

Die Seiten für „schlaue Graue“



Das erste Mal...

...präsentieren wir Ihnen mit großer Freude die Ausgabe unseres ILE-Seniorenchats! Diese Seiten sollen nicht nur informieren, sondern auch den Austausch und die Vernetzung fördern. Hier wollen wir nun regelmäßig kurz berichten, worüber man mit 66 schon mal nachdenken sollte, aber wofür man mit 88 noch immer nicht zu alt ist.

Wir wollen verschiedene Perspektiven des Älterwerdens betrachten und Möglichkeiten zur Steigerung der Lebensqualität und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben in unseren Gemeinden aufzeigen. Dazu gehören ernstere Themen genauso wie amüsante.

Unsere Gemeinden bieten vielfältige Angebote für Senioren. Wir möchten, dass Sie gut darüber informiert sind und wissen, wo Sie sich hinwenden können, falls doch mal ganz spezielle Fragen aufkommen.

Dafür arbeiten wir mit verschiedenen Diensten und Einrichtungen in unserer Region zusammen,



die wir Ihnen nach und nach vorstellen werden. Schicken Sie uns auch gerne Anregungen für Themen, die Sie interessieren.

Und nun hoffen wir, dass Ihnen unsere erste Ausgabe gefällt!

Herzliche Grüße,

Ihre ILE Holzland-Inntal und
die Seniorenreferenten der ILE-Gemeinden

Notrufnummern



112



oder



Ärztlicher Bereitschaftsdienst Tel. 116 117

Hausärztliche Praxis Reischach Tel. 08670 1055

Seelsorge Pfarrei

Tel. 08670 207

KVB-Bereitschaftspraxen

Ärztlicher Bereitschaftsdienst für Wochenende, abends und feiertags, ohne Anmeldung oder Terminvereinbarung.

Altötting—An der Klinik

Vinzenz-von-Paul-Str. 10, 84503 Altötting

Rottal-Inn—An der Rottal-Inn Klinik

Simonsöder Allee 20, 84307 Eggenfelden

NACHGEFRAGT!

Heute mit Kathrin Krumbachner:
der Pflegestützpunkt Altötting



ILE: Pflegestützpunkt Altötting, das hört sich nach einer Einrichtung für bereits pflegebedürftige Menschen an. Stimmt das?

K. Krumbachner: So hört es sich an, aber wir bieten mit dem Pflegestützpunkt Altötting viel mehr, nämlich eine zentrale Beratungsstelle, die Auskunft und Beratung zu allen Fragen rund um das Thema Pflege bietet. Je früher man sich Gedanken macht, umso leichter ist es, später damit umzugehen und im Alter so zu leben, wie man es sich selbst wünscht. Auch, wenn's mal nicht so läuft, wie geplant.

ILE: Mit welchen Themen kann man sich an den Pflegestützpunkt wenden?

K. Krumbachner: Hauptsächlich beraten wir. Wir bieten umfassende, unabhängige und kostenfreie Beratung zu allen Themen rund um die Pflege, einschließlich Informationen über Pflegegrade. Viele Menschen sind insbesondere dankbar für unsere Beratung bei der Beantragung von Hilfen. Dazu zählen auch Angehörige, die bei uns Unterstützung erhalten.

ILE: Welche anderen Themen haben sie außerdem?

K. Krumbachner: Wir koordinieren verschiedene Angebote für die wohnortnahe Versorgung, um die passenden Unterstützungsangebote zu finden. Dazu gehört auch, über verschiedene Wohnformen im Alter zu informieren.

ILE: Wissen Betroffene immer, welche Unterstützung möglich ist?

K. Krumbachner: Nein, tatsächlich sind viele erstaunt, was alles möglich ist. Gemeinsam mit den Betroffenen oder Angehörigen erstellen wir mit unserem Wissen zum Beispiel auch individuelle Versorgungspläne, abgestimmt auf die persönlichen Bedürfnisse und unter Einbeziehung der Dienstleister.



ILE: Wer kann sich an den Pflegestützpunkt wenden?

K. Krumbachner: Jeder, der Fragen zur Pflege hat, kann sich an uns wenden. Das schließt Pflegebedürftige, ihre Angehörigen und auch Menschen ein, die sich auf eine mögliche Pflegebedürftigkeit vorbereiten möchten. Unsere Beratung ist unabhängig, kostenfrei und vertraulich

ILE: Wie können Interessierte Kontakt aufnehmen?

K. Krumbachner: Am besten erreicht man uns telefonisch. Auf Wunsch bieten wir übrigens auch Hausbesuche an, um die Beratung direkt vor Ort durchzuführen.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website des Landkreises Altötting unter www.lra-aoe.de.

Pflegestützpunkt Landkreis Altötting

Bahnhofstr. 38

84503 Altötting

Tel. 08671 502-207

EHRENAMTLICH TÄTIGE EINZELPERSON

Angebote zur Unterstützung im Alltag



Für ältere und pflegebedürftige Menschen kann die Hilfe aus der Nachbarschaft, durch Freunde oder Bekannte eine große Entlastung sein. Dies gründet nicht auf einem Arbeitsverhältnis, sondern auf Hilfsbereitschaft, Engagement und Freundschaft.

Solche sogenannten ehrenamtlich tätigen Einzelpersonen (ETEP) können beispielsweise Menschen mit Pflegebedarf zum Einkauf oder Gottesdienst begleiten oder mit ihnen gemeinsam kochen und spielen. Sie können Tätigkeiten im Haushalt erledigen oder pflegenden Angehörigen bei der Organisation des Pflegealltags helfen. Die Unterstützung kann ein- oder mehrmals pro Woche, regelmäßig oder flexibel erfolgen.

Abrechnung mit Pflegekasse

Was oft nicht bekannt ist:

Schon seit dem 1. Januar 2021 können Menschen ab Pflegegrad 1, die zu Hause leben, die Kosten für Angebote zur Unterstützung durch ehrenamtlich tätige Einzelpersonen mit der jeweiligen Pflegeversicherung abrechnen. Dafür steht Betroffenen der Entlastungsbetrag (§45b SGB XI) in Höhe von 125 Euro pro Monat zur Verfügung.

Auch die ehrenamtlich tätige Einzelperson selbst kann mit der Pflegekasse abrechnen. Dafür ist eine Registrierung und eine eintägige Schulung von acht Unterrichtseinheiten gesetzlich vorgeschrieben.

Die regionalen Fachstellen für Demenz und Pflege sind hierfür zuständig – deren Angebote sind grundsätzlich immer kostenfrei.

Schulung zur ETEP

Wegen der hohen Nachfrage organisieren die Pflegestützpunkte Altötting und Mühldorf in Kooperation mit der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberbayern eine Informationsveranstaltung sowie eine Schulung zur ETEP :



Schulung „Ehrenamtlich tätige Einzelperson“

Donnerstag, 13. Februar 2025

Von 9 bis 16 Uhr

Im AWO Mehrgenerationenhaus Altötting

Hillmannstr. 20, 84503 Altötting



Anmeldung unter <https://seu2.cleverreach.com/f/316474-399906/>

VON, MIT UND FÜR SENIOREN



Termine, Veranstaltungen, Interessantes

Datum	Veranstaltungen für Senioren in der Gemeinde
Sa., 22. Februar 2025	Baumschneidekurs Gartenbauverein Reischach, Anmeldung erforderlich, Tel. 986408
Fr., 7. März 2025	Schafkopfturnier der CSU, Gasthaus Berger
Mi., 19. März 2025	Gottesdienst in der Pfarrkirche mit anschließendem Weißwurstessen im Pfarrheim
Sa., 5. April 2025	Theateraufführung Trachtenverein Reischach, 14 Uhr im Gasthaus Oberwallner
So., 6. April 2025	Fastensuppenessen der Landjugend Reischach, 11 Uhr im Pfarrheim
Fr., 18. April 2025	Kinder-, Familien- und Seniorenkreuzweg, 10 Uhr in der Pfarrkirche St. Martin
So., 28. April 2025	Busausflug mit dem Seniorenclub, Anmeldung erforderlich bei Fr. Maier, Tel. 1488

Datum	Regelmäßige Veranstaltungen
Jeden 1. Montag im Monat	Seniorenclub, Pfarrheim Reischach, 13.30 Uhr
Jeden 2. Dienstag im Monat	Witwentreff für Frauen, Ort wechselnd, 13 Uhr
Jeden Montag	Kaffee für Frauen im Bürgerhaus in Perach - für alle Seniorinnen im Bereich der VG Reischach, 14.30 Uhr

Übrigens...

Der TSV bietet folgende Kurse und lädt herzlich ein zu:

- Fit ins Alter - Inge Wimmer, Tel. 297750
- Fit mit Gymnastik - Helga Hofbauer, Tel. 918467
- Herrengymnastik - Franz Wimmer, Tel. 297750

Für die Kurse ist jeweils eine Mitgliedschaft beim TSV erforderlich. Bei jedem Kurs ist ein Schnuppertraining möglich. Weitere Auskünfte erteilen die Ansprechpartner gerne.

Siehe auch www.tsv-reischach.de/turnen.

Witwentreff

Die Damen des Reischacher Witwentreffs treffen sich immer am zweiten Dienstag im Monat. Neue im Bunde sind jederzeit herzlich willkommen, auch gerne Menschen mit Talent und Freude am Organisieren.

Bei Interesse nehmen Sie einfach Kontakt mit den Seniorenreferentinnen auf.

Das nächste Treffen ist am 11. Februar um 13 Uhr im Gasthaus Oberwallner.

Seniorenreferentinnen Gemeinde Reischach

Regina Kaiser, Tel. 08670 9180620

Birgit Thumser, Tel. 08670 918625

ILE- Umsetzungsmanagerin

Stephanie Lambert

Tel. 08670 9886-80

ile@holzland-inntal.de

