

Selbstbestimmt im Alter

Liebe Leserinnen und Leser,

zunächst möchte ich mich Ihnen als neue Kreisgeschäftsführung des Caritas-Zentrums Miesbach vorstellen. Ich habe diese Aufgabe zum 01. Oktober 2020 übernommen und freue mich sehr darauf, das Zentrum mit all seinen Diensten und Einrichtungen zusammen mit meinem Leitungsteam in die Zukunft führen zu dürfen. Wir werden uns dabei am Bedarf der Menschen im Landkreis orientieren und uns der Politik als Partner für soziale Entwicklungen zur Verfügung stellen. Dabei streben wir eine enge Zusammenarbeit mit den Pfarreien und dem Dekanat, sowie den Trägern im Landkreis an. Denn nur in einem guten Miteinander kann das entstehen, was uns bei der Caritas leitet: Nah. Am Nächsten zu sein, Menschen in schwierigen Lebenssituationen mit unseren Angeboten und unseren stabilen Netzwerken nachhaltig zu helfen.

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen unsere Angebote für die ältere Bevölkerung in unserem Landkreis vor. Berücksichtigt man die demographische Entwicklung und die zunehmende Zahl von Pflegebedürftigen, wird klar, dass wir unsere älteren Mitmenschen und ihre Bedarfe ganz besonders in den Blick nehmen müssen. Die meisten Menschen möchten Zuhause alt und dort auch gepflegt werden.

Laut statistischem Bundesamt wurden im Jahr 2017 drei Viertel aller Pflegebedürftigen (2,56 Millionen) zuhause gepflegt. Der Koalitionsvertrag von CDU, CSU und SPD unterstützt diesen Wunsch der Senioren/-innen. Es steht dort geschrieben: „Wir wollen, dass ältere und pflegebedürftige Menschen ihren Alltag in der eigenen Wohnung weitgehend selbstbestimmt bewältigen können.“

Die steigende Zahl von Menschen mit Pflegebedarf ist eine gesellschaftliche und politische Herausforderung. Auch die Caritas stellt sich dieser Herausforderung mit ihren vielfältigen Angeboten für Senioren/-innen und deren Angehörige. Das gemeinsame Ziel der Caritas und der pflegebedürftigen oder älteren Menschen ist eine größtmögliche Unabhängigkeit und Selbstbestimmung bei ihrer persönlichen Lebensführung.

Aber eines ist klar: Es reicht nicht, wenn die Caritas allein die Hand reicht. Selbstbestimmtes Leben im Alter ist ein gesellschaftliches Problem, bei dem auch die Politik gefragt ist. Wir von der Caritas stellen in unserem Alltag immer wieder fest, dass es für folgende Themen Antworten geben muss: Altersarmut, Tagespflegebedarf, Finanzierung der Pflege. Wir von der Caritas sind bereit diesen Weg gemeinsam mit der Politik zu gehen.

Herzliche Grüße
Petra Schubert
Kreisgeschäftsführung



Seite 2:

**Unsere Angebote für
ein gutes Leben im Alter**

Seite 3:

**Aktion
Wunschzettelbaum 2020**

VW-Autohaus Weingärtner
und Caritas-Zentrum Miesbach
arbeiten zusammen, damit
Kinderaugen im Landkreis Miesbach
zu Weihnachten leuchten.

Die Aktion Wunschzettelbaum
startet wieder. Familien können sich
bereits jetzt bei der Caritas melden.

Lesen Sie weitere Infos auf der Seite 3

www.caritas-miesbach.de

Caritas – Individuelle Lösungen für ein gutes Leben im Alter



Jeder Lebensabschnitt und jedes Alter stellt uns vor besondere Herausforderungen.

Gerade in der letzten Lebensphase sind individuelle Lösungen und Hilfestellungen gefragt. Nicht jeder ältere Mensch ist noch fit und kann sein Leben ohne Unterstützung bewältigen.

Die Caritas im Landkreis Miesbach stellt wichtige Angebote für ein möglichst selbstbestimmtes und selbständiges Leben im Alter vor.

Caritas-Mehrgenerationenhaus „Begegnungszentrum Tegernseer Tal“

Seit Juni diesen Jahres bietet das Mehrgenerationenhaus in Rottach-Egern, unter Einhaltung entsprechender Regeln, wieder ein vielfältiges Programm sowie Beratungs- und Unterstützungsleistungen an.

Wir wollen die Besucher/-innen bestmöglich schützen und gleichzeitig Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglichen.

Den Herausforderungen und auch Chancen durch das Coronavirus begegnen die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden mit Engagement, Kreativität, Umsicht und Geduld. In kleineren Gruppen können die Teilnehmenden Verbundenheit und Zugehörigkeit erleben. Infolge großzügiger Angebote von Pfarrei, Gemeinden und Privatpersonen können wir für einzelne Angebote größere Räumlichkeiten und Gärten nutzen. Das Programm findet so weit möglich im Freien statt.

Unser Programm umfasst derzeit Begegnungsangebote mit Bewegung, Essensangebote zur gesunden Ernährung, Gedächtnistraining, Handarbeitsgruppen, English-Conversation, Ausflüge, Literaturkreis, Singkreis, Schachgruppe, Erzählcafé, Kreistanz, Gesprächsgruppen, PC- und Handyschulung sowie Meditation und Malen. Sobald dies gesundheitlich vertretbar ist, werden wir in Kooperation mit Schulen das Lesepatentprojekt und Nachhilfeunterricht weiterführen. Die Ange-

bote werden genutzt von Frauen, Männern, Kindern, Jugendlichen, von Älteren und Hochbetagten, Gesunden und gesundheitlich Belasteten, Zugezogenen und Einheimischen sowie von Menschen in unterschiedlichen sozialen und wirtschaftlichen Verhältnissen. Unsere Besucher/-innen haben vielfältige Lebensgeschichten, verschiedene Bildungsgrade, individuelle Fähigkeiten, Einschränkungen oder Behinderungen, Gemeinschaftssinn und Engagement.

Für viele Senioren bedeutet das Mehrgenerationenhaus ein Stück mehr Lebensqualität. Sie knüpfen dort Kontakte, tauschen sich aus, bringen sich aktiv selbst- und mitverantwortlich ein, lernen von- und miteinander, unterstützen sich gegenseitig, erfahren Verständnis und Ermutigung, lachen, vernetzen sich, nehmen an gesundheitsfördernden Aktivitäten teil und stärken ihre geistigen Fähigkeiten. Außerdem nehmen sie Beratung und Vermittlung von Alltagshilfen in Anspruch.

Wir fördern lebenslanges Lernen, auf Wunsch ebenfalls in der Nutzung digitaler Geräte. Es gibt Raum über altersspezifische Anliegen zu sprechen sowie sich mit spirituellen Themen zu befassen. In der Arbeit im Mehrgenerationenhaus nehmen wir nicht vorrangig die Schwächen und Risiken älterer Menschen wahr, sondern deren Stärken, Ressourcen und Entwicklungsmöglichkeiten. Als ehrenamtlich Tätige übernehmen Senioren neue soziale Rollen, die sowohl von ihnen selbst als auch von der Gesellschaft als produk-

tiv und sinnstiftend erlebt werden. Im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen bringen sich die älteren Menschen engagiert mit ihrem Wissen und ihrer Lebenserfahrung ein.

Wenn die Rente nicht reicht – Senioren in der sozialen Beratung

Viele Rentner haben nur eine geringe Altersrente. Besonders Frauen, die allein leben, sind davon betroffen. Ihre Generation hatte oft noch keinen guten Zugang zu Bildung und Beruf. Sie haben sich durchgekämpft und viel geleistet, dennoch reicht das Einkommen im Alter nicht für ein gutes Leben.

Der Gang in die Beratungsstelle ist gerade für ältere Menschen oft mit Scham behaftet, um Hilfe bitten zu müssen fällt vielen schwer. Viele verzichten lieber auf gesellschaftliche Teilhabe oder sparen am Essen.

Hier fängt die Beratung an, es geht um Vertrauen und Stärkung des Selbstwertes. Erst dann können wir beraten, den Menschen zur Seite stehen und gemeinsam Anträge erstellen. Menschen Zeit zu schenken, ist immer ein wichtiger Teil unserer Arbeit. Besonders wichtig ist es für Senioren, die oft einsam sind und keinen Zugang zu Internet und anderen neuen Medien haben. Für sie ist es eine große Hilfe, zu wissen, dass es jemanden gibt, an den sie sich mit ihren Problemen wenden können.

Aktion Wunschzettelbaum 2020

Um die Sicherheit unter Pandemie Bedingungen aufrecht zu erhalten finden Termine unter Berücksichtigung der Hygienevorschriften statt. Alle Caritas-Mitarbeiter sind in den nötigen Hygienemaßnahmen unterwiesen und mit Mund-Nasen-Schutz und Desinfektionsmittel ausgestattet.

Mitzubringen sind ein Einkommensnachweis, die Meldebescheinigung der Kinder (sofern nicht auf dem Bescheid vermerkt), sowie ein vorab ausgewählter Wunsch, samt Artikelbezeichnung, Artikelnummer, Preis und gegebenenfalls Farbe und Größe. Wie immer sollen die Geschenke im loka-

len Einzelhandel erhältlich sein, um diesen zu unterstützen.

Mitmachen können alle Eltern und Alleinerziehende mit Kindern im Alter bis 16 Jahren, die Sozialleistungen erhalten (bitte Bescheid mitbringen) oder ein geringfügig höheres Einkommen haben (bis zu 1,25facher Regelsatz. Bitte Lohnabrechnung und Kontoauszüge der letzten 2 Monate mitbringen.

Wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie berechtigt sind werden die Mitarbeiter/-innen der Caritas das gerne prüfen.

Wer ein Geschenk spenden möchte kann sich ab 20. November einen Wunschzettel vom Baum im Autohaus Weingärtner ausleihen und abnehmen.

Das Geschenk soll dann als Weihnachtspäckchen verpackt bis spätestens 14. Dezember wieder im Autohaus Weingärtner abgegeben werden.

Zur Terminvereinbarung können Sie sich ab sofort an das Caritas-Zentrum Miesbach wenden.

Telefon: (0 80 25) 28 06 20

Caritas-Sozialstation

„Damit pflegebedürftige Menschen auch weiterhin in ihrem gewohnten Umfeld so unabhängig wie möglich leben können, unterstützen und beraten unsere Pflegefachkräfte bei Bedarf in allen Bereichen der ambulanten Pflege, der Betreuung und der Hilfe bei der Haushaltsführung“, berichtet Maria Ortner, Pflegedienstleitung bei der Caritas. Gemeinsam mit Patienten und Angehörigen erkennen, fördern und erhalten diese die individuellen Fähigkeiten und Möglichkeiten der Pflegebedürftigen.

Pflegefachpersonal und Betreuungskräfte helfen zum Beispiel bei der Bewältigung

der Bedürfnisse des Alltags in Verbindung mit ambulanter Pflege oder beraten zur Sturzprofilaxe. Darüber hinaus steht auch ein geschultes Betreuungsteam zur Verfügung, das Pflegepersonen und die Angehörigen bei Bedarf und flexibel stundenweise entlastet.

„Corona bedeutet für uns in der Ambulanten Pflege ein verstärktes Augenmerk auf ausreichenden Schutz und achtsamen Umgang miteinander. Unser konsequent und zuverlässig umgesetztes Hygiene- und Schutzkonzept gibt Sicherheit und stärkt das Vertrauen von Patienten, Angehörigen und Mitarbeiter/-innen. Gerade am Anfang von Corona waren Patienten und



Angehörige vorsichtig und haben erst einmal abgewartet bevor sie unsere Dienste wieder in Anspruch genommen haben“, erzählt Maria Ortner.

Nah. Am Nächsten. Zu Hause.

Im Ambulant Betreuten Einzelwohnen besuchen unsere Sozialpädagog/-innen der Caritas Fachambulanz für Suchterkrankungen Menschen Zuhause, in den eigenen vier Wänden.

Das vielfältig nutzbare Angebot richtet sich an Erwachsene mit Abhängigkeitserkrankungen oder auffälligem Konsummuster. Bei Hausbesuchen werden die Betroffenen unter anderem beim Aufbau und Erhalt der Eigenständigkeit in allen Bereichen des Lebens unterstützt. Gemeinsame Gespräche, nicht nur, aber auch über den Konsum, können das Selbstbewusstsein stärken, Krisen vorbeugen und Angehörige entlasten.

Bei Terminen mit Ämtern oder Ärzten können die Mitarbeiter/-innen tatkräftig

zur Seite stehen und gemeinsame Ausflüge regen dazu an, auch einmal etwas nicht Alltägliches zu erleben.

Das Ambulant Betreute Einzelwohnen hilft, persönliche Lebensbereiche wieder neu zu ordnen, wenn sie in den letzten Jahren ins Ungleichgewicht geraten sind.

Wenn auch Sie jemanden kennen, der von diesem Angebot profitieren kann oder Sie sich selbst Unterstützung wünschen, dann wenden Sie sich gerne an die Mitarbeiter der Caritas Fachambulanz Miesbach.

Telefonisch erreichbar unter
Telefon: (0 80 25) 28 06 60
oder per Mail an
fachambulanz-mb@caritasmuenchen.de

Weitere Angebote

› Das Landratsamt Miesbach stellte eine Hörschleifenanlage für Veranstaltungen kostenlos zur Verfügung. Anmeldungen bitte telefonisch.

Telefon: (0 80 25) 70 4-0

› Der Bewegungsparcours für alle Generationen in Gmund, bietet eine wunderbare Gelegenheit sich in der freien Natur nach eigener Kondition zu bewegen. Das Gelände lädt dazu ein, den Blick auf den See zu genießen und gleichzeitig die Kleinkinder am daneben liegenden Spielplatz sich austoben zu lassen.

› In der Gemeindebücherei Hausham kann man sich einen Berechtigungsschein für die Nutzung der Hörbücherei München ausstellen lassen. Beratung zur Nutzung der Hörbücherei erfolgt vor Ort.



Caritas-Zentrum Miesbach

Franz-und-Johann-Wallach-Str. 12
83714 Miesbach
Telefon: (0 80 25) 28 06-0
caritas-miesbach@
caritasmuenchen.de

www.caritas-miesbach.de

Spendenkonto

Unterstützen
Sie die Arbeit
der Caritas!
Helfen Sie mit!



Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE73 7002 0500 8850 0007 10
BIC: BFSWDE33MUE

Caritas-Einrichtungen und -Dienste in Miesbach

Für Kinder, Jugendliche und Familie

Kindertageseinrichtungen,
Kinderkrippe, Hort

- Irschenberg
Kinderhaus Farbenfroh mit Integration
Telefon: (0 80 62) 8 09 50-0
kinderdorf@caritasmuenchen.de
- Holzkirchen
Kinderhaus und Mittagsbetreuung
Telefon: (0 80 24) 58 88
kinderhort-holzkirchen@
caritasmuenchen.de

Mehrgenerationenhaus
Rottach-Egern
„Begegnungszentrum Tegernseer Tal“
Telefon: (0 80 22) 2 49 49
MGH.Rottach@caritasmuenchen.de

Caritas Kinderdorf
Irschenberg
Telefon: (0 80 62) 70 95 50

Stiftung St. Zeno
Holzolling – Johannesheim
Telefon: (0 80 63) 8 04 60

Für Menschen mit Behinderung

Wohnen
Regens-Wagner-Stiftung, Erlkam
Holzkirchen
Telefon: (0 80 24) 90 42 00

Schulen

Caritas Kinderdorf
Irschenberg
Sonderpädagogisches Förderzentrum
Telefon: (0 80 62) 7 09 59 10

Leben im Alter

Ambulante Pflege und Betreuung
Sozialstation
Miesbach
Telefon: (0 80 25) 28 06 50
sozialstation.miesbach@caritasmuenchen.de

Soziale Dienste
Miesbach
Telefon: (0 80 25) 28 06 20
soziale.dienste-miesbach@
caritasmuenchen.de

Beratungsstelle für psychische Gesundheit
Miesbach und Außensprechstunden
in Rottach-Egern und Holzkirchen
Telefon: (0 80 25) 28 06 30
spdi-miesbach@caritasmuenchen.de

Gerontopsychiatrischer Dienst
Miesbach
Telefon: (08025) 28 06 30
spdi-miesbach@caritasmuenchen.de

Fachambulanz für Suchterkrankungen
und -gefährdungen
Miesbach mit Außensprechstunden
in Holzkirchen, Rottach-Egern und Tegernsee
Telefon: (0 80 25) 28 06 60
fachambulanz-mb@caritasmuenchen.de

Mehrgenerationenhaus
Rottach-Egern
Begegnungszentrum Tegernseer Tal
Telefon: (0 80 22) 2 49 49
MGH.Rottach@caritasmuenchen.de

Betreutes Wohnen für Senioren
Miesbach / maximiliani
Telefon: (0 80 25) 28 06 20

Altenheime

- Holzkirchen / St. Anna-Haus
Telefon: (0 80 24) 9 97 70
- Neuhaus / St. Elisabeth
Telefon: (0 80 26) 9 75 70

Angebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Suchtproblemen

Beratungsstelle für
psychische Gesundheit

- Miesbach / Beratungsstelle
und Außensprechstunden in
Rottach-Egern und Holzkirchen
Telefon: (0 80 25) 28 06 30
spdi-miesbach@caritasmuenchen.de
- Miesbach / Wohngemeinschaft
Telefon: (0 80 25) 99 76 76 14
- Miesbach / Tagesstätte
Treffpunkt Mittendrin
Telefon: (0 80 25) 99 76 76-0
treff.mittendrin@caritasmuenchen.de
- Miesbach / Zuverdienstprojekt
im EinLaden
Telefon: (0 80 25) 99 76 76 15
spdi-miesbach-zv@caritasmuenchen.de

Fachambulanz für Suchterkrankungen
und -gefährdungen
Miesbach mit Außensprechstunden in
Holzkirchen, Rottach-Egern und Tegernsee
Telefon: (0 80 25) 28 06 60

Soziale Dienste

Allgemeine Soziale Beratung,
Schuldnerberatung, Schuldenprävention,
Flüchtlings- und Integrationsberatung,
Ehrenamtskoordination Asyl
Miesbach mit Außensprechstunden
in Rottach-Egern
Telefon: (0 80 25) 28 06 20
soziale.dienste-miesbach@caritasmuenchen.de

Gemeindecaritas und bürgerschaftliches Engagement

Stabsstelle Gemeindecaritas
Miesbach, Telefon: (0 80 25) 28 06 10