Ihnen zur Verfügung, wenn Sie planen, Ihre Wohnung in Bezug auf die individuellen Bedürfnisse des Alters umzubauen:

#### **Beratungsstelle „Barrierefreiheit“ der Bayerischen Architektenkammer**

Waisenhausstraße 4, 80637 München  
Beratungstelefon: 089/13 98 80-80  
E-Mail: [info@byak-barrierefreiheit.de](mailto:info@byak-barrierefreiheit.de)  
Internet: [www.byak-barrierefreiheit.de](http://www.byak-barrierefreiheit.de)

#### **Regionale monatliche Beratungstermine der Bayerischen Architektenkammer**

Regierung von Schwaben  
Obstmarkt 12, 86152 Augsburg  
Telefon 089/13 98 80-80

Um eine Terminvereinbarung unter o. g. Telefonnummer oder Kontaktformular im Internet wird gebeten.

Darüber hinaus beraten auch die Fachstelle für pflegende Angehörige und der Behindertenbeauftragte des Landkreises Aichach-Friedberg über die Möglichkeiten einer Anpassung des Wohnumfeldes:

#### **Fachstelle für pflegende Angehörige Landratsamt Aichach-Friedberg, Seniorenberatung**

Münchener Str. 9, 86551 Aichach, Tel. 08251/87 22 33  
E-Mail: [seniorenberatung@lra-aic-fdb.de](mailto:seniorenberatung@lra-aic-fdb.de)

#### **Behindertenbeauftragter des Landkreises**

Herr Josef Koppold  
Münchener Str. 9, 86551 Aichach, Tel. 08251/92-3 34  
E-Mail: [josef.koppold@lra-aic-fdb.de](mailto:josef.koppold@lra-aic-fdb.de)

Unter bestimmten Voraussetzungen erhalten Sie Zuschüsse für eine Umbaumaßnahme. Die Beratungsstellen informieren Sie gerne über Finanzierungsfragen, Förderung und mögliche Kostenträger.

Außerdem erhalten Sie Informationen über Fördermittel im

#### **Landratsamt Aichach-Friedberg Wohnungsbauförderung**

Frau Rita Hefe-Schaffer  
Münchener Str. 9, 86551 Aichach, Tel. 08251/92-3 32  
E-Mail: [rita.hefele-schaffer@lra-aic-fdb.de](mailto:rita.hefele-schaffer@lra-aic-fdb.de)

### Zuschüsse für den Wohnungsumbau

Für diese Maßnahmen können Sie unter bestimmten Voraussetzungen einen Zuschuss erhalten.

#### Leistungen der Pflegeversicherung

Bauliche Maßnahmen können von der Pflegekasse bezuschusst werden, wenn dadurch die häusliche Pflege ermöglicht oder erheblich erleichtert oder eine möglichst selbstständige Lebensführung des Pflegebedürftigen wiederhergestellt wird.

Voraussetzung für die Bezuschussung ist die Zuordnung eines Pflegegrades. Der Zuschuss wird einkommensunabhängig gewährt und beträgt bis zu 4000 € pro Maßnahme. Leben mehrere Pflegebedürftige zusammen in einer gemeinsamen Wohnung, hat jeder Einzelne einen Anspruch auf bis zu 4.000 €, maximal jedoch 16.000 € pro Wohneinheit.



#### Wohnungsbauförderung des Freistaats Bayern

Für bauliche Maßnahmen zur Anpassung einer Wohnung können Schwerbehinderte mit einem GdB von mind. 50 % ein leistungsfreies Baudarlehen bis zu 10.000 € erhalten. Wenn kein Schwerbehindertenausweis vorhanden ist, reicht auch die Bestätigung des Arztes über die Notwendigkeit der Anpassungsmaßnahme.

An den Zuschuss ist eine 5jährige Wohnungsbindung gekoppelt, andernfalls muss das Geld anteilig zurückgezahlt werden. Der Zuschuss ist einkommensabhängig! Bei Mietwohnungen muss der Vermieter den Antrag stellen, relevant sind aber die Einkommensverhältnisse des Betroffenen. Ansprechpartnerin im Landratsamt Aichach für Wohnbauförderung

ist  
Rita  
Hefe-Schaffer,  
Telefon  
08251/92-3 32

## JOSEF LECHENBAUER

E-BIKE-CENTER

### ELEKTROMOBILITÄT FÜR SENIOREN



#### BARRIEREFREIE E-BIKES

Die reine, lebendige Freude des Fahrradfahrens können wir mit unseren Spezial E-Bikes jetzt auch Menschen mit Einschränkungen bieten.

Ob Dreiräder, Rollstuhlfahrräder, Doppelsitzern, Tandems, Liegeräder, Sessleräder, Tiefeinsteiger, Scooterfahrräder und Komforträder.

Alle E-Sonderbike können nach Maß angepasst werden.

Wir haben das passende für Sie.



#### ROLLSTUHLFAHRRAD

Wir bieten Ihnen E-Bikes, die entwickelt wurden, um Menschen, die in ihrem eigenen Rollstuhl sitzen bleiben, mit dem Fahrrad zu transportieren.



E-Bike-Center Lechenbauer  
Himmelreichstr. 3  
85250 Altomünster | Asbach  
Tel. | 08254-998233  
info@e-bike-center.de  
www.e-bike-center.de

**FAHR**  
*was dir*  
**GEFÄLLT**





# Anpassung der Wohnung an die Bedürfnisse des Alters

Um im Alter möglichst lange in der vertrauten Umgebung leben zu können, sollten Sie bereits früh an die Anpassung Ihrer Wohnung denken. Wenn bereits Einschränkungen bestehen, ist eine Veränderung des Wohnumfeldes ein großer Kraftakt. Daher: Denken Sie schon vorher darüber nach, was Sie in Ihrer Wohnung verändern sollten, damit Sie noch lange gut zurechtkommen. Nicht immer ist dafür eine aufwendige Umbaumaßnahme notwendig. Schon kleine Veränderungen können Ihnen das Leben erleichtern.

### Schritt 1: Stolperfallen beseitigen

- Hochstehende Teppichkanten festkleben
- Freiliegende Kabel in Kabelkanäle verlegen oder mit Klebeband fixieren
- Rutschige Läufer entfernen
- Hausschuhe nutzen, die einen sicheren Halt bieten

### Schritt 2: Ummöblieren und kleinere Maßnahmen

- Vor jedem Möbelstück sollte ca. 1,20 Meter Platz sein
- Möbelstücke, die nicht dringend benötigt werden, notfalls entfernen
- Möbelerhöher einsetzen für Stuhl, Bett, Sessel oder Sofa
- Sitzgelegenheit mit Aufstehhilfe
- Gute Lichtquellen in allen Bereichen des Hauses installieren; nachts Einsatz von Bewegungsmeldern oder Nachtlichtern
- Bei Gang- und Standunsicherheit Handläufe und Haltegriffe montieren
- Türschwellen mit Rampen versehen

### Schritt 3: Einsatz von Hilfsmitteln und Pflegehilfsmitteln

*Hilfsmittel* sind Produkte, die im Einzelfall notwendig sind, um Menschen mit einer Erkrankung, Behinderung oder altersbedingten Einschränkungen im Alltag zu unterstützen.

Hilfsmittel sind bewegliche Gegenstände wie z. B.

- Bade- und Duschhilfen
- Toilettensitzerhöhungen
- Gehstöcke
- Rollatoren oder Rollstühle

Mit ihnen sollen Menschen in ihrer selbständigen Lebensführung unterstützt werden. Hilfsmittel werden per Rezept vom Hausarzt verordnet und über die Krankenkasse finanziert.



*Pflegehilfsmittel* werden von der Pflegekasse übernommen, wenn ein Pflegegrad vorliegt. Sie dienen hauptsächlich dazu, Beschwerden des zu pflegenden Menschen zu lindern, ihm ein selbständigeres Leben zu ermöglichen und die Pflege für die Pflegeperson zu erleichtern.

Es gibt zwei Arten von Pflegehilfsmitteln:

- technische Pflegehilfsmittel, z.B. Pflegebett, mobiler Patientenlifter, Pflegerollstuhl
- zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel, z. B. Inkontinenzartikel, Bettschutzeinlagen, Hygieneartikel, Einmalhandschuhe

Ein Rezept ist bei Pflegehilfsmitteln grundsätzlich nicht erforderlich, es ist jedoch ratsam, dennoch die Notwendigkeit durch einen Arzt begründen zu lassen

### Schritt 4: Umbaumaßnahmen

Manchmal sind jedoch bauliche Maßnahmen notwendig, um trotz Einschränkungen in der Mobilität in der eigenen Wohnung verbleiben zu können. Diese können z. B. sein:

- Einbau einer barrierefreien Dusche
- Verbreiterung von Türen
- Installieren einer Rampe beim Hauseingang
- Einbau eines Treppenlifts
- Umbau der Küche (unterfahrbar; Absenkung Oberschränke, ausziehbare Unterschränke etc.)
- Balkonerhöhung

# Wohnungsanpassung für Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz brauchen ganz besondere Rahmenbedingungen. Ihre kognitiven Einschränkungen erfordern ein häusliches Umfeld, das Gefahren so weit wie möglich minimiert. Die folgenden Vorschläge können den Alltag mit einem demenziell erkrankten Angehörigen erleichtern.

### Sicherung der Eingangstür zur Verhinderung des Weglaufens

- Türklingenspiele an der Tür anbringen bzw. Bewegungsmelder einbauen, die ein akustisches Signal auslösen
- Türen in die Umgebung einbinden, indem sie in gleicher Farbe gestrichen oder mit der gleichen Tapete tapeziert werden
- Eingangsbereich dunkel gestalten (keine Beleuchtung). Ein hell gestalteter Eingangsbereich animiert zum Verlassen der Wohnung und verstärkt vorhandene Weglauftendenzen
- Türen durch schwere Vorhänge „verschwinden lassen“ und ihnen somit den Aufforderungscharakter nehmen
- Insbesondere in die Eingangstür ein Universal-schloss einbauen lassen. Dann kann die Tür in einer kritischen Situation von außen auch dann geöffnet werden, wenn der Schlüssel innen steckt

### Wasserhähne

- Einbau eines Temperaturbegrenzers. Hier wird eine neue Mischbatterie eingebaut, die mit einem Temperaturbegrenzer versehen ist (z. B. 25° C)
- Einbau von Wasserhähnen, die nur auf Bewegung reagieren. Mit Hilfe eines Infrarotsenders wird die Wasserzufuhr geregelt. Die Wassertemperatur ist an einem kleinen Mischhebel einstellbar
- Unmittelbar vor der Badewanne wird ein Sensor am Boden angebracht, der einen Alarm auslöst, sobald er Nässe registriert
- „Wanne-voll-Melder“: batteriebetriebener Wasserstands-melder. Sensor löst akustisches Signal aus, wenn vorgesehener Füllstand erreicht ist.

### Herd

- Herdsicherung mit Schalter und Signallicht. Zwischen Herd und Starkstrom wird eine Zeitschaltuhr eingebaut, die die Stromzufuhr nach einer vorgegebenen Zeit unterbricht. Bevor der Herd benutzt werden kann, muss ein Schalter gedrückt werden. Während der Stromfreigabe leuchtet eine Kontrollhilfe als Signallicht

- Herdüberwachung. Mit Hilfe einer Hitzewache kann die Wärmeausstrahlung der Kochplatten kontrolliert werden. Im Notfall schaltet ein Wärmesensor den Herd aus, sobald von dem Gerät eine zu große Hitzeentwicklung registriert wird. Dies entsteht zum Beispiel dadurch, dass die falsche Platte eingeschaltet oder ein Topf ohne Inhalt auf die Platte gestellt wird
- Gaswarngerät. Bei der Nutzung von Gasherden kann das Gerät bereits geringe Konzentrationen gefährlicher Gase erkennen und signalisieren

### Technische Geräte

- Anschaffung eines Bügeleisens, welches sich automatisch abschaltet, sobald es nicht mehr bewegt wird
- Kauf einer Kaffeemaschine mit integrierter Thermoskanne (keine Heizplatte!)
- Wasserkocher sollten sich automatisch ausschalten und ohne Kabel von der Basis gehoben werden können
- Können ähnlich den Elektroherden mit einer Sicherung ausgerüstet werden, welche die Stromzufuhr nach einer vorgegebenen Zeit unterbricht

*Grundsätzlich gilt: so wenig wie möglich neue Geräte anschaffen, sondern das Alte, Vertraute weiternutzen und, wenn möglich, umrüsten oder umbauen. Neue technische Geräte, die in ihrer Handhabung von den gewohnten und verinnerlichten Abläufen abweichen, überfordern den Betroffenen häufig.*

### Telefon

Spezialtelefon mit großen Tasten. In den Tasten können wichtige Rufnummern gespeichert werden. Zur zusätzlichen Orientierung können die Tasten noch mit Fotos gekennzeichnet werden.

Vorsicht! Ein neues Telefon ist nicht immer ein Segen. Oft werden die neuen Geräte durch ihr modernes Erscheinungsbild nicht immer als solche erkannt (keine Wählscheibe, Hörer liegt nicht quer). Eine deutlich sichtbare, gut lesbare Telefonnummernliste ist manchmal sinnvoller.

### Allgemeine Tipps zur Wohnraumgestaltung

- Verschiedene Bodenbeläge in den Zimmern dienen zur besseren Orientierung
- Alles, was dem Demenzkranken gehört, kann in der gleichen Farbe gekauft werden (z. B. Zahnbürste, Kamm, Tasse etc.)

- Vereinfachung des Wohnumfeldes, klare und übersichtliche Wohnstrukturen auch hinsichtlich der Farbgestaltung, z.B. Möbel auf das Nötigste reduzieren, Gemusterte oder spiegelnde Fußbodenbeläge vermeiden, ebenso Stoffe und Tapeten mit abstrakten Mustern. Nicht notwendige Türen aushängen, um so die Anzahl der Türen zu reduzieren oder Kennzeichnung von Türen mit Symbolen
- Spiegel, Fernseher und Radios können bei fortgeschrittener Demenz Angst und Aggression auslösen und sollten dann entfernt werden

- Weg zur Toilette mit Nachlichtern kennzeichnen
- Helle Ausleuchtung von Bereichen, die von Demenzkranken gerne aufgesucht werden (schlechtes Licht erzeugt Unsicherheit)

Bei Bedarf ist eine Produktliste mit technischen Hilfen für Demenzkranke bei der Geschäftsstelle der Deutschen Alzheimer Gesellschaft in Berlin zu beziehen (Friedrichstraße 236, 10969 Berlin) oder im Internet unter [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) abrufbar

## Selbsthilfe

In vielen Situationen hilft es, sich mit Menschen auszutauschen, die Vergleichbares erleben oder erlebt haben – beispielsweise bei körperlichen oder psychischen Problemen, seltenen Erkrankungen, Behinderung, Sucht oder in Lebenskrisen. Ein Zusammenschluss zu Selbsthilfegruppen ermöglicht Betroffenen oder Angehörige ein ehrliches Miteinander in einer vertrauensvollen Atmosphäre. Das macht Mut und erleichtert den Alltag! Beim regelmäßigen Austausch von Informationen und Erfahrungen profitieren die Teilnehmenden voneinander.

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Schwaben im Gesundheitsamt der Stadt Augsburg, bringt Selbsthil-

fegruppen und Hilfesuchende zusammen und unterstützt die Arbeit der Gruppen. Wenn Sie eine passende Gruppe für sich suchen oder sich selbst engagieren möchten, wenden Sie sich bitte an die

### **Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen – zuständig für Nordschwaben Stadt Augsburg, Gesundheitsamt**

Karmelitengasse 11  
86152 Augsburg,  
Telefon 0821/3 24-20 13  
E-Mail: [shg.gesundheitsamt@augzburg.de](mailto:shg.gesundheitsamt@augzburg.de)  
Internet: [www.augzburg.de/selbsthilfe-schwaben](http://www.augzburg.de/selbsthilfe-schwaben)

## Behindertenberatung

Das Alter kann beschwerlich sein. Je nach Art und Maß der Beeinträchtigung kann auch bei Senioren eine Behinderung vorliegen, die besondere Rechte begründet und wofür Nachteilsausgleiche in Anspruch genommen werden können. Die folgenden Stellen können Sie hierzu beraten:

### **Behindertenbeauftragter am Landratsamt Aichach-Friedberg**

Josef Koppold  
Münchener Straße 9  
86551 Aichach  
Telefon 08251/92-3 34  
E-Mail: [josef.koppold@lra-aic-fdb.de](mailto:josef.koppold@lra-aic-fdb.de)

### **Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) Caritasverband Aichach-Friedberg e. V.**

Mareike Wasiak  
Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg,  
Telefon 0821/2 68 91-0 oder -26  
E-Mail: [mareike.wasiak@caritas-aichach-friedberg.de](mailto:mareike.wasiak@caritas-aichach-friedberg.de)

### **ARGE Offene Behindertenarbeit (OBA)**

Lebenshilfe Aichach-Friedberg e. V.  
Sankt-Elisabeth-Straße 1  
86551 Aichach,  
Telefon 08251/87 40-70  
E-Mail: [mueller@Lebenshilfe-aicfdb.de](mailto:mueller@Lebenshilfe-aicfdb.de)  
Internet: [www.lebenshilfe-aicfdb.de](http://www.lebenshilfe-aicfdb.de)

Bayerisches Rotes Kreuz Sozialzentrum Aichach  
Rosenau 10  
86551 Aichach  
Telefon 08251/88 56-57  
E-Mail: [laves@kvaichach-friedberg.brk.de](mailto:laves@kvaichach-friedberg.brk.de)  
Tel. 08251/88 56-56  
E-Mail: [schlehuber@kvaichach-friedberg.brk.de](mailto:schlehuber@kvaichach-friedberg.brk.de)  
Internet: [www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

CAB Caritas Augsburg Betriebsträger gGmbH  
Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/59 76 73-71  
E-Mail: [g.frick@cab-b.de](mailto:g.frick@cab-b.de), Internet: [www.cab-b.de](http://www.cab-b.de)





# Wenn das Leben beschwerlich wird

Herr und Frau Rudolf leben seit zwanzig Jahren in einer geräumigen Drei-Zimmer-Wohnung im dritten Stock im Herzen von Friedberg. Herr Rudolf ist 87, Frau Rudolf 85 Jahre alt. Das Gebäude verfügt über einen Aufzug und die Wohnung selbst ist barrierearm. Der vor einigen Monaten eingebaute Badewannenlift brachte eine spürbare Verbesserung für Herrn Rudolf, weil er den Einstieg in die Badewanne wegen seiner anhaltenden Arthrose in den Knien nur noch mühevoll schaffte.

Das Paar fühlt sich in dieser Umgebung wohl. Ihre Zeit widmet es den Familien der Kinder, daneben ist noch ausreichend Gelegenheit für Freundschaften und gemütliche Kartenrunden im nahegelegenen Café. Die täglichen Spaziergänge in der belebten Stadt sind eine willkommene Abwechslung und halten das Paar fit.

Die Situation änderte sich, als Herr Rudolf im Frühling des vergangenen Jahres einen Schlaganfall erlitt. Nach seinem Krankenhausaufenthalt benötigt er nun Hilfe bei vielen Verrichtungen des täglichen Lebens. Damit ist Frau Rudolf manchmal überfordert und der Alltag ist unter der Anstrengung mühevoll geworden. Obwohl die Enkel immer wieder vorbeikommen und Freunde sich telefonisch nach ihrem Befinden erkundigen, greift auch die Einsamkeit immer mehr um sich. In letzter Zeit hat

auch Frau Rudolf oft mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen, was mitunter eine Folge der körperlichen und psychischen Anstrengung ist.

Seit drei Wochen übernimmt ein ambulanter Pflegedienst die Morgenpflege von Herrn Rudolf. Wenn Herr Rudolf im Bad fertig ist, hat seine Frau ein schönes Frühstück bereitet und freut sich auf die gemeinsame Zeitungslektüre, bei der sich die beiden immer gerne austauschen. Frau Rudolf nimmt sich wieder Zeit, um sich mit ihren Freundinnen auf einen Plausch zu treffen. Ihren Mann muss sie deshalb nicht alleine lassen, weil ein Ehrenamtlicher des familienentlastenden Dienstes die paar Stunden bei ihrem Mann verbringt. Am Dienstag besucht Herr Rudolf die Tagespflege in Friedberg. Der Fahrdienst holt ihn um 8.30 Uhr ab und bringt ihn um 17 Uhr wieder nach Hause. Weil Frau Rudolf auch das Einkaufen und das Tragen der schweren Taschen Mühe bereitet, hat sie für Mittwoch und Freitag ein warmes Mittagessen des Dienstes „Essen auf Rädern“ bestellt. Der junge Mann, der das Essen vorbeibringt, ist immer sehr liebenswert und hat einen netten Spruch auf den Lippen.

Auf den folgenden Seiten erfahren Sie mehr über die Möglichkeiten, wenn Sie Unterstützung und Entlastung im eigenen Zuhause benötigen.

### Die ambulanten Pflegedienste – professionelle Pflege zu Hause

Ambulante Pflegedienste übernehmen Ihre Versorgung und Pflege zu Hause, wenn Sie über längere Zeit krank oder pflegebedürftig sind. Eine ausgebildete Kraft besucht Sie je

nach Bedarf, ein- bis mehrmals täglich im eigenen Zuhause. Vom Verbandswechsel über die Grundpflege bis hin zum Verleih von Hilfsmitteln bieten die Dienste ein breites Leistungsspektrum an. Die Kosten für die ambulante Pflege werden bei Vorliegen eines Pflegegrades von den Kranken- bzw. Pflegekassen zu einem erheblichen Teil übernommen. Bei geringem Einkommen und wenn Vermögen nicht vorhanden ist, können Sie die Finanzierung auch im Rahmen der Sozialhilfe beantragen. In diesem Fall wenden Sie sich unverzüglich an den Kostenträger Bezirk Schwaben oder an die Seniorenberatung im Landratsamt. Eine Übernahme der Leistungen kann erst ab dem Zeitpunkt der offiziellen Antragstellung erfolgen. Der Bezirk Schwaben bietet Beratungsstunden in Ihrer Nähe an (siehe Seite 9.)



Erkundigen Sie sich bei Ihren örtlich in Frage kommenden Diensten und lassen Sie sich ein Kostenangebot erstellen.

#### **Folgende ambulante Pflegedienste gibt es im Landkreis Aichach-Friedberg**

##### **Mobile Pflege Asam**

Lantmarstraße 24  
86559 Adelzhausen-Landmannsdorf  
Telefon 08208/95 83 51

##### **BRK Sozialzentrum Aichach**

Rosenau 10  
86551 Aichach  
Telefon 08251/88 56-53  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

##### **Sozialstation Aichach e. V.**

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 73 30  
[www.sozialstation-aichach.de](http://www.sozialstation-aichach.de)

##### **Ambulanter Pflegedienst Sturm GmbH & Co.KG**

Bürgermeister-Bleis-Weg 1  
86444 Affing  
Telefon 08207/22 21  
[www.pflegedienst-sturm.de](http://www.pflegedienst-sturm.de)

##### **Sozialstation Augsburg-Hochzoll, Friedberg und Umgebung gGmbH**

Augsburger Straße 78  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 37 50  
[www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de](http://www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de)

##### **Ambulanter Pflegedienst BRK Friedberg**

Hans-Bölller-Straße 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 60 76 53  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

##### **G&W Ambulanter Pflegedienst Friedberg/Augsburg**

Jungbräustraße 2  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/44 99 12 39  
[www.fdb-pflege.de](http://www.fdb-pflege.de)

##### **Ambulanter Pflegedienst Alberta**

Bahnhofsallee 13  
86438 Kissing  
Telefon 08233/7 97 15 35  
[www.pflegedienstalberta.de](http://www.pflegedienstalberta.de)

##### **Ambulante Pflege Haus Gabriel**

Römerstraße 21  
86438 Kissing  
Telefon 08233/7 93 21 09  
[www.compassio.de](http://www.compassio.de)

##### **Sozialstation Mering gGmbH**

Lechstraße 7  
86415 Mering  
Telefon 08233/9 22 88  
[www.sozialstation-mering.de](http://www.sozialstation-mering.de)

# Die Tagespflege – Entlastung für Angehörige und Abwechslung für Senioren

In Einrichtungen der Tagespflege werden pflegebedürftige Menschen tagsüber betreut und gepflegt. Der Tag wird gemeinsam mit anderen verbracht und gestaltet. Je nach Einrichtung und Konzept unterscheidet sich der Tagesablauf. Allen gemeinsam sind eine pflegerische Versorgung, Mahlzeiten in Gemeinschaft sowie soziale und therapeutische Angebote wie beispielsweise Gedächtnistraining, Bewegungstherapie und Freizeitangebote. Die pflegenden Angehörigen gewinnen Entlastung und persönlichen Freiraum für ihren Alltag. Die meisten Tagespflegen bieten Fahrdienste an, so dass die Besucher am Morgen zu Hause abgeholt und am Abend wieder nach Hause gebracht werden.

Sie können dieses Angebot entweder die ganze Woche über oder nur an einzelnen Wochentagen in Anspruch nehmen. Manche Tagespflegen bieten auch eine halbtägige Betreuung an. Die Kosten für eine Betreuung in der Tagespflege und für den Fahrdienst können mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

## Kurzzeitpflege

In der Kurzzeitpflege werden Pflegebedürftige, die normalerweise zu Hause versorgt werden, zeitlich befristet vollstationär gepflegt. Urlaubsaufenthalte für pflegende Angehörige werden erst möglich, wenn der Pflegebedürftige sicher und gut versorgt ist.

Die Kurzzeitpflege kann in Anspruch genommen, wenn

- die Hauptpflegeperson ausfällt
- die Pflegeperson eine kurzzeitige Entlastung sucht
- nach Krankenhausaufenthalt der Pflegebedürftige nicht sofort nach Hause kann
- die Zeit überbrückt werden muss, bis ein gewünschter Heimplatz frei ist

Alle Seniorenheime bieten die Möglichkeit zu einem Aufenthalt in der Kurzzeitpflege, sofern sie über freie Plätze verfügen. Seniorenheime siehe Seite 28.

## Die Anbieter für Tagespflege im Landkreis Aichach-Friedberg sind:

### BRK Tagespflege Aichach

Rosenau 10  
86551 Aichach  
Telefon 08251/88 56-52  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

### Pfarrer-Knaus-Heim

Pfarrer-Knaus-Straße 1  
86556 Kühbach  
Telefon 08251/8 87 09-0  
[www.pfarrer-knaus-heim.de](http://www.pfarrer-knaus-heim.de)

### BRK Tagespflege Friedberg

Hans-Böller-Straße 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 60 76-18  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

### Tagespflege Sozialstation Friedberg

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 37 50  
[www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de](http://www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de)

### Johanniter-Zentrum

Luitpoldstraße 24  
86415 Mering  
Telefon 08233/73 77-3 00  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

## Tagespflegen, die in eine stationäre Einrichtung integriert sind

### Caritas-Pflegezentrum St. Hildegard

San.-Rat-Dr.-Jorns-Straße 3-5  
86554 Pöttmes  
Telefon 08253/9 95 20-5 00  
[www.sozialstation-aichach.de](http://www.sozialstation-aichach.de)

### Seniorenheim Haus Gabriel

Bahnhofstraße 40 d  
86438 Kissing  
Telefon 08233/21 22-0  
[www.compassio.de](http://www.compassio.de)



### Essen auf Rädern – Mobiler Mittagstisch

Möchten Sie sich selbst oder Ihre Angehörigen mit einer warmen Mahlzeit versorgen, so können Sie den Service „Essen auf Rädern“ in Anspruch nehmen. Die Dienste beliefern ältere Menschen, denen das Einkaufen und Kochen zu beschwerlich ist, täglich mit einer warmen altersgerechten Mahlzeit. Soweit gewünscht, wird diese auch in Diätform angeboten. Je nach Wunsch wird das Essen entweder als Gefrierkost in Wochenrationen bereitgestellt oder täglich frisch zubereitet angeboten. Das Essen wird zur vereinbarten Zeit zur Wohnung gebracht. Bitte erkundigen Sie sich bei den Essensanbietern über die Auswahlmöglichkeiten und die Preise.

#### Die Anbieter

- für die Orte Baar, Pöttmes, Aindling, Affing, Petersdorf, Inchenhofen, Hollenbach, Kühbach, Aichach, Schiltberg, Obergriesbach, Sielenbach

#### Caritasverband Aichach-Friedberg

Münchener Straße 19  
86551 Aichach  
Telefon 08251/9 34 65-25  
[www.caritas-aichach-friedberg.de](http://www.caritas-aichach-friedberg.de)

- für die Orte Friedberg, Eurasburg, Kissing, Bachern, Ried, Mering, Merching, Schmiechen, Steindorf

#### Die Johanniter

Holzweg 35a  
86156 Augsburg  
Telefon 0821/25 92 40  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

#### Sozialstation Friedberg-Hochzoll

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 37 50  
[www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de](http://www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de)

- Anbieter gesamter Landkreis (Gefrierkost)

#### Bayerisches Rotes Kreuz-Schwaben

Fabrikstraße 2  
86199 Augsburg  
Telefon 0800/9 06 07 77 (kostenfrei)  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)



### Mittagstisch in netter Gesellschaft

Viele ältere Bürgerinnen und Bürger kommen zwar in ihrer häuslichen Umgebung noch gut zurecht, möchten oder können sich das Essen aber nicht mehr selbst zubereiten. Selbst kochen setzt schließlich auch anstrengende Einkaufstouren voraus. Allein lebende Senioren schätzen oft eine Unterhaltung bei Tisch, als willkommene Abwechslung im Alltag oder zum Gedankenaustausch.

Einen Mittagstisch bieten an:

#### Aichach

##### Kliniken an der Paar – Aichach

Cafeteria  
Krankenhausstraße 11 b, 86551 Aichach  
Telefon 08251/9 09-2 35  
11.30 bis 13.30 Uhr, abwechslungsreicher Speiseplan

##### Heilig-Geist-Spital Aichach

Stadtplatz 35, 86551 Aichach  
Telefon 08251/87 88-0  
Nach vorheriger Absprache

#### Kühbach

##### Pfarrer-Knaus-Heim

Pfarrer-Knaus-Straße 1, 86556 Kühbach  
Telefon 08251/8 87 09-0  
Täglich, vorab telefonische Anmeldung

#### Aindling

##### AWO Seniorenheim

Schüsselhauser Weg 2, 86447 Aindling  
Telefon 08237/9 61 70  
Täglich, einen Tag vorher anmelden

#### Friedberg

##### Bürgernetz Friedberg

Lokschuppen  
Bahnhofstraße 28, 86316 Friedberg  
Telefon 0821/21 70 24-18  
Donnerstag 12.00 bis 13.00 Uhr (außer an Feiertagen)  
Anmeldung bis Mittwoch, 12.00 Uhr

##### Kliniken an der Paar – Friedberg

Cafeteria  
Herrgottsruhstraße 3, 86316 Friedberg  
Telefon 0821/60 04-4 60  
11.30 bis 13.45 Uhr, abwechslungsreicher Speiseplan

##### AWO Seniorenheim Friedberg

Rothenbergstraße 37, 86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 75 10  
Täglich, vorab telefonische Anmeldung

#### Mering

##### Evangelisches Gemeindezentrum Mering

Martin-Luther-Straße 3, 86415 Mering  
Telefon 08233/96 53  
Dienstag von 11.30 bis 13.00 Uhr,  
auch zum Mitnehmen

#### Ottmaring

##### Sorgende Nachbarschaft/

##### Begegnungszentrum Ottmaring

Eichenstraße 31, 86316 Friedberg-Ottmaring  
Offener Mittagstisch  
Jeden 1. Donnerstag im Monat von 12.00 bis 13.00 Uhr

#### Kissing

##### Compassio Haus Gabriel

Bahnhofstraße 40 d, 86438 Kissing  
Telefon 08233/21 22-0

#### Ried

##### Rieder Hof

Hauptstraße 4, 86510 Ried  
Telefon 08233/82 53  
Einfache Mittagsgerichte (auch zum Mitnehmen)  
Mittwoch, Donnerstag und Freitag

In manchen Orten organisieren Ehrenamtliche monatliche Mittagstische. So z. B. in der Gemeinde **Adelshausen**: Jeweils am ersten Dienstag im Monat offener Mittagstisch im

##### Gasthaus Dillitz

Flurstraße 2, 86559 Adelshausen  
Anmeldung drei Tage vorher bei  
Lydia Konrad, Telefon 08258/2 33, oder  
Christine Braun, Telefon 08258/10 75  
Für alle, die nicht mobil sind, wird ein Hol- und Bringservice angeboten.

Wenn Sie Interesse an einem gemeinsamen Mittagstisch haben, fragen Sie einfach in Ihrer örtlichen Gaststätte nach. Gleichgesinnte zum Mitmachen finden sich meistens!

### Hausnotruf – so können Sie in jeder Situation Hilfe rufen

Der Hausnotruf ist ein speziell eingerichtetes Notrufsystem. Durch das Tragen eines kleinen Sendegerätes als Armband oder um den Hals können Sie zum Beispiel nach einem Sturz per Knopfdruck einen Notruf an die Hausnotruf-Zentrale absetzen. Das System wird mit einem bereits bestehenden Telefonanschluss gekoppelt. Einige Anbieter stellen auch Lösungen für Mobiltelefone bereit.

Bei Vorliegen eines Pflegegrades können die Kosten von der Pflegekasse ganz oder teilweise übernommen werden.

**Bei Interesse wenden Sie sich bitte an einen der folgenden Anbieter:**

**Caritas-Sozialstation Aichach e. V.**

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 73 30  
[www.sozialstation-aichach.de](http://www.sozialstation-aichach.de)

**Sozialstation Augsburg, Hochzoll, Friedberg und Umgebung gGmbH**

Augsburger Straße 78  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 37 50  
[www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de](http://www.sozialstation-hochzoll-friedberg.de)

**BRK Friedberg**

Hans-Böller-Straße 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 07 60  
[www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)



**Caritas-Sozialstation Mering gGmbH**

Lechstraße 7  
86415 Mering  
Telefon 08233/9 22 88  
[www.sozialstation-mering.de](http://www.sozialstation-mering.de)

**Die Johanniter**

Holzweg 35  
86156 Augsburg  
Telefon 0821/2 59 24-0  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

**Malteser Hilfsdienst**

Werner-von-Siemens-Straße 10  
86159 Augsburg  
Telefon 0821/2 58 50-45  
[www.malteser-augsburg.de](http://www.malteser-augsburg.de)

### Freiraum für pflegende Angehörige

Die Dienste des Roten Kreuzes und der Malteser vermitteln auf Wunsch geschulte Ehrenamtliche zur stundenweisen Entlastung in häuslichen Betreuungssituationen. Wenn Sie als pflegender Angehöriger wieder Freiraum für Ihren Alltag benötigen oder sich als Senior Spaziergänge, Unterhaltungen oder gemeinsame Aktivitäten wünschen, können Sie sich an folgende Stellen wenden:

**Familientlastender Dienst:**

**Bayerisches Rotes Kreuz  
Sozialzentrum Aichach**

Rosenau 10  
86551 Aichach  
Telefon 08251/88 56-56

**Besuchs- und Begleitdienst:**

**Malteser Hilfsdienst e. V.**

Tränk 1  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 86 31 04



### Tafeln und Essenspakete – wenn das Geld knapp ist

Die Tafeln im Landkreis Aichach-Friedberg geben in ihren Tafelläden gute, nicht verkaufte Lebensmittel von Einzelhändlern, die diese im Wirtschaftsprozess nicht mehr verwenden dürfen, an Berechtigte ab. Wöchentlich einmal werden die Lebensmittel von engagierten Ehrenamtlichen verteilt. Berechtig, in der Tafel „einzukaufen“ sind insbesondere Einzelpersonen bzw. Familien mit geringem Einkommen oder Bezieher von Grundsicherung. Sollten Sie Zweifel haben, ob Sie zum berechtigten Personenkreis gehören, können Sie entweder bei den Tafeln selbst anrufen oder sich im Landratsamt erkundigen. Die Vorlage eines Leistungsbescheides genügt, um in den Tafelläden bedient zu werden.

Folgende Tafeln gibt es im Landkreis Aichach-Friedberg

#### Aichacher Tafel des Kreis-Caritasverbandes

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach  
Telefon 08251/9 34 65-40  
Öffnungszeiten: Mittwoch und Freitag von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

### Lebensmittel auf Bestellung

Wenn das Einkaufen für Sie zu belastend ist, gibt es die Möglichkeit, Lebensmittel zu bestellen. Bitte erkundigen Sie sich in Ihrem Supermarkt. Manchmal ist es notwendig, auf seinen Bedarf aufmerksam zu machen.

Unter anderem können Sie Ihre Lebensmittel hier bestellen:

[www.edeka24.de](http://www.edeka24.de)  
<https://shop.rewe.de>  
[www.mytime.de](http://www.mytime.de)  
[www.netto-online.de/lebensmittel](http://www.netto-online.de/lebensmittel)  
[www.bring24.com/lebensmittel-online-bestellen](http://www.bring24.com/lebensmittel-online-bestellen)

Sicher gibt es auch in Ihrer Nachbarschaft hilfsbereite Menschen, die Ihnen gerne den Gefallen tun, für Sie einzukaufen. Auch hier gilt: Manchmal muss man auf seinen Bedarf aufmerksam machen. Die Hilfsbereitschaft ist meistens größer, als man denkt!

#### Friedberger Tafel des Kreis-Caritasverbandes

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/26 89 10  
Öffnungszeiten: Mittwoch zwischen 9.00 Uhr und 11.00 Uhr

#### Meringer Tafel der katholischen Kirchenstiftung

Zettlerstraße 36  
86415 Mering  
Telefon 08233/9 29 85  
Öffnungszeiten: Dienstag zwischen 11.30 und 15.30 Uhr

#### Essenspaket von den Maltesern

Personen, die Grundsicherung beziehen, über 65 Jahre alt sind und eingeschränkt in ihrer Mobilität sind, können über die Malteser ein Lebensmittelpaket beziehen. Informationen hierzu gibt es bei Frau Stegmair, Telefon 08251/8 86 31 04, [www.malteser-aichach-friedberg.de](http://www.malteser-aichach-friedberg.de)

Homöopathie & Naturheilmittel

Natürlich Xund bleib' m

Öffnungszeiten: Mo. Die. Do. 8:00-19:30 Uhr, Mi. Fr. 8:00-18:00 Uhr, Sa. 9:00-13:00 Uhr



**BÄREN  
APOTHEKE**

Bärenstarke Xundheit!

Bärenapotheke Politynski & Englert oHG  
86551 Aichach, Sudetenstraße 1  
Inhaber: Axel Politynski, Carolin Leiss

Tel. 08251-20 458-0 Fax -20  
[info@baerenapotheke-aic.de](mailto:info@baerenapotheke-aic.de)  
[www.baerenapotheke-aic.de](http://www.baerenapotheke-aic.de)

### Wohnen mit Service – „Betreutes Wohnen“ in einer Wohnanlage

Das „Betreute Wohnen“ ist eine Wohnform für ältere Menschen, die zu einer eigenständigen Lebensführung in der Lage sind und keinen allzu hohen Pflegebedarf haben. In erster Linie soll dem Wunsch nach Sicherheit und Unterstützung der Selbständigkeit Rechnung getragen werden. Die Wohnungen sind in aller Regel seniorengerecht und barrierefrei. Neben der Miete ist eine Pauschale für den Betreuungsdienst zu entrichten, der zu bestimmten Zeiten in der Wohnanlage präsent ist und auf Anfrage Beratung und persönliche Hilfestellung anbietet. Die Betreuungsperson organisiert gemeinsame Veranstaltungen zur Förderung sozialer Kontakte und gegenseitiger Hilfen.

Sie sollten sich darüber im Klaren sein, dass „Betreutes Wohnen“ keine Pflegeeinrichtung, sondern der Wohnungswirtschaft zuzuordnen ist. Es handelt sich nicht um ein standardisiertes Angebot, daher ist es wichtig, die Rahmenbedingungen, die sich je nach Wohnanlage unterscheiden, genau zu hinterfragen. Informationen gibt es bei folgenden Stellen:

**Fachstelle für pflegende Angehörige**  
Seniorenberatung  
Münchener Straße 9  
86551 Aichach  
Telefon 08251/87 22 33  
[www.lra-aic-fdb.de](http://www.lra-aic-fdb.de)

**Bayerische Stiftung für  
Qualität im Betreuten Wohnen e. V.**  
Geschäftsstelle  
Maria-Eich-Straße 15  
82166 Gräfelfing  
Telefon 089/89 86 01 13  
[www.stiftung-betreutes-wohnen.de](http://www.stiftung-betreutes-wohnen.de)

**Bayerisches Staatsministerium  
für Wohnen, Bau und Verkehr**  
Abteilung Wohnungswesen und Städtebauförderung  
Franz-Josef-Strauß-Ring 4  
80539 München  
Telefon 089/21 92-33 31  
[www.bauministerium.bayern.de/wohnen](http://www.bauministerium.bayern.de/wohnen)



**Betreutes Wohnen Aindling**  
22 Wohneinheiten  
Schüsselhauser Weg 4  
86447 Aindling  
Telefon 08237/9 61 70  
Information beim  
AWO-Seniorenheim Aindling



**Betreutes Wohnen Aichach**  
26 Wohneinheiten  
Tulpenstraße 1  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 79 70  
Information beim  
AWO-Seniorenheim Aichach



**Karl-Sommer-Stift Friedberg**  
75 Wohneinheiten  
Aichacher Straße 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/60 05 40  
[www.diakonie-augsburg.de](http://www.diakonie-augsburg.de)



**Betreutes Wohnen Aichach-Nord**  
26 Wohneinheiten  
Mozartstraße 46/48  
86551 Aichach  
Telefon 08251/87 33-50  
Information bei der  
Caritassozialstation Aichach  
[www.sozialstation-aichach.de](http://www.sozialstation-aichach.de)



**Betreutes Wohnen Dasing**  
36 Wohneinheiten  
Bahnhofstraße 21  
86453 Dasing  
Telefon 0171/3 32 68 35



**Seniendomizil Fiori Friedberg**  
25 Wohneinheiten  
Bahnhofstraße 42a  
86316 Friedberg  
Telefon 0171/3 32 68 35

## Hilfe und Entlastung zu Hause



**Seniorenwohnanlage  
„Fichtepark“ Friedberg**  
42 Wohneinheiten  
Fritz-Krug-Weg 2 und 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/6 08 92 42  
[www.kvaugsburg-land.brk.de](http://www.kvaugsburg-land.brk.de)



**Betreutes Wohnen „Residenz am  
Kirchplatz“ Mering**  
23 Wohneinheiten  
Jahnstraße 1  
86415 Mering  
Telefon 08233/73 61 26  
[www.sozialstation-mering.de](http://www.sozialstation-mering.de)



**Haus LebensArt Mering**  
20 Wohneinheiten  
Fuchsberg 12  
86415 Mering  
Telefon 08233/7 37 77 22  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)



**Haus LebensArt Kissing**  
34 Wohneinheiten  
Max-Planck-Straße 17  
86438 Kissing  
Telefon 08233/60 05 70  
[www.sozialstation-mering.de](http://www.sozialstation-mering.de)

## Zeit für uns – Familienerholung für Menschen mit Handicap, Pflegebedürftige und Angehörige mit Pflegeverantwortung

Die Pflege eines nahen Angehörigen in der Familie kann anstrengend sein. Nicht selten vergessen die Pflegenden, dass ihre Ressourcen endlich sind und sie dringend Erholung brauchen. So verausgaben sie sich über einen langen Zeitraum mit der Folge, dass sie selbst mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen haben. Daher: Denken Sie auch an sich selbst und nehmen Sie sich eine Auszeit. Es gibt eine Reihe von Erholungsheimen, die eine begleitende Pflege für Ihren Angehörigen anbieten, während Sie sich erholen oder Ihre Freizeit genießen können. Einige Aktivitäten sind auch für Menschen mit Einschränkungen gut machbar.

Fragen Sie bei Ihrer Pflegekasse nach Kontaktadressen. Oder erkundigen Sie sich bei der Bundesarbeitsgemeinschaft Familienerholung. Dort erfahren Sie mehr über geeignete Erholungsstätten in ganz Deutschland:

[www.bag-familienerholung.de](http://www.bag-familienerholung.de)  
[www.urlaub-mit-der-familie.de](http://www.urlaub-mit-der-familie.de)





# Ambulanter Hospizdienst und Palliativberatungsdienst durch das St. Afra Hospiz beim Caritasverband im Landkreis Aichach-Friedberg e. V.

*„Hospize bejahen das Leben. Hospize machen es sich zur Aufgabe, Menschen in der letzten Phase einer unheilbaren Krankheit zu unterstützen und sich um sie zu sorgen, damit sie in dieser Zeit, so bewusst und zufrieden wie möglich leben können.“*

*National Hospice Organization, USA*

Das St. Afra Hospiz steht schwerkranken und sterbenden Menschen bei, bietet Unterstützung an und sorgt sich um weitere betroffene Menschen in deren Umfeld. Hauptamtliche Palliative Care-Fachkräfte beraten über umfassende Möglichkeiten der Versorgung, koordinieren den Aufbau eines Betreuungsnetzes und halten regelmäßig Kontakt zu den betroffenen Personen. Im Fokus stehen dabei die Patient\*innen. Aber auch Angehörige, rechtliche Vertreter\*innen und professionell Pflegende können dieses Angebot in Anspruch nehmen.

Die wichtigste Säule der ambulanten Hospizarbeit ist der Dienst der qualifizierten ehrenamtlichen Hospizbegleiter\*innen. Sie besuchen die Patient\*innen unabhängig von ihrer Herkunft, Kultur, Konfession, ihres Alters oder der Art ihrer Erkrankung dort, wo sich die betroffenen Personen gerade befinden: im Pflegeheim, zu Hause, im Krankenhaus in einer stationären Hospiz oder auf der Palliativstation. Der Hospiz- und Palliativberatungsdienst pflegt Kontakte zu allen stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen, sowie zu Ärzt\*innen und Therapeut\*innen, auch über den Landkreis Aichach-Friedberg hinaus. Das St. Afra Hospiz steht in einem engen Kontakt mit dem Palliativteam Wittelsbacher Land, einem Fachdienst für palliativmedizinische Versorgung (SAPV).

### Weitere Angebote des St. Afra Hospiz

- Angebote für Trauernde: Einzelgespräche, Trauercafé, Gesprächskreise, Gedenkfeiern und kreative Angebote.
- Die Kindertrauergruppe „BärenStark“ bietet trauernden Kindern die Möglichkeit, sich in einer Gemeinschaft kreativ und spielerisch mit ihrer Trauer auseinanderzusetzen. Auch werden vortrauernde Kinder und Jugendliche von speziell dafür geschulten Trauerbegleiter\*innen begleitet.
- Ethische Fallbesprechungen
- Beratung zu Vollmacht und Patientenverfügung

Lebensbegleitung bis zuletzt, meint ...

**Da-sein:** jemandem zur Seite stehen, den Menschen nahe sein, da bleiben, nicht alleine lassen ... keine Leistungen erbringen, sondern, wahrnehmen: Was braucht der Patient jetzt?

**Zeit haben:** Hospizbegleiter\*innen werden auch „professionelle Zeithaber“ genannt. Begegnungen brauchen Zeit. Menschen am Lebensende brauchen ebenfalls Zeit, um sich und ihre Situation wahrzunehmen, um reagieren zu können (auf ihre ganz eigene Art und Weise), um sich mitteilen zu können (verbal und nonverbal).

**Zuhören:** Ein grundsätzlicher Gedanke der Hospizidee ist: „Was sagt mir die zu begleitende Person und was davon habe ich verstanden?“ Zuhören und versuchen zu verstehen, so dass die anvertraute Person sich auch verstanden fühlt, ist als eine der wichtigsten Aufgaben in der Hospizarbeit anzusehen.

**Aushalten und mittragen:** Das Sterben, den natürlichen Sterbeprozess mit aushalten, dabei bleiben, die Angehörigen in ihrer Vor-Trauer nicht alleine lassen. Neben dem körperlichen Schmerz, auch die Ängste und Befürchtungen (psychosozialer Schmerz) von Menschen am Lebensende wahrnehmen und sich darauf einlassen.

**Begleiten:** *„Derjenige, der begleitet, ist derjenige, der die zweite Partie spielt, der im Hintergrund bleibt und selbst keine oder nur eine untergeordnete Melodie bringt.“*  
*Paul Sporken*

*„Begleiten – ein schönes Wort und eine schöne Aufgabe, voll Hinwendung und voller Herzenswärme, voll Respekt und Würde und Demut.“*  
*Margot Bickel*

Für Betroffene ist das Angebot kostenfrei. Der Hospizdienst wird unter anderem durch Kostenübernahmen der Krankenkassen und auch durch Spenden finanziert.

*„Sie sind wichtig, weil Sie eben Sie sind, Sie sind bis zum letzten Augenblick ihres Lebens wichtig. Wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben können.“*  
*Cicely Saunders*

### Hospizdienste und Palliativberatung bieten an:

#### Hospizgruppe Aichach

Bahnhofstraße 28  
86551 Aichach  
Telefon 08251/9 34 65 30  
Christine Neukäuffer, leitende Koordinatorin  
E-Mail: christine.neukaueufer@caritas-aichach-friedberg.de  
Manuela Lang, Koordinatorin  
E-Mail: manuela.lang@caritas-aichach-friedberg.de

#### Hospizgruppe Friedberg

Bahnhofstraße 28  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/21 70 24 16  
Marina Asam-Bscheider, Koordinatorin  
E-Mail: marina.asam-bscheider@caritas-aichach-friedberg.de

#### Hospizgruppe Mering

Meringerzellerstraße 2  
86415 Mering  
Telefon 08233/2 14 99 44 11  
Angelika Meier, Koordinatorin  
E-Mail: angelika.meier@caritas-aichach-friedberg.de

## 24-Stunden-Betreuung

Betreuungskräfte aus Osteuropa und anderen Ländern sind inzwischen ein fester Bestandteil des deutschen Pflegealltags. Schätzungsweise rund 100.000 Frauen und Männer aus EU-Ländern wie Polen, Tschechien, Slowakei, Rumänien und Bulgarien arbeiten zurzeit in Deutschland. Sie wohnen in der Regel für einen Zeitraum von ca. drei Monaten bei den älteren, hilfe- und pflegebedürftigen Menschen und übernehmen deren Versorgung und Haushaltsführung. Die Kosten für eine derartige 24-Stunden-Betreuung sind abhängig von verschiedenen Faktoren (z.B. Grad der Pflegebedürftigkeit des zu Betreuenden, Deutschkenntnisse der Betreuungskraft usw.) Hinzu kommen in der Regel freie Kost, Unterkunft, Anreise- und Rückreisekosten.

Für eine wachsende Zahl von Familien mit hilfe- und pflegebedürftigen Angehörigen stellt dieses Angebot eine Alternative zu einer sonst notwendigen Heimbetreuung dar, mit dem Vorteil, dass die Pflegebedürftigen in ihrer gewohnten Umgebung bleiben können. Wie Angehörige dürfen ausländische Betreuungskräfte neben hauswirtschaftlichen Tätigkeiten auch bestimmte notwendige Alltagshilfen verrichten. In der Regel vermitteln Agenturen mit Sitz in Deutschland den Kontakt. Sie werben mittlerweile für ihre Dienstleistungen auch in der lokalen Presse oder sind im Internet unter dem Schlagwort „24-Stunden-Pflege“ oder „24-Stunden-Betreuung“ zu finden.

Darauf sollten sie achten:

**Sprache:** Erfragen Sie beim Vermittler die Sprachkenntnisse der Betreuungskraft. Prüfen Sie das nach Möglichkeit in einem persönlichen Gespräch nach.

**Personalauswahl:** Vermittlungsagenturen sollten mindestens 2 Personenvorschläge machen, damit Sie auch eine Wahl haben.

**Qualifikation:** Erfragen Sie Qualifikationen der Betreuungskraft. Üblich sind Frauen mit Pflegeerfahrung. Eine klassische Pflegeausbildung haben die Frauen nur selten. Bei Vorliegen von Pflegebedürftigkeit ist deshalb gegebenenfalls die Unterstützung durch einen ambulanten Pflegedienst notwendig bzw. sinnvoll.

**Unterkunft:** Die Betreuungskraft braucht ein eigenes Zimmer. Prüfen Sie, ob Sie genügend Platz zu Hause haben. Sie müssen der Betreuungskraft Unterkunft und Verpflegung organisieren.

**Urlaub:** Kalkulieren Sie Urlaub und Ausfallzeiten mit ein. Vermittlungsagenturen sollten bei Krankheitsausfällen Ersatz stellen können.

**Wechsel:** Klären Sie vorab, wie lange die Betreuungskraft bei Ihnen bleiben kann. Viele Vermittlungsagenturen wechseln ihr Personal häufiger aus.

**Referenzen:** Sprechen Sie mit Personen, die bereits Erfahrungen mit einer 24-Stunden-Betreuung gemacht haben oder lassen Sie sich Referenz-Adressen geben.

**Schriftliche Regelungen:** Lassen Sie sich schriftlich Infos und Unterlagen vorlegen und bestehen Sie auf den Abschluss einer schriftlichen Vereinbarung zu allen wichtigen Fragen und Einzelheiten, insbesondere zu den Kosten, zur sozialen Absicherung und Qualifikation, Aufgaben und Sprachkenntnissen der Betreuungskraft, zu Arbeits- und Freizeiten, Regelungen bei Unfall und Erkrankung und zum möglichen Wechsel der Betreuungskraft.

**Ansprechpartner:** Verbindlich benannt werden sollte Ihnen ein (regionaler) Ansprechpartner (mit telefonischer Erreichbarkeit), der Ihnen und der Betreuungskraft vor Ort Zur Verfügung steht.



## Jederzeit gut umsorgt

Frau Maier ist 92 Jahre alt. Sie hat sich bisher selbst versorgt, jedoch macht ihr das Alter immer mehr zu schaffen, so dass sie mit ihren Kräften mehr und mehr haushalten muss. Der ambulante Pflegedienst kommt jeden Morgen und begleitet sie ins Bad. Wenn die nette Schwester die Tür wieder hinter sich zugezogen hat, wird ihr doch das Alleinsein schmerzlich bewusst. Sie wünscht sich eigentlich, dass sie zu jeder Tages- und Nachtzeit Hilfe bekommt, denn sie benötigt wegen unvermittelt auftretender Schwächeanfälle auch für die Toilettengänge Begleitung. Die Zubereitung des Essens und das Abtragen des Geschirrs bedeuten immer mehr Anstrengung für Frau Maier, ganz abgesehen von den Hausarbeiten, die sie sich die ganze Woche über einteilen muss. Bei allem ist sie immer alleine und hat niemanden, mit dem sie sich auch mal austauschen kann. Das Kochen beschränkt sie in letzter Zeit öfter auf das Öffnen einer Dose, obwohl sie früher eine leidenschaftliche und sehr gute Köchin war.

Wenn Sie sich zu Hause nicht mehr ausreichend versorgen können oder möchten, bieten Ihnen stationäre Pflegeeinrichtungen eine umfassende

Versorgung. Bei der Auswahl der Einrichtung ist es gut, sich Zeit zu nehmen und sich ein Heim auch einmal anzusehen. Ein Informationsbesuch ist in jedem Heim möglich. Dabei sollten Sie darauf achten, wie Sie die Atmosphäre dort empfinden. Die folgenden Aspekte können bei der Begutachtung eines Pflegeheimes hilfreich sein:

- Kann ich einen Teil meiner Lieblingsmöbel dort hin mitnehmen?
- Sind die Gemeinschaftsräume liebevoll gestaltet?
- Wie ist der Umgang des Personals mit den Bewohnern?
- Machen die Bewohner einen zufriedenen und gepflegten Eindruck?
- Ist das Essen schmackhaft und appetitlich?
- Wie ist der Geruch in der Einrichtung?

Sie sollten Ihre Fragen mutig stellen und sich verschiedene Einrichtungen ansehen. Ängste und Zweifel sind vor einem solchen Schritt nur allzu verständlich. In guten Pflegeheimen wird man sich Zeit für Sie nehmen und Ihre Bedenken ernst nehmen.



### Wann kommt ein Pflegeheim in Frage?

- **Wenn die Versorgung zu Hause nicht mehr möglich ist.** Und hier ist nicht unbedingt nur das Essen und Einkaufen relevant, denn Essen auf Rädern ist mittlerweile eine gute Alternative zum Selberkochen. Hier gehört der ganze Alltag dazu. Häufig tritt bei alleinstehenden Personen ohne familiäre Unterstützung auch Verwahrlosung ein.
- **Für Alleinlebende, sturzgefährdete Menschen.** Vielfach sind Senioren stark sturzgefährdet. Ein Hausnotruf kann bei vielen Stürzen lebensrettend sein. Ist der Betroffene jedoch bewusstlos (zum Beispiel aufgrund eines Sturzes oder auch einer Unterzuckerung bei Diabetikern usw.) kann er den lebensrettenden Notruf nicht mehr absetzen.
- **Für Alleinlebende, demente Menschen.** Demente Menschen die alleine zu Hause leben, sind einem großen Risiko ausgesetzt. Je nach Schwere der Krankheit verlassen Sie unbeaufsichtigt ihre Wohnung und irren verängstigt umher. Oder sie vergessen den Herd abzustellen uvm.
- **Für Menschen ohne Betreuung durch Familie oder Freunde.** Nicht alle Pflegebedürftigen haben Angehörige oder Freunde, die die häusliche Pflege übernehmen. Manchmal wohnen die Kinder viel zu weit weg oder sie können aus beruflichen Gründen keine Pflege übernehmen.
- **Pflegeperson kommt an ihre Grenzen.** Aber auch die physische und psychische Belastung der Pflegenden muss berücksichtigt werden. Ist der pflegende Angehörige gesundheitlich nicht mehr in der Lage, die Pflege zu übernehmen, kommt oft nur noch der Wechsel in ein Pflegeheim in Frage.
- **Wenn Intensivpflege notwendig ist.** Eine Intensivpflege, die zum Teil eine 24-stündige Betreuung benötigt, ist häufig nicht mehr im häuslichen Umfeld machbar. Mittlerweile gibt es Pflegedienste, die eine außerklinische Betreuung anbieten. Hier ist abzuwägen, was die bessere Lösung für den Patienten und die Angehörigen ist.
- **Bei Menschen in der letzten Lebensphase.** Auch hier muss gut überlegt werden, ob die Palliativpflege zu Hause durchgeführt werden kann oder ob ein Pflegeheim oder ein Sterbehospiz die bessere Variante ist. Angehörige können manchmal nicht damit umgehen, dass das Elternteil oder der Partner sterben wird.
- **Keine barrierefreie Wohnung.** Wenn die Wohnung nicht behindertengerecht umgebaut oder angepasst werden kann.

### Heimaufsicht

Die Fachstelle für Qualität und Aufsicht in Pflege- und Behinderteneinrichtungen (FQA) führt Einrichtungsbegehungen durch. Ein Team, bestehend aus Mitarbeitern der Verwaltung, einer Pflegefachkraft und einer Sozialpädagogin, prüft die Qualität in Pflege- und Behinderteneinrichtungen. Sie sind Ansprechpartner für die Einrichtungen, nehmen aber auch Beschwerden entgegen und beraten in Sachen Pflege, Betreuung und Personalausstattung.

Ein Anliegen ist der FQA auch die Qualifizierung von Ehrenamtlichen für den Einsatz in Einrichtungen und die Durchführung von Fachtagen zu Themen wie Pflege und Umgang mit Demenz.



Ihre Ansprechpartnerinnen (von links): Gabriele Bott, Jutta Schnitzlein, Melanie Schenk und Maria Nießner.

Bei Anregung oder Kritik zur Versorgung und Betreuung in Senioreneinrichtungen:

**Telefon 08251/92-1 38**

## Senioren- und Pflegeeinrichtungen im Landkreis Aichach-Friedberg

### Aichach



**Heilig-Geist-Spital**  
75 Pflegeplätze  
Stadtplatz 35  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 78 80



**AWO-Seniorenheim Maria Simon**  
100 Pflegeplätze  
Oskar-von-Miller-Straße 16  
86551 Aichach  
Telefon 08251/87 97-0  
[www.awo-schwaben.de](http://www.awo-schwaben.de)



**Haus an der Paar**  
87 Pflegeplätze  
Franz-Beck-Straße 6  
86551 Aichach  
Telefon 08251/86 74-0  
[www.bestens-umsorgt.de](http://www.bestens-umsorgt.de)

### Aindling



**AWO-Seniorenheim Aindling**  
39 Pflegeplätze  
Schüsselhauser Weg 2  
86447 Aindling  
Telefon 08237/9 61 70  
[www.awo-schwaben.de](http://www.awo-schwaben.de)

### Kissing



**Compassio Seniorendomizil  
Haus Gabriel mit  
gerontopsychiatrischer Station**  
79/25 Pflegeplätze  
Bahnhofstraße 40 d  
86438 Kissing  
Telefon 08233/21 22-0  
[www.compassio.de](http://www.compassio.de)

### Kühbach



**Pfarrer-Knaus-Heim**  
30 Pflegeplätze  
Pfarrer-Knaus-Straße 1  
86556 Kühbach  
Telefon 08251/88 70 90  
[www.pfarrer-knaus-heim.de](http://www.pfarrer-knaus-heim.de)

### Friedberg



**Karl-Sommer-Stift**  
51 Pflegeplätze  
Aichacher-Straße 4  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/60 05 40  
[www.diakonie-augsburg.de](http://www.diakonie-augsburg.de)



**Pro Seniore Residenz mit  
gerontopsychiatrischer Station**  
78/27 Pflegeplätze  
Stefanstraße 29  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 60 50  
[www.pro-seniore.de](http://www.pro-seniore.de)



**AWO-Seniorenheim Friedberg**  
84 Pflegeplätze  
Rothenbergstraße 37  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 67 50  
[www.awo-schwaben.de](http://www.awo-schwaben.de)

### Mering



**Caritas-Seniorenzentrum  
St. Theresia**  
60 Pflegeplätze  
Leonhard-Straße 76 a  
86415 Mering  
Telefon 08233/74 15 50  
[www.cab-a.de](http://www.cab-a.de)



**Caritas-Seniorenzentrum  
St. Agnes**  
88 Pflegeplätze  
Jägerberg 8  
86415 Mering  
Telefon 08233/8 46 80  
[www.cab-a.de](http://www.cab-a.de)



**Johanniter-Zentrum Mering  
(früher Pflegezentrum Ederer)**  
30 Pflegeplätze  
Luitpoldstraße 24  
86415 Mering  
Telefon 08233/7 37 70  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

### Pöttmes



**Caritas Pflegezentrum  
St. Hildegard**  
60 Pflegeplätze  
San.-Rat-Dr. Jorns-Straße 3-5  
86554 Pöttmes  
Telefon 08253/9 95 20-5 00  
[www.sozialstation-aichach.de](http://www.sozialstation-aichach.de)



**Senioreneinrichtung  
Sonnengarten**  
43 Pflegeplätze  
Bürgermeister-Rohrmüller-Str. 9-11  
86554 Pöttmes  
Telefon 08253/16 17  
[www.senioreneinrichtung-sonnengarten.de](http://www.senioreneinrichtung-sonnengarten.de)

# **FRIDOLIN** *personenbeförderung*

**Patientenfahrten** alle Kassen

**Fahrten zu**

- Dialyse
- Strahlen-/Chemotherapie
- Reha
- Stationäre und ambulante Behandlung

**Tel. 0170 - 19 23 154**



[www.fridolin.com/patienten](http://www.fridolin.com/patienten)

FRIDOLIN personenbeförderung  
Lerchenstraße 3a  
86556 Kühbach

E-Mail: [personen@fridolin.com](mailto:personen@fridolin.com)



### Wohngemeinschaften für Menschen mit Pflegebedarf

Bei ambulant betreuten Wohngemeinschaften steht die Selbstbestimmung der Bewohner im Vordergrund. Wesentliches Merkmal dieser Wohnform ist die Gesamtverantwortung der Angehörigen oder Betreuer für die Organisation und Qualität von Wohnen, Betreuung und hauswirtschaftlicher Versorgung. Das Mietverhältnis und die pflegerische Versorgung werden in jeweils eigenen Verträgen geregelt.

Die pflegebedürftigen Bewohner leben in ihren eigenen Zimmern innerhalb einer Wohngemeinschaft in familienähnlichen Gruppen zusammen. Sie beteiligen sich so weit wie möglich am alltäglichen Leben. Die Wohnform stellt eine Alternative zum stationären Pflegeheim dar. In einer WG werden höchstens 12 Personen betreut.

#### Folgende ambulant betreute Wohngemeinschaften finden Sie im Landkreis



**Seniorenwohngemeinschaft Regenbogen**  
Donauwörther Straße 6  
86551 Aichach  
Telefon 08251/33 88



**Seniorenwohngemeinschaft Haus Katharina**  
Wiffertshauer Straße 10  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 62 03 40  
[www.mobiler-pflegekreis.de](http://www.mobiler-pflegekreis.de)



**Seniorenwohngemeinschaft „Dahoam am Anger“**  
Am Anger 40  
86444 Affing-Mühlhausen  
Telefon 08207/22 21  
[www.seniorenwg-sturm.de](http://www.seniorenwg-sturm.de)



**Seniorenwohngemeinschaft Parkresidenz Katharina**  
Eisenberg 5  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/2 62 03 40  
[www.mobiler-pflegekreis.de](http://www.mobiler-pflegekreis.de)





# Hier sind Sie willkommen!

Frau Mühle ist 76 Jahre alt und verwitwet. Sie besucht seit dem Tod ihres Mannes, den sie lange aufopferungsvoll gepflegt hat, regelmäßig die Seniorennachmittage in der Pfarrei, die von Freiwilligen organisiert werden. Hier hat sie wieder Freundschaften geschlossen. Auch außerhalb von organisierten Veranstaltungen trifft sie sich mit anderen, gemeinsam werden Unternehmungen geplant und Ausstellungen und Konzerte besucht. Alleine hat ihr das keinen Spaß gemacht, jetzt hat sie wieder richtig Lust auf Symphoniekonzerte und Opernbesuche. Ohne die Seniorennachmittage in der Kirchengemeinde hätte sie diese Menschen nicht kennengelernt, die ihr jetzt so wichtig sind und ihren Alltag bereichern.

Viele Senioren wünschen sich Unternehmungen und einen Austausch mit Gleichgesinnten, andere möchten ihre Erfahrungen und Fähigkeiten in Form von bürgerschaftlichem Engagement einbringen. In den Kommunen des Landkreises gibt es viele Freiwillige, die sich um die Belange von Senioren kümmern. Es sind die unzähligen ehrenamtlich Tätigen in den Dörfern und Städten, die das Miteinander prägen und das Leben dort lebens- und liebenswert machen. Sicher finden auch Sie an Ihrem Wohnort Angebote, die von Eh-

renamtlichen organisiert werden. Oft werden Hilfen von anderen Senioren oder auch von jüngeren Frauen und Männern angeboten, die sozial tätig werden wollen. Zahlreiche Einrichtungen, Vereine und Organisationen in den Städten, Märkten und Gemeinden im Landkreis bieten vielerlei Möglichkeiten für eine gelungene Freizeitgestaltung und für ein geselliges Miteinander. Nicht vergessen werden dürfen die verschiedenen Feste, sei es der Seniorenfasching, das Volksfest oder die Weihnachtsfeier.

Daneben sind es vor allem auch die Wohlfahrtsverbände und Engagierte in den Pfarreien, die Treffs für Senioren anbieten. In Begegnungsstätten gibt es Möglichkeiten, an Kursen und Informationsveranstaltungen teilzunehmen, Ausflüge zu unternehmen oder sich zu diversen Themen beraten zu lassen. Manche Treffs bieten auch einen öffentlichen Mittagstisch an.

Die Seniorenbeauftragten oder die zuständigen Stellen im Rathaus können Ihnen weiterhelfen, wenn Sie sich einer Gemeinschaft anschließen oder sich selbst einbringen möchten. Organisierte Treffen werden in fast jedem Ort angeboten. Nachfragen lohnt sich!

### Hier finden Sie Ihre Ansprechpartner

#### Gemeinde Adelzhausen

##### Seniorenbeauftragte

Lydia Konrad  
86559 Adelzhausen  
Hauptstraße 12 b  
Telefon 08258/2 33  
E-Mail: lydia.konrad@gmx.de

##### Pfarrereingemeinschaft Adelzhausen

Telefon 08258/4 52  
E-Mail: adelzhausen@bistum-augsburg.de

#### Gemeinde Affing

##### Seniorenbeauftragte

Torild Wagner-Leonhäuser  
86444 Affing-Haunswies  
Auweg 5  
Telefon 08207/95 84 30  
E-Mail: torjuer@t-online.de

##### Pfarrereingemeinschaft Affing

Telefon 08207/1743  
E-Mail: pg.affing@bistum-augsburg.de

#### Stadt Aichach

##### Seniorenbeauftragte

Rita Rösele  
86551 Aichach  
Kirchbergstraße 27  
Telefon 08251/64 88  
E-Mail: rita@roesele.net

##### Vorsitzender des Seniorenbeirats

Horst Thoma  
86551 Aichach  
Theodor-Heuss-Straße 17  
Telefon 08251/24 86  
E-Mail: dhthoma@web.de

##### Haus der Senioren Aichach

86551 Aichach  
Hinterm Turm 4  
Telefon 08251/20 40 50 (AB) oder  
Telefon 08251/9 02-0 (Stadt Aichach)  
Internet: www.aichach.de

##### Malteser-Treff für alle

in der Caritas-Tagesstätte für psychische Gesundheit  
86551 Aichach, Münchner Straße 19  
Telefon 08251/8 86 31 04  
Internet: www.malteser-aichach-friedberg.de

#### Pfarrereingemeinschaft Aichach

Telefon 08251/70 86  
E-Mail: pg-aichach@bistum-augsburg.de

##### Gallenbach: St. Stephan

Telefon 08251/82 73 63  
E-Mail: klingen@bistum-augsburg.de

##### Klingen: Mariä Himmelfahrt

Telefon 08251/82 73 63  
E-Mail: klingen@bistum-augsburg.de

#### Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Aichach Paul-Gerhardt-Kirche

Telefon 08251/26 58  
E-Mail: pfarramt.aichach@elkb.de

#### Markt Aindling

##### Seniorenbeauftragte

Albertine Ganshorn  
86447 Aindling  
Am Hangenbrunnen 8a  
Telefon 0177/7 61 43 63

Josef Gamperl  
86447 Aindling  
Marktplatz 1  
Telefon 08237/96 07-0  
E-Mail: info@vg-aindling.de

##### Pfarrereingemeinschaft Aindling

Telefon 08237/15 17  
E-Mail: st.martin.aindling@bistum-augsburg.de

#### Gemeinde Baar

##### Seniorenbeauftragte

Marina Riedelsheimer  
86674 Baar  
Riedererstraße 15  
Telefon 08276/9 42  
E-Mail: Nina79tbf@gmail.com

##### Oberbaar: St. Laurentius

Telefon 08271/24 44  
E-Mail:  
st.peterundpaul.thierhaupten@bistum-augsburg.de



## Engagement für Senioren am Wohnort

### Gemeinde Dasing

#### Seniorenbeauftragte

Susanne Kanzler  
86453 Dasing  
Taitinger Straße 14  
Telefon 0151/19 44 47 14  
E-Mail: kanzler\_s@t-online.de

#### Vorsitzender des Seniorenbeirats

Dieter Reif  
86453 Dasing, Ringstraße 4  
Telefon 0175/3 25 07 28  
E-Mail: dieter.reif@t-online.de  
www.86453-dasing.lsvb.info

#### Pfarreiengemeinschaft Dasing

Telefon 08205/9 63 21-0  
E-Mail: st.martin.dasing@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Eurasburg

#### Seniorenbeauftragter

Herbert Meßner  
86495 Eurasburg  
Buchenstraße 6  
Telefon 0173/5 21 95 25  
E-Mail: herbymessner@freenet.de

### Stadt Friedberg

#### Seniorenbeauftragte/Seniorenbeirat

Simone Hörmann von und zu Guttenberg  
86316 Friedberg  
Ludwigstraße 1  
Telefon 0821/60 29 74  
E-Mail: simone.hoermann@spd-friedberg.bayern

Heinz Schrall  
86316 Friedberg  
Am Haferfeld 6  
Telefon 0821/60 30 50  
E-Mail: heinzschrall@arcor.de

#### Bürgernetz Friedberg

c/o Caritasverband Aichach-Friedberg e. V.  
86316 Friedberg  
Bahnhofstraße 28  
Telefon 0821/21 70 24 18  
E-Mail: info@buergernetz-friedberg.de  
www.buergernetz-friedberg.de

#### AWO Ortsverein Friedberg

Vorsitzender: Johannes Sasse  
86316 Friedberg  
Schützenstraße 8  
www.awo-friedberg.de

### AWO Seniorenclub Friedberg

86316 Friedberg  
Rothenbergstraße 37  
Ansprechpartner: Theo Preischl  
Telefon 08207/95 96 65  
E-Mail: preischlth@aol.de  
www.awo-friedberg.de/seniorenclub

#### Pfarreiengemeinschaft Ottmaring

Telefon 0821/60 21 83  
E-Mail: pg.ottmaring@bistum-augsburg.de

#### Pfarreiengemeinschaft Stätzing

Telefon 0821/78 31 66  
E-Mail: pg.staetzling@bistum-augsburg.de

#### Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Friedberg

Telefon 0821/60 33 25  
E-Mail: pfarramt@friedberg-evangelisch.de

### Gemeinde Hollenbach

#### Seniorenbeauftragte

Monika Engl  
86568 Hollenbach  
Am Steigfeld 5  
Telefon 0175/1 40 48 18  
E-Mail: monika-engl@gmx.de

Theresia Isele-Juraske  
86568 Motzenhofen  
Unterer Siedlungsweg 12  
Telefon 08257/87 75  
E-Mail: thereseisele25@gmail.com

### Markt Inchenhofen

#### Seniorenbeauftragte

Andrea Schmidberger  
86570 Inchenhofen  
Angerweg 2 a  
Telefon 08257/12 07 oder 0171/6 58 64 02  
E-Mail: andrea.schmidberger@t-online.de

#### Pfarreiengemeinschaft Inchenhofen

Telefon 08257/12 20  
E-Mail: st.leonhard.inchenhofen@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Kissing

#### Seniorenbeauftragter

Peter Wirtz  
86438 Kissing  
Tulpenstraße 13 a  
Telefon 0151/16 01 37 04  
E-Mail: peter.wirtz@kissing.de

## Engagement für Senioren am Wohnort

### Mehrgenerationenhaus Kissing „Casa Cambio“

Brigitte Dunkenberg – Quartiermanagerin  
86438 Kissing, Nelkenstraße 18  
Telefon 08233/2 12 01 26  
E-Mail: [quartiersmanagement@kjf-kjh.de](mailto:quartiersmanagement@kjf-kjh.de)  
[www.casa-cambio.de](http://www.casa-cambio.de)

### AWO Kissing

86438 Kissing, Blumenstraße 9  
Telefon 08233/8 47 35  
E-Mail: [kreisvorstand@awo-aichach-friedberg.de](mailto:kreisvorstand@awo-aichach-friedberg.de)  
Internet: [www.awo-schwaben.de](http://www.awo-schwaben.de)

### Kissing: St. Stephan

Telefon: 08233/79 49 0  
E-Mail: [kissing@bistum-augsburg.de](mailto:kissing@bistum-augsburg.de)

### Evang.-Luth. Pfarramt – Emmaugemeinde Kissing

Telefon 08233/78 93 19  
E-Mail: [pfarramt.kissing@elkb.de](mailto:pfarramt.kissing@elkb.de)

### Markt Kühbach

#### Seniorenbeauftragter

Franz Czech  
86556 Kühbach-Paar, Weidenstraße 9  
Telefon 08257/21 11  
E-Mail: [seniorenkuehbach@t-online.de](mailto:seniorenkuehbach@t-online.de)

#### Pfarrriengemeinschaft Kühbach

Telefon 08251/34 77  
E-Mail: [st.magnus.kuehbach@bistum-augsburg.de](mailto:st.magnus.kuehbach@bistum-augsburg.de)

### Gemeinde Merching

#### Seniorenbeauftragter

Martin Dittebrand  
86504 Merching, Bahnhofring 6 d  
Telefon 08233/73 61 58  
E-Mail: [martin.dittebrand@web.de](mailto:martin.dittebrand@web.de)

Markus Storch  
86504 Merching, Wittelsbacherstraße 9  
Telefon 0157/9 63 69 65  
E-Mail: [markusstorch@arcor.de](mailto:markusstorch@arcor.de)

#### Bürgernetz Mering/Merching

Telefon 08233/73 61 76  
E-Mail: [vorstand@buergernetz-mering.de](mailto:vorstand@buergernetz-mering.de)  
Internet: [www.buergernetz-mering.de](http://www.buergernetz-mering.de)

#### Pfarrriengemeinschaft Merching

Telefon 08233/93 70  
E-Mail: [st.martin.merching@bistum-augsburg.de](mailto:st.martin.merching@bistum-augsburg.de)

### Markt Mering

#### Seniorenbeauftragte

Christine Maier  
86415 Mering, Anton-Bruckner-Straße 10  
Telefon 08233/7 79 95 37  
E-Mail: [seniorenbeauftragte@markt-mering.de](mailto:seniorenbeauftragte@markt-mering.de)

Guido Schlosser  
86415 Mering, Sonnenblumenring 9  
Telefon 08233/3 05 89  
E-Mail: [gu-schlosser@t-online.de](mailto:gu-schlosser@t-online.de)

#### Bürgernetz Mering/Merching

Telefon 08233/73 61 76  
E-Mail: [vorstand@buergernetz-mering.de](mailto:vorstand@buergernetz-mering.de)  
Internet: [www.buergernetz-mering.de](http://www.buergernetz-mering.de)

#### AWO Ortsverein Mering

Begegnungsstätte  
86415 Mering, Bahnhofstraße 17  
Ansprechpartner:  
Jaromir Prochazka  
Telefon 08233/98 79  
E-Mail: [ov.mering@awo-bayern.de](mailto:ov.mering@awo-bayern.de)  
Internet: [www.awo-mering.de](http://www.awo-mering.de)

#### Mering: St. Michael

Telefon 08233/742 50  
E-Mail: [st.michael.mering@bistum-augsburg.de](mailto:st.michael.mering@bistum-augsburg.de)

#### Evangelisch-Lutherisches Pfarramt Mering

Telefon 08233/96 53  
E-Mail: [pfarramt.mering@elkb.de](mailto:pfarramt.mering@elkb.de)

### Gemeinde Obergriesbach

#### Seniorenbeauftragter

Manfred Kern  
86573 Zahling, Amselweg 4  
Telefon 08205/65 33  
E-Mail: [manfredkern@gmx.de](mailto:manfredkern@gmx.de)

#### Pfarrriengemeinschaft Obergriesbach

Telefon 08251/24 00  
E-Mail: [pg.obergriesbach@bistum-augsburg.de](mailto:pg.obergriesbach@bistum-augsburg.de)

### Gemeinde Petersdorf

#### Seniorenbeauftragte

Sonja Bachmeir  
86574 Petersdorf, Schulstraße 3  
Telefon 08237/15 00  
E-Mail: [info@chemolabor.de](mailto:info@chemolabor.de)

## Engagement für Senioren am Wohnort

### Markt Pöttmes

#### Seniorenbeauftragter

Bürgermeister Mirko Ketz  
86554 Pöttmes  
Marktplatz 18  
Telefon 08253/99 98-0  
E-Mail: Ketz.Mirko@vg-poettmes.de

#### Pfarreiengemeinschaft Pöttmes

Telefon 08253/2 03  
E-Mail: pg.poettmes@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Rehling

#### Seniorenbeauftragte

Katharina Jakob  
86508 Rehling  
Hambergstraße 5  
Telefon 08237/3 00  
E-Mail: kathi.jakob@web.de

#### Rehling: St. Vitus und Katharina

Telefon 08237/4 44  
E-Mail: rehling@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Ried

#### Seniorenbeauftragter

Dr. Franz-Josef Mayer  
86510 Ried  
Asbacher Straße 3  
Telefon 08233/84 67 42  
E-Mail: post@fjmayer.de

Claudia Bordon-Vieler – Quartiersmanagerin

86510 Ried  
Sirchenrieder Straße 1  
Telefon 08233/789 91 90  
E-Mail: claudia.bordon-vieler@gemeinde-ried.de  
www.gemeinde-ried.de/seniorenarbeit

#### Pfarreiengemeinschaft Baidlkirch

Telefon 08202/12 77  
E-Mail: pg.baidlkirch@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Schiltberg

#### Seniorenbeauftragter

Michael Schmidberger  
86576 Schiltberg  
Hofbergstraße 3  
Telefon 08259/5 93  
E-Mail: schmidberger.michael@web.de

### Schiltberg: St. Maria Magdalena

Telefon 08259/8 97 98-0  
E-Mail: pfarramt-schiltberg@bistum-augsburg.de

### Gemeinde Schmiechen

#### Seniorenbeauftragter

Josef Kölz  
86511 Schmiechen  
Kirchplatz 9  
Telefon 08206/96 16 64  
E-Mail: baeckweck@t-online.de

### Gemeinde Sielenbach

#### Seniorenbeauftragte

Monika Wolf  
86577 Sielenbach  
Flurstraße 1  
Telefon 08258/4 91  
E-Mail: moni191@gmx.net

Ferryal Weinmüller

86577 Sielenbach  
Kreutmeierstraße 2  
Telefon 08258/2 83  
E-Mail: ferryal.seitz@yahoo.de

#### Kath. Pfarrkirchenstiftung St. Petrus Sielenbach

Telefon 08258/2 42  
E-Mail: st-petrus.sielenbach@ebmuc.de

### Gemeinde Steindorf

#### Seniorenbeauftragter

Bürgermeister Paul Wecker  
82297 Steindorf  
Schulstraße 7  
Telefon 08202/87 35  
E-Mail: bgm.steindorf@t-online.de

### Gemeinde Todtenweis

#### Seniorenbeauftragte

Petra Wackerl  
86447 Todtenweis  
An der Weinleite 15  
Telefon 08237/50 57  
E-Mail: petrawackerl@gmail.com

#### Begegnungsstätte Kasmi-Haus

St.-Afra-Straße 16  
86447 Todtenweis  
Telefon 08237/50 57 (Frau Wackerl)





### Was Hänschen nicht lernt ...

Mit dem Internet hatte Frau Heinze nie viel am Hut. Die Versuche der Enkel, ihr den Umgang mit dem Tablet nahezubringen, lehnte sie stets ab mit der Bemerkung „Das brauche ich doch mit fast 80 Jahren nicht mehr!“ Kürzlich hat sie sich überlegt, ob sie mit dem Bus in die Kreisstadt Aichach fahren soll, um dort den Arzt aufzusuchen. Die Kinder haben ihr geraten, das Autofahren aufzugeben. In letzter Zeit war sie auch wirklich manchmal unsicher am Steuer. Also versucht sie nun herauszufinden, wann ein Bus fährt. Doch das ist gar nicht so einfach, wie sie festgestellt hat. Ihr Enkel Markus war es wiederum, der sie aufklärte, dass Fahrpläne heutzutage im Internet zu finden seien.

Die Abfahrtszeit für den Bus nach Aichach hat nun Markus ermittelt, aber sie will nicht immer auf andere angewiesen sein. Deshalb hat sie ein Seminar mit dem klingenden Namen „Silver Surfer Kurs“ besucht. Sie beschäftigt sich jetzt mit ihrem Handy, einem Geburtstagsgeschenk von den Kindern. Ganz toll findet sie die Nachrichtengruppe mit anderen Senioren aus ihrem Ort.

Auf ihre Anfrage, ob kommende Woche jemand Lust auf einen Cafébesuch in Aichach hat, meldeten sich zwei Frauen. Eine davon ist jünger und fährt noch selbst mit dem Auto. So unternehmen die drei Damen einen zwanglosen Ausflug nach Aichach und verbringen dort einen schönen Nachmittag zusammen. Auf der Rückfahrt erledigen sie gleich noch ihren Wocheneinkauf im Supermarkt.

Seit Frau Heinze ihr Handy beherrscht, bekommt sie oft spontane Nachrichten von ihren Kindern und den Enkeln. Besonders freut sie sich über Fotos von ihnen. Der Kontakt zu den Familien ihrer Kinder ist seitdem viel lebendiger geworden.

Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Für die Erhaltung eines qualitativ hochwertigen persönlichen und sozialen Lebens ist lebenslanges Lernen nicht nur eine Floskel. Ob Sie ein Hobby pflegen, sich in einer Fremdsprache fit halten oder sich Fertigkeiten am Computer aneignen wollen, die Bildungsmöglichkeiten in unserem Landkreis sind vielfältig.

### Volkshochschule Landkreis Aichach-Friedberg e. V.

Bei der Volkshochschule im Landkreis Aichach-Friedberg können sie interessante Seminare besuchen. Wählen Sie unter den Fachbereichen

- vhs unterwegs
- Gesellschaft und Leben
- Kultur und Gestalten
- Gesundheit und Bewegung
- Sprachen
- Lebensart
- Beruf und EDV
- junge vhs

Dort finden sich eine Vielzahl von Kursen. Mit speziell auf Senioren abgestimmte Computer-, Tablet- und Handyskursen unterstützt Sie die vhs darin, an der Digitalisierung teilzuhaben. Die Seminarreihe „Silver Surfer Kurse“ führt in die Welt des Internets ein (online einkaufen, Online Versteigerungen, Benutzung von Suchmaschinen, Passwörter, Sicherheit, Datenschutz, Einstellungen etc.). Ebenso können Kurse gebucht werden, bei denen die Kursleitenden die Senioren per-

sönlich oder per Telefon unterstützen, sich bei Online Angeboten anzumelden oder sich in virtuellen Klassenzimmern zurechtzufinden. Spezielle Gesundheits- sowie Rehangebote, die auf Senioren zugeschnitten sind, sind ebenso im Programm zu finden wie Outfitkurse und Kreativkurse.

Das vhs-Programm die „Eule“ liegt in allen Gemeinden aus. Anmeldungen können online erledigt werden oder auch telefonisch. Bei der Suche nach dem passenden Angebot berät Sie das Team der Volkshochschule. Ebenso kann die Programmzeitung die „Eule“ jederzeit auf Anfrage per Post zugestellt werden.

#### Kontakt

**Volkshochschule Landkreis Aichach-Friedberg e. V.**  
Steubstraße 3  
86551 Aichach  
Telefon 08251/8 73 70  
E-Mail: [info@vhs-aichach-friedberg.de](mailto:info@vhs-aichach-friedberg.de)  
[www.vhs-aichach-friedberg.de](http://www.vhs-aichach-friedberg.de)

stadt **aichach**  
gut beinander!

# Aichach

## lebens- und liebenswert in jedem Alter!

**Wir sind für Sie da!**

- Haus der Senioren  
Hinterm Turm 2 · 86551 Aichach
- Rita Rösele  
Referentin für Soziales, Senioren und Integration
- Seniorenbeirat der Stadt Aichach

[www.aichach.de](http://www.aichach.de)



### Pfarrer-Knaus-Heim e. V.

Kühbach



#### Unsere Angebote

- Vollstationäre Pflege
- Aromapflege
- Kurzzeit Pflege
- Catering
- Tagespflege

**Telefon 08251/88 70 90**

Pfarrer-Knaus-Straße 1  
86556 Kühbach

**E-Mail:** [info@pfarrer-knaus-heim.de](mailto:info@pfarrer-knaus-heim.de)  
[www.pfarrer-knaus-heim.de](http://www.pfarrer-knaus-heim.de)

Besuchen Sie auch gern unseren  
Online-Shop:  
[www.pfarrer-knaus-aromapflege.de](http://www.pfarrer-knaus-aromapflege.de)

## Büchereien

Über den Aspekt der Bildung hinaus sind Büchereien ein Ort der Begegnung und Kommunikation. Folgende Büchereien finden Sie im Landkreis Aichach-Friedberg.

### **Pfarr- und Gemeindebücherei Affing**

Schlossplatz 1  
86444 Affing  
Telefon 08207/9 59 65 74  
E-Mail: buecherei@affing.de

### **Stadtbücherei Aichach**

Schulstraße 8  
86551 Aichach  
Telefon 08251/59 69  
E-Mail: post@stadtbuecherei-aichach.de  
Internet: www.stadtbuecherei-aichach.de

### **Pfarr- und Gemeindebücherei Aindling**

Sankt Martin  
Schulstraße 14  
86447 Aindling  
Telefon 08237/24 91 37  
E-Mail: buecherei-aindling@kabelmail.de  
Internet: www.buecherei-aindling.de

### **Bücherei Dasing**

Schulstr. 5  
86453 Dasing  
Telefon 08205/9 59 90 50  
E-Mail: buecherei@dasing.de  
Internet: www.buecherei.dasing.de

### **Stadtbücherei Friedberg**

Pfarrstraße 1  
86316 Friedberg  
Telefon 0821/60 65 60  
E-Mail: stadtbuecherei@friedberg.de  
Internet: www.friedberg.de

### **Gemeindebücherei Hollenbach, Sankt Peter und Paul**

Mainbacher Straße 14a  
86568 Hollenbach  
Telefon 08257/99 79 04  
E-Mail: buecherei@gemeinde-hollenbach.de  
Internet: www.buecherei-hollenbach.de

### **Pfarr- und Gemeindebücherei Inchenhofen**

Zisterzienserplatz 1  
86570 Inchenhofen  
Telefon 08257/12 20  
Internet: www.pfarrei-inchenhofen.de

### **Gemeindebücherei Kühbach**

Sankt Magnus  
Pfarrstraße 3  
86556 Kühbach  
Telefon 08251/87 19 06

### **Bücherei Mering**

Bachstraße 1  
86415 Mering  
Telefon 08233/7 39 50 25  
E-Mail: buecherei-mering@gmx.de  
Internet: www.vg-mering.de

### **Pfarrbücherei Merching**

Sankt Martin  
Hauptstraße 13  
86504 Merching  
Internet: www.pfarrei-merching.de

### **Gemeindebücherei Rehling**

Bauernstraße 11  
86508 Rehling  
Telefon 0151/55 35 49 35  
Internet: www.gemeindebuecherei-rehling.de

### **Kath. Öffentl. Bücherei Steindorf**

St. Stefan  
Kirchstraße 4  
82297 Steindorf  
Telefon 08202/87 35

### **Gemeindebücherei Schmiechen**

Ringstraße 42  
86511 Schmiechen  
Telefon 08202/87 35

### **Öffentliche Bücherei Kissing**

Bahnhofstraße 69 a  
86438 Kissing  
Telefon 08233/79 07-4 00  
E-Mail: buecherei@kissing.de

### **Marktbücherei Pöttmes**

Sanitätsrat-Dr.-Jorns-Straße 38  
86554 Pöttmes  
Telefon 08253/99 98-8 00  
E-Mail: marktuecherei@markt-poettmes.de

### **Offene Bücherei Schiltberg**

Hofbergstraße/ ehemaliges Feuerwehrhaus  
86576 Schiltberg  
Förderverein Vorsitzende Frau Rieblinger  
Telefon 08259/8 97 42 03







# Stressfrei und sicher unterwegs

Die Senioren von heute führen ein selbstbestimmtes und unabhängiges Leben. Dabei ist Mobilität Lebensqualität und eine wichtige Voraussetzung, um aktiv am Leben teilzunehmen. Mit den Bussen und Bahnen des Augsburger Verkehrsverbundes (AVV) können Sie ohne Auto mobil sein. Es gibt preiswerte Alternativen zum Einzelticket.

Beispielsweise das **AVV-Tagesticket**: Dieses ist für vier Geltungsbereiche erhältlich (Innenraum, Innenraum Plus, Außenraum und Gesamtraum inklusive Donau-Ries). Der Inhaber kann im gewählten Geltungsraum einen ganzen Tag alle Verkehrsmittel im AVV nutzen und wochentags ab 9 Uhr, an Wochenenden und Feiertagen ganztägig, bis zu vier Kinder kostenlos mitnehmen. Das AVV-Tagesticket kostet zum Beispiel für den Gesamtraum 14,50 Euro (alle genannten Preise sind der Tarifstand von Juli 2020). Gegen die Zahlung eines geringen Aufpreises von 2,30 Euro/Person können wochentags ab 9 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen ganztägig zudem vier Erwachsene mitgenommen werden.

Mobil sind Sie auch mit dem **Mobil-Abo 9 Uhr**: Jeder, der von Montag bis Freitag nicht zu den Stoßzeiten fahren muss, kann die Busse und Bahnen des AVV für kleines Geld nutzen: Mit 52,50 Euro monatlich kostet das Mobil-Abo 9 Uhr im Gesamtraum weniger als zwei Euro am Tag. Das ist von Radersdorf

bis Dinkelscherben und von Schwabmünchen bis Wertingen. Das Abo kann von Montag bis Freitag ab 9 Uhr genutzt werden – an Wochenenden und Feiertagen ganztags. Die AVV-Abos kann man entweder per Post mit ausgefülltem Bestellschein (erhältlich im AVV-Kundencenter und auf der Website zum Download) oder aber bequem online über [www.avv-augsburg.de/abo](http://www.avv-augsburg.de/abo) bestellen.

Das Kundencenter des AVV berät Sie auch persönlich bei der Auswahl des passenden Tickets. Kontakt:

### AVV-Kundencenter

Halderstraße 29

Augsburg

Telefon 0821/15 70 00

E-Mail: [kundencenter@avv-augsburg.de](mailto:kundencenter@avv-augsburg.de)

Nutzen Sie auch die elektronische Fahrplanauskunft [www.avv-augsburg.de/fahrtauskunft](http://www.avv-augsburg.de/fahrtauskunft). Hier kann ein beliebiger Start- und Zielpunkt angegeben und die Abfahrts- oder Ankunftszeit ausgewählt werden. Praktisch und einfach nutzbar ist die App **AVV.mobil**. Darüber können Sie auch die verbilligte E-Streifenkarte aktivieren.

Fahrpläne und Preise findet man auch am Ausgangsfahrplan an den Haltestellen durch die Nutzung des QR-Codes.

### Ehrenamtliche Fahr- und Begleitsdienste für Senioren

In einigen Orten im Landkreis bieten Ehrenamtliche einen begleiteten Fahrdienst an. Die Nutzer der Fahrdienste werden zu Hause abgeholt, auf Wunsch bei ihren Besorgungen oder Terminen begleitet und sicher wieder nach Hause gebracht. Der Aktionsradius der Fahrdienste ist unterschiedlich. Für weite Strecken muss auf ein Taxi verwiesen werden. Für den konkreten Einzelfall erteilen die Koordinatoren der Fahrdienste Auskunft. Denken Sie aber unbedingt daran, dass die Fahrten organisiert und daher einige Tage im Voraus angemeldet werden müssen.



In den folgenden Landkreisgemeinden gibt es einen ehrenamtlichen Fahr- und Begleitsdienst.

#### Baar

Gemeinde Baar  
Telefon 0151/53 81 00 78

#### Todtenweis

Gemeinde Todtenweis  
Telefon 0151/55 93 35 21

#### Friedberg

Bürgernetz Friedberg  
Telefon 0821/21 70 24 89

#### Kissing

Mehrgenerationenhaus Kissing  
Telefon 0157/87 94 89 72

#### Ried

Gemeinde Ried  
Telefon 08233/7 89 91-90

#### Mering

Bürgernetz Mering  
Telefon 0151/63 42 08 05  
Eine Beförderung mit dem Rollstuhl ist möglich.



**„Ich freue mich, wenn meine Zuwendung und Wertschätzung mit einem Lächeln honoriert wird.“**

Pflegebereich mit Kurzzeitpflege und Betreutem Wohnen – im **Karl-Sommer-Stift** – unter einem Dach, in der Aichacher Str. 4, im Herzen von Friedberg.

Pflege- und Betreuungskräfte, Haustechnik und Verwaltung setzen sich mit hohem Engagement für liebevolle, bewohnerorientierte Pflege ein.

[www.diakonie-augsburg.de](http://www.diakonie-augsburg.de)





## Wenn es finanziell eng wird

Ihre beiden Kinder hat Frau Koller alleine großgezogen. Aus ihnen wurden anständige Menschen, nicht zuletzt deshalb, weil sie sich gut um ihren Sohn und um ihre Tochter gekümmert hat, stets verfügbar war, wenn sie von der Schule nach Hause kamen und die beiden mit ihren Schulabschlüssen vernünftige Berufe ergreifen konnten. Frau Koller hat für die Erziehung ihrer Kinder beruflich zurückgesteckt.

Damals gab es nach der Schule noch keine Betreuung und die nächste Angehörige wohnte 50 Kilometer entfernt. Als Friseurin konnte sie sich ihre Arbeitszeit flexibel und familiengerecht einteilen. Das war gut, obwohl der Verdienst gerade Mal so gereicht hat. Ein Urlaub oder ein Auto war die ganze Zeit über nicht drin. Lediglich einmal haben sie zu dritt eine Familienerholung der Wohlfahrtspflege im Allgäu besucht. Vermisst haben sie bei all dem kaum etwas, denn die drei waren sich selbst genug und Freunde durften die Kinder immer ungefragt nach Hause mitbringen. Manchmal waren die Freunde sogar neidisch, weil Frau Koller immer daheim war und für eine schöne Atmosphäre gesorgt hat, während die eigenen Eltern erst am Abend nach der Arbeit für sie da sein konnten.

Seit sie sich im Ruhestand befindet ist es finanziell knapp bei Frau Koller. Obwohl sie im Sparen geübt ist, reicht es manchmal kaum für das Nötigste. Die Miete und die Fahrkarte für den Bus schlagen schon ordentlich zu Buche. In der Hoffnung auf finanzielle Hilfe hat sich Frau Koller an das Sozialamt gewendet.

Die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung ist eine Leistung unserer sozialen Gemeinschaft, die den Lebensunterhalt älterer und dauerhaft erwerbsgeminderter Personen sicherstellen soll. Weitere Leistungen, die Ihnen in Ihrer besonderen Situation helfen können, möchten wir hier aufzeigen. Ihr Ansprechpartner bei allen Fragen zu finanziellen Hilfen ist das

### Landratsamt Aichach-Friedberg

Soziale Leistungen  
Münchener Straße 9  
86551 Aichach  
Telefon 08251/92-0  
Internet: [www.lra-aic-fdb.de](http://www.lra-aic-fdb.de)

Auch bei Leistungen, für die andere Kostenträger zuständig sind, erhalten Sie hier Rat und Auskunft.



### Die soziale Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung ist ein Zweig der Sozialversicherung. Als Pflichtversicherung ist sie der gesetzlichen Krankenversicherung angegliedert. Wer gesetzlich krankenversichert ist unterliegt automatisch auch der Pflegeversicherung. Privat Krankenversicherte müssen eine private Pflegeversicherung abschließen.

Abgesichert ist in der Pflegeversicherung das Risiko der Pflegebedürftigkeit. Um Leistungen erhalten zu können, bedarf es eines Antrags bei der Pflegekasse. Dabei hängt es von der Dauer der Pflegebedürftigkeit, vom Pflegegrad und der Art der Pflege ab, welche Leistungen Pflegebedürftige aus der Versicherung erhalten. Je nach Umfang der Einschränkungen gibt es verschiedene Pflegegrade, der durch den Medizinischen Dienst der Kassen (MDK) festgestellt wird. Der Pflegegrad bestimmt auch die Höhe der Leistung.

Die Pflegebedürftigen entscheiden selbst, wie und von wem sie gepflegt werden wollen. Es besteht die Wahl, Hilfe von professionellen Fachkräften in Anspruch zu nehmen (Sachleistung), oder aber eine Geldleistung zu beziehen, welche zum Beispiel für eine Entschädigung der pflegenden Angehörigen verwendet werden kann. Auch eine Kombination aus Sach- und Geldleistung ist möglich. Die soziale Pflegeversicherung deckt häufig nur einen Teil der Kosten ab. Der Rest muss privat finanziert werden. Im Falle der finanziellen Hilfebedürftigkeit trägt die Sozialhilfe jene Kosten, die nicht durch die Pflegeversicherung abgedeckt sind.



Fragen zur Pflegeversicherung beantwortet die Fachstelle für pflegende Angehörige (Telefon 08251/87 22 33, immer vormittags) oder die zuständige Krankenkasse.

### Das Bayerische Landespflegegeld

Der Freistaat Bayern gewährt Leistungsempfängern aus der gesetzlichen Pflegeversicherung ab Pflegegrad 2 ein nicht zweckgebundenes Landespflegegeld in Höhe von 1.000 € pro Jahr. Damit können Sie etwa Menschen, die sich jeden Tag um Sie kümmern, eine finanzielle Anerkennung zukommen lassen. Dies können pflegende Angehörige genauso sein wie Freunde oder Helfer.

Einen Anspruch auf das Landespflegegeld haben alle Leistungsberechtigten, die mit Pflegegrad 2 oder höher eingestuft sind und deren Hauptwohnsitz in Bayern liegt. Der Antrag für das laufende Pflegegeldjahr ist bis spätestens 31.12. schriftlich zu stellen beim

**Bayerisches Landesamt für Pflege**  
Landespflegegeld  
Postfach 1365  
92203 Amberg  
E-Mail: [landespflegegeld@lfp.bayern.de](mailto:landespflegegeld@lfp.bayern.de)

Für die Folgejahre wird die Leistung ohne neuen Antrag gewährt.

Den Antrag und weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter [www.landespflegegeld.bayern.de](http://www.landespflegegeld.bayern.de). Das Landratsamt sendet Ihnen den Antrag auf Anfrage auch gerne zu (Telefon 08251/87 22 33 oder 08251/92-2 81).



### Leistungen durch staatliche und kommunale Stellen

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, die Sie in besonderen Situationen unterstützen können. Folgende Hilfen werden bei Vorliegen der Anspruchsvoraussetzungen durch den Landkreis Aichach-Friedberg gewährt.

Anträge sind zu stellen beim:  
Landratsamt Aichach-Friedberg  
Soziale Leistungen  
86551 Aichach  
Münchener Straße 9  
Telefon 08251/92-0  
www.lra-aic-fdb.de

Eine Hilfeleistung ist immer von Voraussetzungen abhängig, die im Einzelfall geprüft werden müssen.

Hilfebedürftige Personen, die das Rentenalter erreicht haben oder dauerhaft voll erwerbsgemindert sind, können Leistungen der **Grundsicherung** erhalten.

Diese setzen sich zusammen aus

- einem individueller Regelsatz für jede Person der Bedarfsgemeinschaft,
- Leistungen für eine angemessene Unterkunft mit Heizung,
- eventuelle Mehrbedarfe und
- gegebenenfalls einer Übernahme der Beiträge zur freiwilligen Kranken-/Pflegeversicherung

Bedürftige Personen, die die Voraussetzungen für die Grundsicherungsleistungen nicht erfüllen, können **Hilfe zum Lebensunterhalt** erhalten. Der Leistungsumfang entspricht den Leistungen der Grundsicherung.

Für alle Leistungsberechtigten, die weder gesetzlich noch privat krankenversichert sind, wird die **medizinische Versorgung** durch den Sozialhilfeträger sichergestellt. Voraussetzungen: Hilfebedürftigkeit, Einkommen und Vermögen liegt unterhalb bestimmter Grenzen.

Die **Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten** richtet sich an Personen, bei denen besonders belastende Lebensverhältnisse mit sozialen Schwierigkeiten verbunden sind. Beispiel: Obdachlosigkeit und damit in Verbindung stehende Problemlagen.

Sozialhilfeleistungen sind auch die **Unterstützung in weiteren belastenden Lebenslagen**, die nicht alleine bewältigt werden können. Folgende gesetzliche Leistungen sind vorgesehen:

- Hilfe zur Weiterführung des Haushalts,
- Altenhilfe,
- Hilfe in sonstigen Lebenslagen,
- Übernahme von Bestattungskosten naher Angehöriger

#### Wohngeld

Wohngeld ist eine Sozialleistung für Personen, die aufgrund ihres geringen Einkommens einen Zuschuss zur Miete oder zu den Kosten selbst genutzten Wohneigentums (nur Lasten, keine Schuldentilgungen) benötigen.

#### Soziales Entschädigungsrecht/Kriegsopferfürsorge

Kriegsgeschädigte, Kriegshinterbliebene und Opfer von Gewalttaten erhalten als Ergänzung zu den weiteren Leistungen nach dem Bundesversorgungsgesetz (z. B. Versorgungsrente, Heil- und Krankenbehandlung) individuelle Leistungen der Kriegsopferfürsorge. Leistungsarten sind z. B. Ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt zur Aufstockung der Versorgungsrente oder ambulante und stationäre Hilfen.

#### Wohnberechtigungsschein

Für den Bezug einer mit staatlichen Mitteln geförderten Wohnung ist ein Wohnberechtigungsschein erforderlich. Für die Ausstellung eines Wohnberechtigungsscheins müssen bestimmte Einkommensgrenzen eingehalten werden.

#### Baukostenzuschüsse zum Abbau von Barrieren

Für die Belange von Menschen mit Behinderung stehen leistungsfreie Darlehen für bauliche Maßnahmen zur Anpassung von Wohnraum zur Verfügung.

Der Bezirk Schwaben ist zuständig für folgende Arten der Unterstützung:

**Hilfe zur Pflege** kann erhalten, wer Leistungen der Pflegeversicherung nicht oder nicht in ausreichender Höhe erhält. Die Voraussetzungen sind: Pflegebedürftigkeit, Einkommen und Vermögen liegen unterhalb bestimmter Grenzen. Der Bezirk Schwaben berät nach Terminvereinbarung (Telefon 0821/3 10 12 16, E-Mail: [buergerberatung@bezirk-schwaben.de](mailto:buergerberatung@bezirk-schwaben.de)).

Blinde Menschen können, abhängig von Einkommen und Vermögen, auf Antrag, unter Anrechnung des **Bayerischen Blindengelds** ergänzende Blindenhilfe bekommen.

Anträge sind zu stellen beim  
Bezirk Schwaben  
86152 Augsburg  
Hafnerberg 10  
Nachfragen unter Telefon 0821/31 01-0  
Internet: [www.bezirk-schwaben.de](http://www.bezirk-schwaben.de)

### Befreiung von der Rundfunkgebührenpflicht

Sie können sich von der Rundfunkbeitragspflicht befreien lassen, wenn Sie eine der folgenden Sozialleistungen erhalten:

- Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld
- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII (3. Kapitel) sowie nach dem Bundesversorgungsgesetz - Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz
- Blindenhilfe
- Pflegezulagen nach dem Lastenausgleichsgesetz
- Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII (7. Kapitel) oder Hilfe zur Pflege als Leistung der Kriegsopfer für Sorge nach dem BVG
- Personen, denen wegen Pflegebedürftigkeit ein Freibetrag zuerkannt wurde
- Volljährige, die im Rahmen einer Leistungsgewährung in einer stationären Einrichtung

Die Befreiung von der Gebührenpflicht erfolgt auf Antrag. Es ist ein schriftlicher Nachweis über das Vorliegen der Voraussetzungen erforderlich. Antragsformulare sind im Internet und bei den Stadt- und Gemeindeverwaltungen erhältlich.

Der Antrag ist zu stellen bei  
ARD ZDF Deutschlandradio  
Beitragservice  
50656 Köln  
Internet: [www.rundfunkbeitrag.de](http://www.rundfunkbeitrag.de)

### Schwerbehindertenausweis

Der Schwerbehindertenausweis dient als Nachweis für die Inanspruchnahme von Nachteilsausgleichen, die Menschen mit einer Behinderung per Gesetz zustehen, etwa der besondere arbeitsrechtliche Kündigungsschutz, der Anspruch auf den Zusatzurlaub, Freibeträge bei der Besteuerung des Einkommens sowie die unentgeltliche Beförderung im öffentlichen Personennahverkehr. Voraussetzung ist die Eintragung bestimmter Merkmale im Schwerbehindertenausweis. Der Antrag ist zu stellen bei

**Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS)**  
Regionalstelle Schwaben  
86159 Augsburg  
Morellstraße 30  
Telefon 0821/57 09-19 07  
[www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

## Rentenleistungen

Für die meisten Senioren ist die Rente das hauptsächlichste Einkommen ihrer Altersversorgung. Höhe und Art der Rente sind individuell sehr unterschiedlich. Wenn Sie Fragen zur Antragstellung, Rentenberechnung oder allgemein zu Ihrem Rentenanspruch haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Rentenversicherungsträger. Auch Gemeinde- und Stadtverwaltungen geben Auskunft.

Zum 1. Januar 2021 ist die Grundrente in Kraft getreten. Bezieher von niedrigen Renten, die langjährige Beitragszeiten aufweisen (ab 33 Jahren), erhalten einen Zuschlag zur Rente. Es ist kein zusätzlicher Antrag zu stellen. Die Deutsche Rentenversicherung ermittelt automatisch, ob ein Anspruch besteht und zahlt das Geld entsprechend aus.

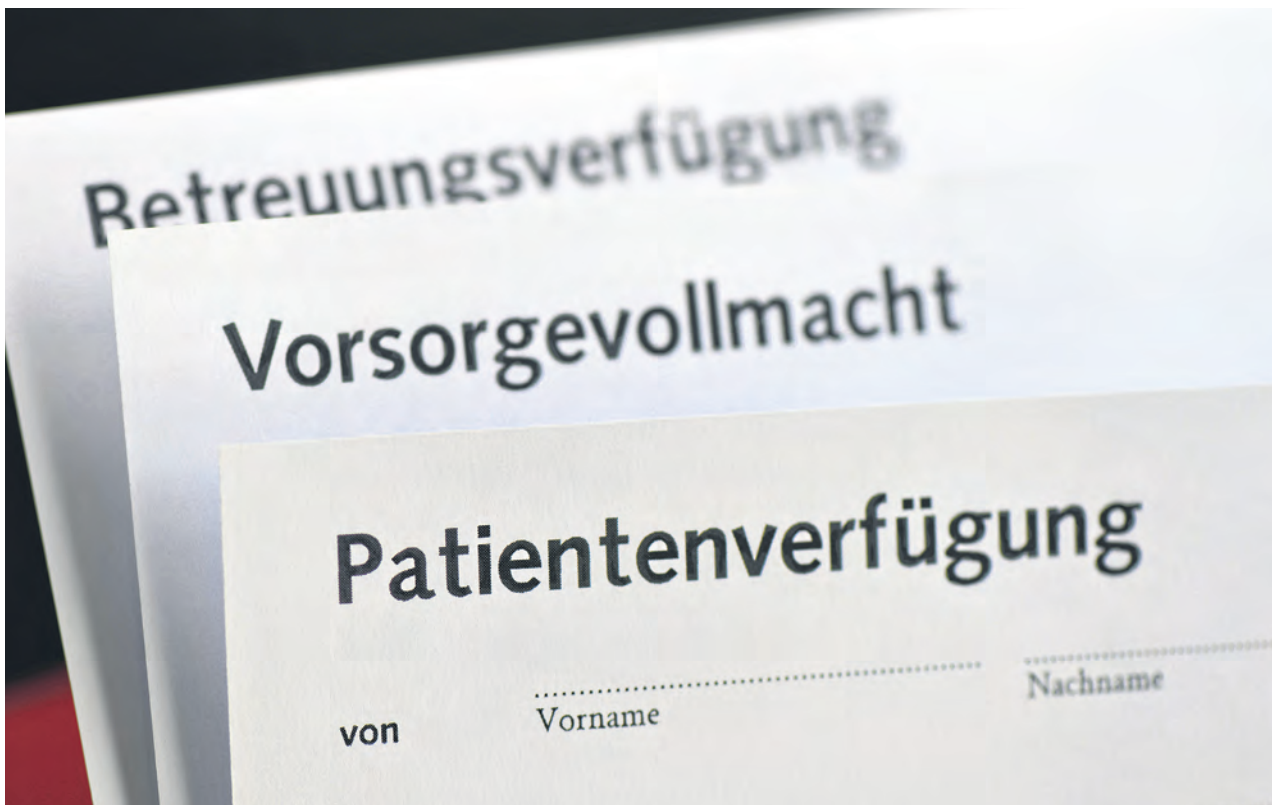
### Ansprechpartner

Deutsche Rentenversicherung Schwaben  
86154 Augsburg  
Dieselstraße 9  
Telefon 0821/5 00-0

Deutsche Rentenversicherung Bund  
10704 Berlin, Ruhrstraße 2  
Telefon 030/8 65-0

Land- und forstwirtschaftliche Alterskasse  
Niederbayern/Oberpfalz und Schwaben  
86156 Augsburg, Tunnelstraße 45  
Telefon 0821/40 81-0  
Leistungen: Telefon 0561/7 85 21 90 02  
Versicherung: Telefon 0561/7 85 21 90 03





# Vorsorge treffen

Jeder kann durch einen Unfall, eine Krankheit oder im Alter in die Lage kommen, dass er selbst nicht mehr handeln und keine Entscheidungen mehr treffen kann. Weit verbreitet ist der Irrglaube, dass dann automatisch ein Angehöriger an Stelle dieser Person tätig werden darf. Dass man als Volljähriger nur sich selbst oder seine minderjährigen Kinder vertreten darf, ist hingegen leider oft nicht bekannt.

Falls nicht rechtzeitig durch eine Vollmacht Vorsorge getroffen wurde, greift das Betreuungsrecht. Daher sollten Sie frühzeitig eine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung erteilen und eventuell in einer Patientenverfügung Ihre Wünsche zur medizinischen Behandlung und Versorgung festschreiben. Eine Betreuung kann nur angeordnet werden, wenn Krankheiten oder Behinderungen, welche im Gesetz (§1896 BGB) genannt sind, vorliegen: psychische Krankheiten, geistige oder seelische Behinderungen, dementielle Veränderungen im Alter oder körperliche Beeinträchtigungen.

Bei der Bestellung des Betreuers ist auf verwandtschaftliche oder persönliche Bindungen des zu Betreuenden Rücksicht zu nehmen. Deshalb haben nächste Angehörige wie Eltern, Kinder, Ehegatten Vorrang vor anderen Personen. Findet sich nie-

mand aus dem Kreis der Angehörigen, kann ein fremder Betreuer bestellt werden. Das Betreuungsgericht trifft die Entscheidungen im Betreuungsverfahren.

### Die Vorsorgevollmacht

Eine rechtzeitig an eine Vertrauensperson erteilte Vorsorgevollmacht kann eine rechtliche Betreuung vermeiden. Die Vorsorgevollmacht ist eine Willenserklärung, mit der einer anderen Person rechtlich Vertretungsbefugnis erteilt wird. Sie gilt nur für die Aufgaben, die in der Vollmacht genannt sind. Damit wird einer Person die Möglichkeit gegeben, in den genannten Aufgabenkreisen zu handeln. Das Schriftstück ist nur gültig, wenn es im Original vorgelegt wird. Die Vollmacht kann nur erteilen, wer im Vollbesitz seiner geistigen Kräfte ist und die Tragweite seiner Unterschrift begreift. Es ist wichtig zu seinen Bevollmächtigten absolutes Vertrauen zu haben. Die Vorsorgevollmacht kann jederzeit widerrufen werden.

### Betreuungsverfügung

Mit einer Betreuungsverfügung können Sie bereits jetzt bestimmen, wen Sie sich später als gesetzlichen Betreuer wünschen.

## Vorsorge für Alter und Krankheit

### Beglaubigung

Sinnvoll ist eine öffentliche Beglaubigung der Vollmacht. Die Betreuungsstelle bietet diese für eine geringe Verwaltungsgebühr an. Für gewisse Rechtsgeschäfte kann eine notarielle Beurkundung oder Beglaubigung bei einem Notar notwendig sein.

Mehr Informationen über die Vorsorgevollmacht und Beglaubigung erhalten sie durch die Broschüre „Vorsorge für Unfall Krankheit Alter“, 19. Auflage, des Bayerischen Justizministeriums. Die Broschüre ist im Buchhandel unter der Buchnummer ISBN 978-3-406-74415-0 erhältlich. Bitte wenden Sie sich an Ihre Buchhandlung oder direkt an den Verlag C. H. Beck, Wilhelmstraße 9, 80801 München, Telefon 089/38 18 97 50, E-Mail: [bestellung@beck.de](mailto:bestellung@beck.de). Sie können die Broschüre unter [www.bestellen.bayern.de](http://www.bestellen.bayern.de) > Stichwortsuche: „Vorsorge für Unfall Krankheit Alter“ kostenlos als PDF-Dokument herunterladen und für den privaten Gebrauch ausdrucken.

Für weitere Fragen und Informationen steht Ihnen die Betreuungsstelle des Landratsamtes zur Verfügung. Um spätere Unklarheiten und Zweifel zu vermeiden, wird empfohlen, sich vor Erteilung einer Vollmacht ausführlich beraten und lassen.

Ansprechpartner:

Gertrud Manlik-Thierauf  
Telefon 08251/92-2 86

Sina Abel  
Telefon 08251/92-1 69

Die Betreuungsstelle bietet außerdem Fortbildungsveranstaltungen zu verschiedenen Themen für ehrenamtliche und berufliche Betreuer, Bevollmächtigte sowie Interessierte an. Diese werden in der Presse oder auf im Internetportal des Landratsamtes Aichach-Friedberg veröffentlicht.

### Kontakt

Landratsamt Aichach-Friedberg  
Betreuungsstelle  
Schlossplatz 5  
86551 Aichach  
Birgit Förch  
Telefon 08251/92-2 66

Postanschrift  
Münchener Straße 9  
86551 Aichach  
Internet: [www.lra-aic-fdb.de](http://www.lra-aic-fdb.de)



**Oralchirurgische**  
**Zahnarztpraxis**  
Aichach

Stadtplatz 20  
86551 Aichach  
Telefon 08251/13 13  
[www.oralchirurgie-aichach.de](http://www.oralchirurgie-aichach.de)



# Wenn das Gedächtnis nachlässt

Einen nahen Menschen zu pflegen, der an einer Demenz erkrankt ist, stellt eine besondere Herausforderung dar. Die sich im Laufe der Erkrankung verändernde Persönlichkeit und damit auch das Verhalten der Person, sind für pflegende Angehörige belastend. Die Wesensveränderungen der Erkrankten führen zwangsläufig zu einer Veränderung in der Beziehung.

Für einen Erkrankten, der in seiner ganz eigenen Erlebnis- und Gefühlswelt lebt, ist es wichtig, dass sein Gegenüber versucht, sich in seine Gedankenwelt hineinzusetzen. Durch das Anerkennen und Akzeptieren seiner Gefühle, wird eine zusätzliche Verunsicherung verhindert und eine Grundlage für eine „neue“ Beziehung zueinander geschaffen.

### Ursachen einer Demenz abklären lassen

Als Demenz wird in der Medizin ein Zustand bezeichnet, bei dem allmählich immer mehr Nervenzellen und Nervenzellkontakte zugrunde gehen. Dadurch werden die Fähigkeiten des Gedächtnis-

ses, des Denkens, der Orientierung und der Sprache zunehmend beeinträchtigt.

Demenz-Erkrankungen können viele Ursachen haben. Die häufigste Ursache für eine Demenz ist die Alzheimer-Krankheit (in 2/3 der Fälle). Es gibt aber auch weitere Demenz-Erkrankungen, wie z. B. die vaskuläre Demenz (infolge von Durchblutungsstörungen und vielen kleinen Schlaganfällen), die frontotemporale Demenz, die Parkinson-Demenz oder die Lewy-Körper-Demenz. Jede Erkrankung erfordert eine andere Behandlung oder Therapie. Daher ist eine ärztliche Abklärung durch einen Facharzt (Neurologe, Psychiater) notwendig.

An dieser Stelle wird insbesondere auf die Alzheimer-Krankheit als häufigste Ursache für eine Demenzerkrankung im Alter Bezug genommen. Gerade weil die Alzheimer Demenz so viele verschiedene Gesichter hat, gibt es keine allgemeingültigen Regeln für den Umgang mit Erkrankten. Die Empfehlungen auf den folgenden beiden Seiten können Ihnen beim Umgang mit einem Erkrankten helfen.



### ■ Korrigieren vermeiden

Einen Alzheimer-Patienten zu kritisieren, belastet ihn enorm. Kritik bedeutet für den Erkrankten, an einem Maßstab gemessen zu werden, den er nicht mehr nachvollziehen kann. Logische Argumente sind für ihn nicht mehr zugänglich.

### ■ Angemessen fordern

Der Anspruch gesunder Menschen ist oft schwer mit dem Leistungsvermögen von Alzheimer-Erkrankten zu vereinbaren. Überfordern Sie den Alzheimer-Erkrankten nicht, denn er spürt den Leistungsdruck, dem er nicht genügen kann. Versuchen Sie die noch vorhandenen Ressourcen zu erkennen und den Erkrankten bei jenen Aktivitäten zu unterstützen, die ihn zwar fordern, aber nicht mit seinem Versagen konfrontieren. Erfolgserlebnisse stärken die psychische Stabilität.



### ■ Routine und Tagesstruktur bieten

Im Laufe der Erkrankung fällt es dem Alzheimer-Erkrankten zunehmend schwerer, sich den Tag und die Nacht einzuteilen. Helfen Sie ihm, seinen Tag zu strukturieren, indem Sie ihm einen geregelten Tagesablauf bieten. Feste Zeiten und Routinen geben dem Erkrankten Sicherheit. Konzentrieren Sie sich auf die Dinge, die noch funktionieren und versuchen Sie, diese durch Training im Alltag und einer aktiven Lebensweise aufrechtzuerhalten. Alles, was Sie dem Demenzerkrankten abnehmen, wird er auch verlieren.

### ■ Anschuldigungen überhören

Oft erzählen Alzheimer-Erkrankte unglaubliche Geschichten und beschuldigen nahe Angehörige schlimmer Verfehlungen wie z.B. „Du hast meinen Geldbeutel gestohlen“. Reagieren Sie nicht gekränkt und halten Sie sich stets vor Augen, dass der Erkrankte kaum fähig ist, solche Geschichten wesentlich und absichtlich zu erfinden. Ihm fehlt die

Fähigkeit, logisch zu rekonstruieren, wo man z. B. den Geldbeutel das letzte Mal hatte und geht vom Naheliegenden aus, das ihn jemand anderes entwendet hat.

### ■ Mehr Gelassenheit bei Grundpflege

Viele Alzheimer-Erkrankte wehren sich gegen grundpflegerische Maßnahmen („ich habe mich schon gewaschen, ich habe mich schon umgezogen“). In solchen Situationen ist eine gute Beziehungsebene wesentlich. Nutzen Sie den Zeitpunkt, in dem der Alzheimer-Erkrankte einen ausgeglichenen Eindruck macht, auch wenn die Tageszeit vielleicht nicht passend erscheint. Kündigen Sie ihre Pflegemaßnahme an und schaffen Sie eine ruhige, stressfreie Atmosphäre. Reagiert der zu Pflegende weiterhin abwehrend auf die Pflegemaßnahme, brechen Sie die Handlung ab und versuchen es zu einem anderen Zeitpunkt noch einmal. Ein gutes Vertrauensverhältnis ist in dem Fall wichtiger als beispielsweise eine saubere Hose.

### ■ Auf Sicherheit achten

Alzheimer-Erkrankte haben ein deutlich erhöhtes Unfallrisiko und brauchen besondere Rahmenbedingungen. Ihre kognitiven Einschränkungen erfordern ein häusliches Umfeld, das Gefahren so weit wie möglich minimiert. Hier können technische Hilfsmittel wie z.B. Herdüberwachungssysteme, Wanne-voll-Melder, GPS-Ortungssysteme, Alarmtrittmatten, selbstabschaltende Bügeleisen oder Kaffeemaschinen, wertvolle Unterstützung bieten.

### ■ Veränderungen langsam durchführen

Sogar in vertrauter Umgebung, mit altbekannten Gesichtern fühlt sich ein Alzheimer-Erkrankter oft fremd und alleine. Jede Veränderung seines Umfeldes, sei es eine Ummöblierung oder Anschaffung neuer Geräte, trifft ihn entsprechend hart und verunsichert ihn zusätzlich. Bereiten Sie deshalb notwendige Veränderungen behutsam vor (wie z.B. die Einbindung eines Pflegedienstes) und geben Sie dem Erkrankten Zeit, sich an diese zu gewöhnen.

### ■ Geduldig sein

Als Angehöriger oder Betreuer eines Alzheimer-Erkrankten verändert sich das ganze Leben und es erfordert viel Geduld, sich an die neue Situation zu gewöhnen. Der Erkrankte braucht vermehrt Zeit, seine Gedanken zu ordnen, so dass die Bewältigung des Alltags zunehmend schwieriger wird. Planen Sie den Tag so, dass Zeitdruck und Stress weitgehend vermieden werden.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite der Deutschen Alzheimer Gesellschaft:  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

# 11 Tipps zur besseren Verständigung mit Menschen mit Demenz

1




Führen Sie das Gespräch auf gleicher Augenhöhe.

6



Achten Sie auch auf die Gefühle, die mitschwingen.

2



Seien Sie freundlich und zugewandt.

7



Lassen Sie Zeit zum Antworten.

3



Verwenden Sie einfache, kurze Sätze.

8



Hören Sie aufmerksam zu und achten Sie auf die Körpersprache.

4



Sprechen Sie langsam und deutlich.

9



Sagen oder fragen Sie immer nur eine Sache auf einmal.

5



Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Gesten und Mimik.

10



Stellen Sie keine „Warum, Weshalb, Wann und Wo“-Fragen.



11



Zeigen Sie Anerkennung für das, was gelungen ist und weisen Sie nicht auf Fehler hin.

## Wichtige Telefonnummern

# Im Notfall

|   |                                 |
|---|---------------------------------|
| Rettungsdienst/Feuerwehr                                      | 112                             |
| Polizei   | 110                             |
| Giftrufnummer   | 089/1 92 40                     |
| Ärztliche Bereitschaft KVB Praxis (kostenlos und vorwahlfrei) | 11 61 17                        |
| Kliniken an der Paar – Aichach<br>Notaufnahme                 | 08251/9 09-0<br>08251/9 09-21   |
| Kliniken an der Paar – Friedberg<br>Notaufnahme               | 0821/60 04-0<br>0821/60 04-1 50 |
| Sperrung EC- und Kreditkarte (kostenfrei)                     | 11 61 16                        |

Mein Hausarzt



Mein Zahnarzt



Mein Pflegedienst



Sonstige



**Seniorenberatung – Fachstelle für pflegende Angehörige**

**08251/87 22 33**

## Impressum

Der Seniorenratgeber für den Landkreis Aichach-Friedberg wird herausgegeben von



Landratsamt Aichach-Friedberg  
**Sachgebiet 13**  
**Alten- und Behindertenhilfe,**  
**Seniorenberatung**

Münchener Straße 9  
86551 Aichach

Verantwortlich für den Inhalt: Ingrid Hafner-Eichner  
Autoren: Ingrid Hafner-Eichner, Silvia Thurner (beide  
Landratsamt Aichach-Friedberg)

Herstellung und Druck:  
Mayer & Söhne Druck- und Mediengruppe  
GmbH & Co. KG  
Oberbernbacher Weg 7, 86551 Aichach

Fotos: StockAdobe.de  
Landratsamt Aichach-Friedberg

Anzeigen: Marlene Rabl (Mayer & Söhne, Aichach)

Stand: Januar 2021





### Senioren-domizil **Haus Gabriel**

Dauer- / Kurzzeitpflege  
Tagespflege  
Offene Angebote

Das Senioren-domizil Haus Gabriel befindet sich zentrumsnah zum Ortskern Kissing. Pflege- und hilfebedürftige Menschen mit und ohne Pflegegrad sind herzlich Willkommen. Sie finden bei uns umfangreiche Wohn- und Betreuungsangebote, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche angepasst werden können.

**Wir sind für Sie da!**

Rufen Sie uns an -  
**Telefon 08233 2122-0**

Bahnhofstraße 40d · 86438 Kissing ·  
haus-gabriel@compassio.de · [www.compassio.de](http://www.compassio.de)



## Unsere Sozialen Dienste Alles aus einer Hand

- Ambulanter Pflegedienst
- Tagespflegen
- Offene Behindertenarbeit
- Familienentlastender Dienst
- Betreuungsverein
- Flüchtlings- und Integrationsberatung
- Kleiderläden
- Menüservice
- Hausnotruf
- Fahrdienst

**Mit unseren Dienstleistungen stehen wir Ihnen im ganzen Landkreis zur Seite. Wir freuen uns auf Sie.**

**Bayerisches Rotes Kreuz**  
Kreisverband Aichach-Friedberg  
Hans-Böller-Str. 4  
86316 Friedberg

Telefon: 0821 26076-0  
E-Mail: [info@kvaichach-friedberg.brk.de](mailto:info@kvaichach-friedberg.brk.de)  
Internet: [www.kvaichach-friedberg.brk.de](http://www.kvaichach-friedberg.brk.de)

## Verbessern Sie Ihren Schlaf und verbessern Sie so Ihre Gesundheit

### 90 % Ihrer Gesundheit hängen vom Schlaf ab

Zu einem gesunden Leben zählt neben einer ausgewogenen Ernährung und genügend Bewegung auch ausreichend Schlaf. Schlafmangel kann fatale Auswirkungen haben: Übergewicht, Bluthochdruck, Herzkrankungen und Depressionen.

### Schlafqualität & Schlafplatz

Einen wesentlichen Einfluss auf die Schlafqualität und Regenerationsfähigkeit hat der Schlafplatz. SAMINA beschäftigt sich deshalb schon seit über 30 Jahren mit der Optimierung und Regulation des Schlafprozesses und führt eine Reihe von Schlaf-Gesund-Lösungen wie das innovative Schrägschlaf-Konzept im Sortiment.

### Sie möchten mehr über die positiven Auswirkungen von Schrägschlafen bei Bluthochdruck im Alter erfahren?

Dann vereinbaren Sie gleich einen Termin zur persönlichen Beratung:

**Telefon (0821) 504 71 65**



**Kostenlose Gesundheits-Broschüre** für Sie zur Abholung bei SAMINA Augsburg



# SAMINA



## Sozialstation

Augsburg Hochzoll  
Friedberg und Umgebung  
Ökumenische Ambulante Pflege  
gemeinnützige GmbH

- **Ambulante Pflege**
- **Hausnotruf**
- **Essen auf Rädern**
- **Betreutes Wohnen**
- **Kurse für Pflegende Angehörige**

### Tagespflege in Friedberg

Augsburger Str. 78  
86316 Friedberg

[www.sozialstation-hochzoll.de](http://www.sozialstation-hochzoll.de)

Hermann-Löns-Straße 6  
86316 Friedberg

[www.sozialstation-friedberg.de](http://www.sozialstation-friedberg.de)

Telefon: 0821/263750

Fax: 0821/2637599

**Wir sind da, wenn Sie uns brauchen!**

# Vergolden Sie Ihr Geld!



**Jeder Mensch hat etwas, was ihn antreibt!**

**Wir machen den Weg frei!**

Ab sofort haben wir für Sie über 100 neue Schließfächer in der Hauptstelle - schon ab 25 Euro Jahresgebühr!

Vereinbaren Sie einen Termin bei Ihrem Berater unter **08237-95996-0** oder auf [www.raiba-aindling.de](http://www.raiba-aindling.de)



**Raiffeisenbank Aindling eG**

... meine Bank im Wittelsbacher Land

Raiffeisenbank Aindling · Hauptstraße 17 · 86447 Aindling



Ihr Partner in  
sachen Gesundheit



Natürlich  
gesunde Füße



Zum Wohle der uns  
anvertrauten Menschen



Ihre Alternative  
zum Pflegeheim

**Sanitätshaus Sturm GmbH · Hauptstr. 2 · 86551 Aichach**  
**info@sanitaetshaus-sturm.de · www.sanitaetshaus-sturm.de**  
**Pflegedienst Sturm GmbH & Co. KG · Bgm.-Bleis-Weg 1 · 86444 Affing**  
**info@pflegedienst-sturm.de · www.pflegedienst-sturm.de**