

Selbstbestimmt im Alter

Liebe Leserinnen und Leser,

„Alt werden ist wie auf einen Berg steigen. Je höher man kommt, desto mehr Kräfte sind verbraucht, aber umso weiter sieht man.“

Ein wunderbares Zitat von Ingmar Bergman. Was passiert jedoch, wenn der Berg nicht allein bestiegen werden kann? Vielleicht droht Absturzgefahr, und wer reicht in diesem Moment die Hand, damit gemeinsam weitergegangen werden kann?

Berücksichtigt man die demographische Entwicklung und die zunehmende Zahl von Pflegebedürftigen und Menschen mit Unterstützungsbedarf, wird klar, dass sich immer mehr Senioren/-innen auf dem Berg befinden, die sich eine ausgestreckte Hand wünschen.

Die meisten von ihnen möchten zuhause alt und dort auch unterstützt 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 Unterstützungsbedarf 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 eine gesellschaftliche Herausforderung, bei der auch die Politik gefragt ist. Wir von der Caritas stellen in unserem Alltag immer wieder fest, dass es auf folgende Themen Antworten geben muss: Altersarmut, Tagespflegebedarf, Finanzierung der Pflege, Alltagsversorgung, Finanzierung altersgerechten Wohnraums usw. Wir von der Caritas sind bereit, diesen Weg gemeinsam mit der Politik zu gehen.

Ihr Wolfgang Schweiger
Kreisgeschäftsführung



Caritas – Angebote im Überblick

- › Beratung durch die Fachstelle für pflegende Angehörige
- › Betreuung und hauswirtschaftliche Hilfe
- › Ambulante Pflege
- › Altenheim St. Hedwig
- › Pflegebesuche nach § 37 PflegeVG
- › Kontaktstelle Alt und Selbständig

www.caritas-badtölz-wolfratshausen.de

Caritas – Individuelle Lösungen für ein gutes Leben im Alter



Jeder Lebensabschnitt und jedes Alter stellt uns vor besondere Herausforderungen. Besonders 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 Bad Tölz-Wolfratshausen und ihre Netzwerkpartner halten passgenaue Angebote für ein möglichst selbstbestimmtes und selbständiges Leben im Alter vor. Senioren und Seniorinnen können sich beraten lassen – zuhause, im Caritas-Zentrum oder im Altenheim St. Hedwig. Wer Unterstützung und Hilfe braucht, kann diese genau in dem Maß in Anspruch nehmen, wie es nötig ist – sei es das gesellige Miteinander in Gruppenangeboten, die Einkaufshilfe, die ambulante Pflege oder auch eine vollumfängliche Betreuung im Heim. Das Corona-Virus hat Seniorinnen und Senioren und ihre Angehörigen vor große Herausforderungen gestellt. Mit viel Engagement und Kreativität – unter Beachtung unseres konsequent und zuverlässig umgesetzten Hygiene- und Schutzkonzeptes – sind wir weiterhin für die Menschen da.

Kontaktstelle Alt und Selbständig in Bad Tölz

Zum Netzwerk der Caritas gehört die Kontaktstelle Alt und Selbständig in Bad Tölz. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstützen die Seniorinnen und Senioren dabei, möglichst lange im eigenen Zuhause bleiben zu können und den Alltag zu bewältigen. Dies zeigt sich durch die drei Säulen, auf denen die Kontaktstelle Alt und Selbständig aufgebaut ist: Beratung für Seniorinnen und Senioren, Entlastungsangebote und Hilfen im Alltag sowie Förderung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. „Das umfangreiche Angebot wäre ohne die Unterstützung unserer ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer nicht möglich“, sagt Fachdienstleitung Ellen Wagner. Zum Angebot gehört zum Beispiel das Senioren-Café. Im Mittelpunkt stehen die Beziehung zu den Menschen und die Teilhabe an Freizeitmöglichkeiten. „Hier entstehen Freundschaften, die weitertragen. Wir spüren die große Freude, die unsere Besucher haben“, sagt Ellen Wagner. Ergänzt wird das Angebot durch die Fachstelle für pflegende Angehörige.

Nachbarschaftshilfe „Ich für Dich“ in Geretsried

Im Zentrum der Nachbarschaftshilfe steht die Arbeit des Helferkreises: die Alltagsbegleitung und haushaltsnahe Dienstleistung. „Durch die Unterstützung der ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer können

viele ältere Menschen länger in der eigenen Wohnung, im vertrauten Umfeld bleiben. Zudem werden die Angehörigen entlastet“, so Heike Bruns, die das Angebot leitet. Die Tätigkeiten richten sich individuell nach Bedarf und Möglichkeiten der Klienten und reichen von der Unterstützung im Haushalt oder beim Einkaufen über das Gespräch und den Austausch zum Beispiel bei einer Tasse Kaffee bis hin zu gemeinsamen Spaziergängen und Begleitung bei Behördengängen oder Arztbesuchen. Durch den regelmäßigen Kontakt mit derselben Bezugsperson entsteht schnell eine wertvolle stützende Beziehung zwischen Klientinnen und Klienten und Helfer/-innen.

Ambulante Pflege und Betreuung

„Damit pflegebedürftige Menschen auch weiterhin in ihrem gewohnten Umfeld so unabhängig und sicher wie möglich leben können, unterstützen und beraten unsere Pflegefachkräfte in allen Bereichen der ambulanten Pflege“, berichtet Barbara Urban, Pflegedienstleitung der ambulanten Pflege und Betreuung. Gemeinsam mit Patienten und Angehörigen erkennen, fördern und erhalten sie die individuellen Fähigkeiten und Möglichkeiten der Pflegebedürftigen. Das Pflegefachpersonal unterstützt zum Beispiel bei der Körperpflege und berät unter anderem bei der Sturzprophylaxe. Es steht den Menschen darüber hinaus im Rahmen der palliativen Begleitung zur

Seite, für die zwei Palliativ-Fachkräfte das Team ergänzen. Ein großer Vorteil für die betreuten Menschen ist die enge Zusammenarbeit mit der Kontaktstelle Alt und Selbständig und der Nachbarschaftshilfe „Ich für Dich“. „So können wir eine umfassende Versorgung aus einer Hand anbieten“, erläutert Barbara Urban.

Altenheim St. Hedwig

Zu einem ganzheitlichen Angebot für das Leben im Alter gehört auch die Betreuung in einer stationären Einrichtung. Diese Betreuungsform bietet sich an, wenn in den eigenen vier Wänden ungenügende Versorgung oder Vereinsamung droht. In St. Hedwig setzt man auf eine konsequente Bewohnerorientierung. „Wir als Einrichtung richten uns, sofern möglich, nach den Bedürfnissen und Wünschen der Bewohnerinnen und Bewohner. Sie stehen im Mittelpunkt“, erläutert Heimleiter Theo Heffner. Er versteht den Einzug in St. Hedwig als „Wohnsitzverlagerung“. Der Bewohner gibt seine Persönlichkeit mit seinen Eigenarten, Bedürfnissen und sozialen Kontakten nicht auf. „So bestimmt jeder Bewohner, wann er aufsteht oder zu Bett geht. Auch Mahlzeiten können dem eigenen Bedürfnis angepasst werden. Das Haus steht Besuchern tagsüber jederzeit offen, die Bewohner können kommen und gehen, wann sie möchten – natürlich unter Berücksichtigung der persönlichen Situation eines jeden Bewohners“, so Heffner.

Anhand biographischer Aspekte und unter Berücksichtigung der Wünsche und Bedürfnisse der Bewohner/-innen findet die Pflege und Betreuung statt. „Es ist wichtig, die Fähigkeiten und Kompetenzen zu erhalten und die Bewohner auch zu fordern“, so Pflegedienstleitung Hildegard Seidl. Menschen mit Demenz werden integrativ betreut, wobei jeder Bewohner einzeln betrachtet wird. Alltagsbegleiter kümmern sich um das soziale Leben. Es finden Einzelbetreuungen, Gruppenangebote wie z. B. Backen, Singen, Andachten und vieles mehr statt.

Hospiz und Palliativpflege sind in St. Hedwig „Normalität“. Unterstützt werden die Mitarbeiter hier von einer ausgebildeten sogenannten Behandlung-im-Vorausplanen-Mitarbeiterin und mehreren ausgebildeten Hospiz- und Palliativfachkräften. „Wir gehen ganz bewusst und vor allem ehrenvoll und würdig mit dieser Phase des Lebens um. Es ist wichtig, die finalen Wünsche herauszufinden und darauf eingehen zu können“, so Heffner. Neben den 97 vollstationären Plätzen bietet St. Hedwig auch zwei Kurzzeitpflegeplätze an.

Fachstelle für pflegende Angehörige

„Als Fachstelle beraten wir zu Hilfs- und Entlastungsmöglichkeiten rund um die Themen Alter und Pflege. Außerdem stärkt und unterstützt unsere psychosoziale Begleitung die Angehörigen in ihrer Situation“, erläutert Daniela Dierssen von der Fachstelle für pflegende Angehörige. Ein Ziel ist es, dass die zu betreuende Person so lange wie gewünscht und möglich in ihrer vertrauten häuslichen Umgebung leben kann. Darüber hinaus werden die Angehörigen z. B. durch den Einsatz von ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern entlastet, damit sie durch die oft lang andauernde Pflege nicht selbst erkranken und zum Pflegefall werden.

Damit dies gelingt, bietet die Fachstelle unter anderem eine Angehörigenberatung zur häuslichen Betreuung, Pflege und Versorgung sowie psychosoziale und unterstützende Begleitung und Entlastung. Gemeinsam werden individuelle Pflegearrangements erarbeitet und das persönliche Umfeld aktiviert. Die Fachstelle gibt auch neutrale Information und Beratung über

Hilfsangebote und deren Finanzierung und unterstützt bei Behördenangelegenheiten.



^ „Die ambulante Pflege und die Nachbarschaftshilfe ‚Ich für Dich‘ der Caritas unterstützen uns seit Jahren. Wir sind sehr glücklich, dass wir so auch weiterhin in unserem eigenen Zuhause leben können. Uns wird in einem wohlthuend freundlichen Miteinander geholfen, wo es nötig ist.“ Susanne und Georg Weinbuchner

Der Kita-Verbund der Caritas wächst

Am 1. September eröffnete offiziell die neue Caritas-Kindertageseinrichtung Blechkiste am Geretsrieder Robert-Schumann-Weg 2b. Dort werden Kinder mit und ohne Förderbedarf in drei Gruppen betreut.

Hervorgegangen ist die Blechkiste aus der Caritas-Einrichtung Buntstifte. Am Robert-Schumann-Weg fand die Blechkiste als eigenständige Kita – vergrößert um eine Gruppe – eine neue Heimat. Auch in den neuen Räumlichkeiten setzt die Leiterin Angelika Greimel-Dursun zusammen mit ihrem Team die hoch qualitative Arbeit im Rahmen eines teiloffenen Konzeptes fort.

Aufgrund des Bedarfs an Kindergartenplätzen wurde auch die Einrichtung St. Benedikt in Gelting vergrößert. In einem neu aufgestellten Container (neben dem Haupthaus) finden zwei weitere Gruppen Platz, sodass in Gelting unter der neuen Leitung von Petra Gehrlein jetzt insgesamt vier Gruppen betreut werden.

> **Neuer Standort: Die Caritas-Kita Blechkiste ist an den Robert-Schumann-Weg 2b in Geretsried umgezogen.**



> **St. Benedikt: Im neu aufgestellten Container finden zwei weitere Kita-Gruppen Platz.**





Caritas-Zentrum Bad Tölz-Wolfratshausen

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-0

www.caritas-badtölz-wolfratshausen.de

Für Kinder, Jugendliche u. Familien

Kindertageseinrichtung Arche Noah
Graslitzer Straße 15 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-70

Kindertageseinrichtung Die Buntstifte
Adalbert-Stifter-Straße 56
82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 5 23 58

Kindertageseinrichtung Blechkiste
Robert-Schumann-Weg 2b
82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 4 80 88 60

Kindertageseinrichtung Steiner Ring
Steiner Ring 83 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 14 49

Kindertageseinrichtung St. Benedikt
Leitenstraße 4 · 82538 Geretsried-Gelting
Telefon: (0 81 71) 174 64

Haus für Kinder
Isardamm 14 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 85 20 00

Ökumenische Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche
Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-130

- Begleiteter Umgang
- Gerichtsnahe Beratung
- Schreibaby-Ambulanz

Ambulante Erziehungshilfen
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-66

- Hilfen zur Erziehung

Gebrauchtwaren

Carisma – nachhaltig Einrichten & mehr
Sudetenstraße 49 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 99 74 70
Mo. - Fr. 9 - 17 Uhr

Kinderladen
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-59
Mo., Di., Mi., Fr. 9 - 12 Uhr / Do. 13 - 16 Uhr

Leben im Alter

Ambulante Pflege und Betreuung
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-10

Nachbarschaftshilfe „Ich für Dich“
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-15

Kontaktstelle Alt und Selbständig
Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-103

- Fachstelle Pflegende Angehörige
- Haushaltsnahe Dienste
- Seniorenbegegnung

Caritas-Altenheim St. Hedwig
Adalbert-Stifter-Str. 56 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 3 86 18-0

Soziale Dienste

Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-0

- Soziale Beratung
- Ehrenamtskoordination Asyl

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-120

- Gemeindec Caritas

Wohnungslosenhilfe
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-22

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-120

Obermarkt 7 · 82515 Wolfratshausen
Telefon: (0 81 71) 2 98 59

Haus Sankt Jakobus
Salzstraße 29 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 05 56
Einlass: täglich von 18 - 20 Uhr

Schuldnerberatung und -prävention
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-0

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-123

Obermarkt 7 · 82515 Wolfratshausen
Telefon: (0 81 71) 2 98 59

An allen drei Standorten finden
Sie folgende Angebote:

- Schuldnerberatung
- Verbraucherinsolvenzberatung
- Schuldenprävention

Psychische Gesundheit

Sozialpsychiatrischer Dienst
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-50

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-150

- Gerontopsychiatrische Beratung
- Therapeutische Wohngemeinschaft
- Betreutes Einzelwohnen

Tagesstätte „Ausblick“ für Menschen
mit psychischer Erkrankung
Sudetenstraße 51 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 90 94 15

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern
Telefon: 0180 / 655 3000
(täglich von 0 - 24 Uhr)

Suchtberatung und Prävention

Fachambulanz für Suchtkranke
Graslitzer Straße 13 · 82538 Geretsried
Telefon: (0 81 71) 98 30-40

Klosterweg 2 · 83646 Bad Tölz
Telefon: (0 80 41) 7 93 16-140

- Jugendsuchtprävention
- Substitutionsambulanz
- MPU-Kurse
- Ambulante Rehabilitation
- Betreutes Einzelwohnen