allesdeutschland | Weitere Informationen finden Sie unter: www.alles-deutschland.de

Senioren im Landkreis Dingolfing-Landau

Älter werden im Landkreis Dingolfing-Landau

Wegweiser für Senioren und Angehörige

2. Auflage

Aktiv auch im Alter
Beratung und Hilfe
Wohnen im Alter
Ambulante Versorgung
Hilfe bei Pflegebedürftigkeit
Vorsorge
Testament / Notar
Hospiz / Palliativ
Todesfall
Persönlicher Notruf

allesdeutschland | Weitere Informationen finden Sie unter: www.alles-deutschland.de

beraten helfen engagieren

Rufen Sie an!
Wir beraten, helfen und engagieren uns für Sie!

Zusätzlich zu den Angeboten der Caritas Sozialstation bieten wir:

- Seniorengruppen sowie div. Hilfs- und Besuchsdienste
- Beratungsstelle für seelische Gesundheit
- Caritas Kreis Seniorenwallfahrt
- Kurse Lebensqualität im Alter
- Allgemeine Sozialberatung
- Offene Behinderten Arbeit
- Seniorenerholungsmaßnahmen
- Schulungen für Seniorengruppenleiter
- Fachstelle für pflegende Angehörige
- Gesprächskreis für pflegende Angehörige

- Ganzheitliche Grund- und Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Anleitung und Schulung pflegender Angehöriger
- Verhinderungspflege

caritas

Wir pflegen Menschlichkeit.

caritas Sozialstation

Dingolfing

Griesgasse 13
84130 Dingolfing
sozialstation@caritas-dingolfing.de

0 87 31/4 03 28

Geschäftsstelle
Telefon 0 87 31/3 16 00
E-Mail geschaeftsstelle@caritas-dingolfing.de

Landau

Dr. Godron-Straße 3
94405 Landau an der Isar
sst@caritas-landau.de

0 99 51/98 51 11

Geschäftsstelle
Telefon 0 99 51/9 85 10
E-Mail info@caritas-landau.de

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

viele Menschen werden heute älter als vor 50 Jahren – allerdings auf völlig andere Weise. Noch nie waren die älteren Bürger so fit und engagiert wie heute. Die **höhere Lebenserwartung** schenkt uns gewonnene Jahre.

Nicht nur für die Älteren selbst, auch für unsere Gesellschaft bietet dieses „neue Alter" eine **Fülle von Möglichkeiten**. Die **Älteren** werden **gebraucht**. Ihre Erfahrung, ihre Kompetenzen und ihre Einsatzbereitschaft werden im Zuge des demografischen Wandels immer wichtiger. Gerade die „jungen Alten" sind bereit und in der Lage, ganz selbstverständlich eine aktive und vitale Rolle in der Gesellschaft zu übernehmen.

Viele Ältere wollen sich einsetzen. Sie erwarten aber auch, dass sie angemessene und passende Möglichkeiten zum Mitgestalten und Mitentscheiden erhalten – dies gilt besonders für das nahe Lebensumfeld, die Kommune. Bund und Länder setzen hierzu Impulse wie z. B. „**Aktiv im Alter**" das Programm des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend oder in Bayern das Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen mit dem Leitfaden für **Kommunale Seniorenpolitik**. In dem den Städten, Märkten und Gemeinden in elf Handlungsfeldern aufgezeigt wird, wie sie den Herausforderungen in ihrer Kommune zukunftsorientiert und nachhaltig begegnen können.

Ältere Menschen sind aktiv wie nie zuvor. Sie wollen in der Gesellschaft mitgestalten und mitentscheiden. Sie erwarten aber auch, wenn ihre Kräfte nachlassen, Krankheit und Leiden die gesellschaftliche Teilhabe begrenzen, dass sie von der Allgemeinheit nicht alleine gelassen werden.

In unserem Landkreis bestehen bereits umfangreiche Angebote zur gesellschaftlichen Teilhabe und ein breites Netzwerk für Beratung, Versorgung, Hilfe und Pflege.

Mit der aktualisierten zweiten Auflage des „**Wegweisers für Senioren und Angehörige**" haben Sie ein Nachschlagewerk in der Hand, das Ihnen eine breite Informationsbasis bietet und mit Sicherheit auch viele Ihrer Fragen beantwortet. Der Wegweiser soll Ihnen **Orientierungs- und Hilfsmittel** sein in dem Sie nachschlagen können, wenn Sie Rat oder Unterstützung suchen. Bewahren Sie ihn deshalb so auf, dass er schnell für Sie greifbar ist.

Grußwort des Landrats

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

veränderter Arbeitsschutz, gesündere Ernährung, bessere medizinische Versorgung, und weitere Faktoren führen dazu, dass sich die Alterungsphasen des Menschen deutlich nach hinten verschieben. Es gibt eine neue längere dritte Phase ab dem 65. Lebensjahr, in der viele Menschen im Ruhestand aktiv leben. Dies untermauern auch die Zahlen aus unserem Landkreis: Die Zahl der über 65-jährigen ist seit 1970 von 9 771 auf 16 581 gestiegen. Dies ist eine erfreuliche Entwicklung. Dass die Zahl der Kinder unter 6 Jahren im gleichen Zeitraum von 7 617 auf 4 880 gefallen ist, sollte uns viel stärker als bisher zu Maßnahmen und Einrichtungen veranlassen, die es Frauen ermöglichen, Familie und Beruf miteinander in Einklang zu bringen.

Dieser neue und längere Lebensabschnitt für Senioren will und muss gestaltet werden. Auf den folgenden Seiten sind daher in diesem aktualisierten Wegweiser wieder alle wichtigen Informationen für Sie zusammengestellt, die Ihnen in vielerlei Bereichen nützlich und hilfreich sein können. Sie finden wertvolle Tipps und Adressen zu Themen wie „Wohnen im Alter“, „Hilfe bei Pflegebedürftigkeit“ ,Vorsorge und vielem mehr. Der Seniorenwegweiser geht damit speziell auf das im Alter immer stärker werdende Bedürfnis ein, im Bedarfsfall Unterstützung zu bekommen und sich gleichzeitig seine Selbständigkeit soweit wie möglich zu bewahren.

Diese Broschüre wird Ihnen dabei zweifelsohne ein nützlicher Begleiter sein. Ich freue mich ganz besonders, dass es uns wieder möglich ist, diese 2. Auflage als Service für unsere Bürgerinnen und Bürger anbieten zu können und bedanke mich bei allen, die an der Zusammenstellung dieses Leitfadens mitgewirkt haben, insbesondere bei der Initiativgruppe Seniorenleitbild mit ihrem Vorsitzenden Helmut Heller.

Ich hoffe, dass Sie die vielfältigen Möglichkeiten und Angebote nutzen und Ihnen dadurch zu mehr Lebensqualität verholfen werden kann.

Ich habe schon mehrfach versichert, dass der Landkreis Dingolfing-Landau die Belange seiner Senioren sehr ernst nimmt. So bezuschussen wir ambulante Pflegedienste mit sechsstelligen Summen pro Jahr, fördern Veranstaltungen von Vereinen, die der Vereinsamung alter Menschen entgegenwirken und betreiben als einziger Landkreis in Niederbayern, kreiseigene Seniorenheime. Für den Landrat und den Kreistag des Landkreises Dingolfing-Landau wird es ein Schwerpunkt der Landkreispolitik bleiben, die Lebensbedingungen für seine älteren Bürger so zu gestalten, dass sie so lange wie möglich ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben führen können.

In diesem Sinne wünsche ich allen Seniorinnen und Senioren ein sorgenfreies Leben bei hoffentlich bester Gesundheit.

Heinrich Trapp
Landrat

Grußwort der Initiativgruppe Seniorenleitbild

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

im November 2006 entwickelten 60 Bürger unseres Landkreises ein Leitbild für Senioren. Aus dieser Arbeit ging eine Arbeitsgruppe hervor, die in ehrenamtlichem Engagement dieses Thema weiter vorangetrieben hat.

Die Initiativgruppe „Seniorenleitbild des Landkreises" sieht es als eine der wichtigsten Aufgaben an, den Menschen Anregungen und Hilfestellungen zu geben, die aus welchen Gründen auch immer, nicht mehr in der Lage sind, ihren gewohnten Lebensinhalt so zu gestalten wie früher. Zum zweiten Mal legt der Landkreis den Wegweiser für Senioren auf. Das Heft behandelt eine beeindruckende Vielzahl an Themen und bietet eine Fülle von nützlichen Hinweisen, die es in dieser Aufbereitung und Aktualität sonst so nicht gibt.

Unsere Gesellschaft braucht mehr und mehr Angebote, die auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sind. Dank der vielen Debatten in der letzten Zeit ist es ja mittlerweile vielen bewusst, dass sich die Zusammensetzung unserer Bevölkerung wandelt. Das heißt, der Anteil derjenigen unter uns, die über 60 Jahre sind, nimmt langsam, aber stetig zu. Zudem sind familiäre Bande zwar nach wie vor stark, aber das Leben im Familienverband, speziell im ländlichen Raum, ist schon lange nicht mehr die Norm. Früher wurde es den Familien überlassen, sich um ältere Angehörige zu kümmern, die krank waren oder Unterstützung im Alltag benötigten. So ist das heute weder machbar noch zu erwarten.

Ältere Menschen legen – wie jüngere – großen Wert auf Selbstbestimmung. Sie wollen so lange und so weit es eben möglich ist, selbstständig handeln und in ihrem eigenen Umfeld leben, soweit es der gesundheitliche Zustand zulässt. Aber sie brauchen natürlich manchmal mit den Jahren zunehmend Unterstützung bei der einen oder anderen alltäglichen Verrichtung. Deshalb schätzen sie Angebote, die auf ihre spezifische Situation zugeschnitten sind oder ihrer Lebenseinstellung entsprechen. Wie aber findet man solche Angebote?

Diese Frage hilft der Senioren-Wegweiser zu beantworten.

Wir hoffen, dass der Wegweiser für Sie und Ihre Angehörigen stets eine hilfreiche Broschüre sein wird und bedanken uns bei den vielen Helfern, die allesamt ehrenamtlich an der Vorbereitung und Gestaltung des Wegweisers mitgewirkt haben. Unser besonderer Dank gilt all denjenigen, die mit ihren Inseraten und Anzeigen den Druck finanzierten.

Helmut Heller
Vorsitzender der „Initiativgruppe Seniorenleitbild"

Inhaltsverzeichnis

0. Ansprechpartner 7

1. Aktiv auch im Alter 10

Begegnungsstätten / Treffpunkte ... 10
Veranstaltungen für Senioren ... 10
Bildung ... 19
Ernährung im Alter ... 22
Kultur ... 23
Beratung rund ums Ehrenamt ... 25
Reisen ... 26
Bahn ... 28
Öffentlicher Nahverkehr ... 28
Sport und Bewegung ... 31

2. Beratung und Hilfe 35

Beratung zur Grundsicherung im Alter / Sozialhilfe ... 35
Finanzielle Vergünstigungen ... 35
Kriegsopferfürsorge ... 36
Psychosoziale Beratung ... 36
Rentenberatung ... 36
Schuldnerberatung ... 36
Schwerbehindertenberatung ... 37
Selbsthilfegruppen ... 37
Sozialberatungen der Wohlfahrtsverbände ... 40
Sozialpsychiatrische Beratung ... 42
Wohngeldberatung ... 42

3. Wohnen im Alter 43

Zu Hause wohnen ... 43
Betreutes Wohnen zu Hause ... 46
Betreutes Wohnen / Servicewohnen ... 46
Seniorengerechte Wohnungen (barrierefrei) ... 47
Kurzzeitpflege ... 47
Tagespflege ... 48
Seniorenwohn- und -pflegeheime ... 48
Wohnen und Pflege für Menschen mit geistiger Behinderung ... 50
Wohnen und Pflege für psychisch kranke Menschen ... 50

4. Ambulante Versorgung und Hilfeangebote 53

Hausnotruf ... 53
Mahlzeitendienste / Essen auf Rädern ... 53
Pflegedienste ... 53
Krankenfahrten ... 54
Sonder- / Behindertenfahrdienst ... 55
Unterstützung für Haus und Garten ... 55
Lokale Hilfs- und Dienstleistungen ... 55

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit 57

Kombinationsleistungen ... 57
Kurzzeitpflege ... 57
Pflegeberatung ... 58
Pflegegeld- / Pflegesachleistungen ... 58
Pflegehilfsmittel ... 58
Pflegekasse ... 59
Pflegekurse ... 59
Tagespflege ... 59
Verhinderungspflege / Urlaubspflege ... 59
Vollstationäre Pflege ... 59
Wohnungsanpassungsmaßnahmen ... 60
Zusätzliche Betreuungsleistungen ... 60

6. Vorsorge 63

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament 68

8. Hospiz / Palliativ 73

9. Todesfall 74

10. Persönlicher Notruf U3

Impressum ... U3

Branchenverzeichnis

Liebe Leser! Hier finden Sie eine wertvolle Übersicht, leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Dienstleistern, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter **www.alles-deutschland.de.**

Altenheime 49, U4
Ambulante Pflege 41, 62
Ambulanter Pflegedienst 56
Apotheke 5, 6, 41
Ärzte 61
Autohaus 33
Behindertenreisen 26
Bestattungen 75, 76
Bildung 21
Bio Obst und Gemüse 22
Computertomographie 61
Ergotherapie 16
Erwachsenenbildung 21
Fahrdienst 18, 41
Freizeitbad 33
Fußpflege 16
Heilbehandlung 16
Innenarchitektur 44
Internisten 17
Klinikum 52
Krankenfahrten 18
Krankengymnastik 16
Krankenhäuser 52
Krankenkasse 5
Kurzzeitpflege 46
Lieferservice für Bio-Obst 22
Logopädie 41, 61
Logopädische Praxis 61
Massage 16
Medizinische Fußpflege 16

Ihr kompetente Partner im Bereich Pflege und Pflegemittel

MARIEN-APOTHEKE
Ahornstraße 2 · 94437 Mamming
Tel.: 0 99 55 / 9 30 30 o. 12 12 · Fax 93 03 20
E-Mail: WeberRenate@t-online.de

BMW BKK
Freude ist ein starker Partner.

150.000
überzeugte Kunden!

Mengkofener Str. 6
84130 Dingolfing
www.bmwbkk.de

donauMED
Profitieren Sie als Versicherte der BMW BKK von den Vorsorgeangeboten unserer Partner, den Gesundheitsunternehmen in Niederbayern.

iprogema
Fragen Sie uns!

Praxisnetz Labertal
Unter der kostenlosen Servicenummer
0800- 1 12 82 40
stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Branchenverzeichnis

Fortsetzung von Seite 5

Mobilität....33
Nephrologie....17
Notar....68
Orthopädietechnik....6
Pflege....51, 62
Pflegeheime....38, 39
Pflegemittel....5
Physioklinik....16, 62
Radiologie....61
Sanitätshaus....6
Schluckbeschwerden im Alter....41
Schlüsselfertiges Bauen....44
Schule....21
Seniorenbildung....21
Seniorengerechter Umbau....44
Seniorengerechtes Bauen....44
Seniorenheime....38, 39, 49, 52, 62, U4
Seniorenreisen....27
Seniorenwohnheim....46, 51
Soziale Dienste....U2
Sozialstation....U2
Tagespflege....49
Trauerhilfe....76
Überführungen....75
Umzüge....6
Vorsorgeangebote....5
Wellness....33
Wohnungsauflösung....6

U = Umschlagseite

flohwa

Reinhard Kandziorra

Lärchenstr. 5
94522 Wallersdorf

www.flohwa.de
E-Mail: info@flohwa.de

Tel.: 09933 952719
Fax: 09933 952742
Mobil: 0171 6970922

Entrümpelung • Kleintransporte • Umzüge
Wohnungsauflösung • Hausmeisterservice

Wir beraten Sie in allen Gesundheitsfragen.

NEUE APOTHEKE
Apotheker Engelbert Klofat
Dingolfing • Fischerei 16
Telefon 0 87 31/23 14

SanitätsHaus
- alles für die Entspannung
- Bequemschuhe
- Medima-Wärmewäsche
- Kompressionsstrümpfe
- Bandagen
- Maßmieder, Leibbinden
- Ideen für Fitness und Wohlbefinden
- Geräte zur Gesundheitskontrolle
- Rücken gut, alles gut
- Brustprothetik

HomeCare
- künstliche Ernährung
- Stomaversorgung
- Inkontinenz
- Wundversorgung
- Tracheostomaversorgung

OrthopädieTechnik
- Fußeinlagen nach Computer-Scan
- Orthesenversorgung
- Korsett- und Miederfertigung
- Prothesenversorgung
- Orthopädie-Schuhtechnik
- Sitzschalenbau

RehaTechnik
- Mobilität, Gehhilfen
- Bad- und Toilettenhilfen
- Rollstühle
- Hilfen für die Pflege zu Hause

ZIMMERMANN
Gesundheit ■ Wohlfühlen ■ Lebensqualität

Geratsberger Straße 9 **Dingolfing**
Viehmarktstraße 4 **Landau**

www.zimmermann-vital.de

Ansprechpartner

Seniorenkontaktstelle, Seniorenbeirat und Seniorenbeauftragte
In unserem Landkreis sind sowohl im Landratsamt als auch in den Kommunen Ansprechpartner für Senioren benannt, die mit Rat und Tat zur Seite stehen. Nutzen Sie das Angebot und kontaktieren Sie die Damen und Herren. Sie nehmen Anregungen zur Seniorenarbeit aufgeschlossen entgegen und geben gerne Auskunft und Unterstützung bei Fragen oder Bedarf bei Hilfe im Alter.
Nutzen Sie die folgenden Kontaktadressen:

Landkreis Dingolfing – Landau

Seniorenkontaktstelle:
Landratsamt Dingolfing – Landau
Amt für Soziales und Senioren, Herr Hans Blastyak
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing, Tel.: 08731 87456
Erdgeschoss, Zimmer Nr. 44
E-mail: hans.blastyak@landkreis-dingolfing-landau.de
www.landkreis-dingolfing-landau.de

Stadt Dingolfing

Dr.Josef Hastreiter Straße 2, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 5010, www.dingolfing.de

Seniorenbeirat: Vorsitzender: Rudolf Furtner
Erlenweg 27, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 4554, E-mail: furtnerr@t-online.de
Vertreter: Günter Hartl
Szarstr. 28, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 73118

Markt Eichendorf

Marktplatz 5, 94428 Eichendorf
Tel.: 09952 93010
www.markteichendorf.de

Seniorenbeauftragte:
Zum Zeitpunkt der Überarbeitung nicht bestellt.

Markt Frontenhausen

Marienplatz 3, 84160 Frontenhausen
Tel.: 08732 92010
www.frontenhausen.de

Seniorenbeauftragte: Helga Mayer
Westendstraße 5, 84160 Frontenhausen
Tel.: 08732 1559
E-mail: helgasophiemayer@gmx.de

Gemeinde Gottfrieding

Dingolfingerstraße 18, 84177 Gottfrieding
Tel.: 08731 1204
www.gottfrieding.de

Seniorenbeauftragter: Josef Nirschl
Höhenweg 2, Tischling
Tel.: 08731 2184
Vertretung: Charlotte Dowrtiel
Tulpenweg 29, 84177 Gottfrieding
Tel.: 08731 6746
E-mail: charlotte.dowrtiel@t-online.de

Ansprechpartner

Stadt Landau
Oberer Stadtplatz 1, 94405 Landau
Tel.: 09951 9410, www.landau-lsar.de

Seniorenbeirat: Vorsitzender: Josef Aigner
Mammingerstr. 35, Zulling
94405 Landau
Tel.: 09951 7371
E-mail: Josef@Aigner-Zulling.de

Gemeinde Loiching
Kirchplatz 4, 84180 Loiching
Tel.: 08731 31970, www.loiching.de

Seniorenbeauftragte: Juliane Schütz
Lilienstraße 14, Kronwieden, Tel.: 08731 2544
E-mail: Juliane.Schuetz@gmx.de
Vertretung: Maria Wippenbeck
Unterwolkersdorf 5, Tel.: 08744 91236

Gemeinde Mamming
Hauptstraße 15, 94437 Mamming
Tel.: 09955 93110
www.mamming.de

Seniorenbeauftragter: Helmut Heller
Kirchweg 23, Tel.: + Fax: 09955 731
E-mail: Helmut@smartfreund.de
Vertretung: Hans Eichelmann
Steinzeitweg 12, Tel.: 09955 1673

Gemeinde Marklkofen
Bahnhofstraße 5
84163 Marklkofen
Tel.: 08732 91190
www.marklkofen.de

Seniorenbeauftragter: Otto Lommer
Warth, Sonnenstr. 24
Tel.: 08734 1202
E-mail: otto.lommer@gmx.de

Gemeinde Mengkofen
Von-Haniel-Allee 12, 84152 Mengkofen
Tel.: 08733 93880
www.mengkofen.de

Seniorenbeauftragter: Richard Baumgartner
Am Berg 10, 84152 Mengkofen
Tel.: + Fax: 08733 1095
E-mail: Richard-Baumgartner@t-online.de

Gemeinde Moosthenning
Rathausweg 2 Unterhollerau
84164 Moosthenning
Tel.: 08731 39000
www.moosthenning.de

Seniorenbeauftragter:
Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses nicht benannt.
Aktuelle Informationen erteilt die Gemeindeverwaltung.

Ansprechpartner

Gemeinde Niederviehbach
Schulstraße 1
84183 Niederviehbach
Tel.: 08702 791
www.niederviehbach.de

Seniorenbeauftragter: Georg Sedlmaier
Bindergraben 8
84183 Niederviehbach
Tel.: 08702 3309
E-mail: schorsch.nvb@t-online.de

Markt Pilsting
Marktplatz 8 – 12
94431 Pilsting
Tel.: 09953 93010
www.pilsting.de

Seniorenbeauftragter: Albert Störringer
Großköllnbach
Leonsbergerstr. 15a
94431 Pilsting
Tel.: 09953 709
E-mail: Albert-Störringer@t-online.de

Markt Reisbach
Landauerstraße 18
94419 Reisbach
Tel.: 08734 490
www.reisbach.de

Seniorenbeauftragter: Klaus Böhm
Englmannsberg, Dingolfingerstraße 103
94419 Reisbach
Tel.: + Fax: 08734 7088
E-mail: Boehm.Klaus.u.Carmen@t-online.de

Markt Simbach
Eggenfeldenerstraße 1
94436 Simbach
Tel.: 09954 93080
www.markt-simbach.de

Seniorenbeauftragte: Edeltraud Valtl
Kerschl 90, 94436 Simbach
Tel.: 09954 1202
E-mail: traudl11@freenet.de

Markt Wallersdorf
94522 Wallersdorf
Marktplatz 19
Tel.: 09933 95100
www.markt-wallersdorf.de

Seniorenbeauftragter: Franz Weinzierl
Moosfürtherstraße 26
Tel.: 09933 1504
E-mail: Info@wallersdorfer-backhaus.de
Vertretung: Anneliese Weinberger
Alfons-Stadler-Str. 17, Tel.: 09933 441
E-mail: a-m.weinberger@t-online.de

1. Aktiv auch im Alter

Wer Anteil nimmt am Leben ringsum, wer Kontakte und Freundschaften pflegt, wer vielfältige Möglichkeiten nutzt, Sinnvolles und Nützliches zu tun, wer sich für andere engagiert und auch die schönen Dinge und Erfahrungen zu genießen versteht, der bleibt innerlich jung und ist weniger anfällig für Krankheiten. Ausgehend von diesen Erfahrungen gibt es in unseren Städten, Märkten und Gemeinden viele Angebote. Diese reichen von Beratung zu Themen im Alter über Freizeitgestaltung bis hin zu Begegnungsstätten und Clubs, die allen interessierten Senioren offen stehen.

Begegnungsstätten / Treffpunkte

Von freien Verbänden, Kirchengemeinden, Kommunen und Senioreneinrichtungen wird eine Vielzahl von Veranstaltungen und Aktivitäten angeboten. Die Gruppen bieten Kontakt zu Gleichaltrigen. Oft findet man dort neben Gemütlichkeit auch Partner für Spiel und Unterhaltung, man kann Vorträge hören, Erfahrungen austauschen und viel Neues erfahren.

Veranstaltungen für Senioren – Treffs, Clubs, Stammtische

In unserem Landkreis besteht in den Städten, Märkten und Gemeinden ein breites Angebot für Senioren. Die Arbeit basiert im Wesentlichen auf ehrenamtlichem Engagement, das sowohl über Kommunen, Vereine und Verbände, als auch von kirchlichen Einrichtungen angeboten und getragen wird. Die folgenden Auflistungen beschränken sich auf Schwerpunkte und Hauptansprechpartner. Da die örtlichen Angebote naturgemäß einem stetigen Wandel unterliegen, empfehlen wir, dass Änderungen, aktuelle Ansprechpartner und geplante Aktivitäten bei den Seniorenbeiräten und

1. Aktiv auch im Alter

Seniorenbeauftragten, bei der Stadt bzw. Gemeindeverwaltung oder den Pfarrämtern erfragt werden. Darüber hinaus werden Veranstaltungen über die örtliche Presse bekannt gegeben.

Für diesen Wegweiser wurden uns aus den Städten, Märkten und Gemeinden folgende Angebote gemeldet:

Stadt Dingolfing

Seniorenstammtisch: Seniorenbeirat
Cafe Bachmeier, Dienstag 15.00 Uhr
Gesell. Beisammensein

Markt Eichendorf

Seniorenclub Eichendorf: Margret Pöppel
Tel.: 09952 909184
Gasthaus (im Wechsel), jeden 2. Donnerstag im Monat
Vorträge, Feiern im Jahreskreis, gesell. Beisammensein

Seniorenclub Aufhausen: Margarete Wimmer
Tel.: 09956 726, einmal im Monat
Gesell. Beisammensein

Rentnertreff Wannersdorf: Gasthaus Greiner
Tel.: 09952 529 od. 1351
jeden Mittwochnachmittag
Gesell. Beisammensein

Seniorentreff Prunn: Vereinsheim
jeden Donnerstag, Gesell. Beisammensein

Rentnertreff Kröhstorf: Rudi Neubert
Tel.: 08547 7102
Jeden 3. Mittwoch im Monat, Gesell. Beisammensein

Markt Frontenhausen

Rot-Kreuz-Treff: Pauline Lison
Tel.: 08732 2696
Gasthaus (im Wechsel), einmal im Monat
Siehe Tagespresse

VdK-Stammtisch: Herbert Oalling
Tel.: 0151 55610688
Gasthaus (im Wechsel), einmal im Monat
Siehe Tagespresse

Seniorenheim Frontenhausen
Offener Seniorennachmittag in der Cafeteria
Tel.: 08732 93790-0
Siehe Tagespresse
www.seniorenheim-frontenhausen.de

Gemeinde Gottfrieding

Seniorentreffen: Charlotte Dowrtiel
Tel.: 08731 6746
Einmal im Monat, Pfarrei, Gemeinde, KEB
Vorträge, Feste, Fahrten

Stammtisch: VdK Ortsverein
Jeden 1. Dienstag im Monat,
gesell. Beisammensein, Kartenspielen

1. Aktiv auch im Alter

Stadt Landau

Altersverein: Karl Heinz Kerscher
Tel.: 09951 1030
Bürgerfeld 1, Landau

Altenclub St. Maria: Johanna Zellner
Tel.: 09951 1464
Magzinstraße 13, Landau

Arbeiterwohlfahrt-Seniorengruppe:
Ruth Wolferseder
Tel.: 09951 5737
Theresienplatz 5, Landau

BRK Seniorenclub: Franziska Christlmaier
Tel.: 09951 1890
Steinfelsstraße 8, Landau

Caritasverband Isar-Vils: Josef Brunner
Tel.: 09951 98510
Dr.-Godron-Straße 3, Landau

Seniorenclub Mettenhausen: Rudolf Reisinger
Tel.: 09956 252
Milchstraße 3, Mettenhausen

Seniorenkreis der Arbeiterwohlfahrt:
Werner Hermann
Tel.: 09951 5530
Dammstraße 6, Landau

Seniorenkreis der evang. Gemeinde: Erna Niederl
Tel.: 09951 5874
Theresienhöhe 26, Landau

Volkstanz-/Seniorentanzkreis: Alfred Steiner
Tel.: 09951 8708
Baderallee 21, Landau

VdK Ortsgruppe Landau: Wolfram Volkholz
Tel.: 09951 690045
Königsberger Str. 16, Landau

Gemeinde Loiching

Seniorentreff Loiching: Juliane Schütz
Tel.: 08731 2544
Pfarrheim Loiching
alle drei Wochen Donnerstagnachmittag
Vorträge, Unterhaltung, Ausflüge, Reisen

Seniorenclub Wendelskirchen:
Maria Wippenbeck
Tel.: 08744 91236
Pfarrheim Wendelskirchen
alle drei Wochen Nachmittag
Vorträge, Unterhaltung, Ausflüge

Gemeinde Mamming

VdK Stammtisch: VdK Ortsverein
Gasthaus Apfelbeck
jeder 2. Mittwoch im Monat

1. Aktiv auch im Alter

Gemeinde Marklkofen

Rentnerfrühschoppen:
14-tägig
gesell. Beisammensein, Kartenspielen

Gemeinde Mengkofen

„Treff gemeinsam erleben“: Richard Baumgartner
Tel.: 08733 1095
Gasthaus (im Wechsel)
jeden 3. Montag im Monat, 14.00 Uhr
Vorträge, Fahrten, Informationen, Unterhaltung
gesell. Beisammensein

„Treff Spiele und Wissen“: Richard Baumgartner
Tel.: 08733 1095
Pfarrheim
Okt. bis April jeden 1. Montag im Monat, 14.00 Uhr
Brettspiel, Kartenspiele, Gedächtnistraining, Handarbeiten

Rentnerstammtisch Mengkofen: Gottfried Aufleger
Tel.: 08733 623
Gasthaus Grafwallner
jeden 2. Freitag im Monat 18.00 Uhr
Kartenspiele, gesell. Beisammensein

„Treff 55“ in Obertunding: Rupert Haselbeck sen.
Tel.: 08733 454
Gasthaus „Zum Igelbrunnen“/ Loichinger
einmal im Monat
Geburtstagsfeiern, gesell. Beisammensein.

Altennachmittag – Martinsbuch: Hilde Stelzer u. PGR
Tel.: 08733 728
Vereinsheim, jeden 1. Mittwoch im Monat 14.00 Uhr
Kommunionfeier und anschl. Zusammensein bei
Kaffee und Kuchen

Seniorennachmittag – Steinbach: Geschw. Bergwinkl
Tel.: 08774 1087, Gasthaus Bergwinkl, einmal im Monat
nachmittags Geburtstagsfeiern, gesell. Beisammensein.

Cafeteria Seniorenheim St. Antonius:
Landfrauen u. Karoline Eichner
Tel.: 08733 93910
St. Antoniusheim, Okt. bis April Mittwoch
einmal im Monat,
Unterhaltung bei Kaffee und Kuchen

Gemeinde Moosthenning

„Treff 55“ Lengtal: Freitag Jungbauer u. Mitterer
Tel.: 08731 9551
einmal im Monat
Ausflüge, Spiele, Kaffee und Kuchen

Seniorenclub Ottering: Alois Heilmeier
Tel.: 09953 465
einmal im Monat
Kurzausflüge, Spiele usw.

Seniorenclub Moosthenning: PGR Moosthenning
einmal im Monat, gesell. Beisammensein

1. Aktiv auch im Alter

VdK-Stammtisch: Walter Sprenger
Tel.: 08731 91463
Gasthaus Scheugenpflug Dreifaltigkeitsberg
1. Montag im Monat
Gesell. Beisammensein

Gemeinde Niederviehbach

BRK-Seniorenclub: Josef Neumayr
Tel.: 08702 2768
Jeden 2. Mittwoch im Monat
Vorträge, Unterhaltung, Fahrten

Seniorenstammtisch „Binderbräu“
Fam. Daffner
Tel.: 08702 2255
Jeden Dienstag
Unterhaltung, Kartenspielen

Markt Pilsting

Seniorenclub Pilsting: Adam Edenhofer
Tel.: 09953 1362
Pfarrsaal
jeden 2. Mittwoch im Monat, Nachmittag
Filme, Vorträge, Unterhaltung, usw.

Seniorengruppe Großköllnbach: Johanna Schwarz
Tel.: 09953 1030
Gasthaus Brunner
einmal im Monat, Nachmittag
Vorträge, Unterhaltung, Kaffee, usw.

Markt Reisbach

VdK-Stammtisch: Klaus Böhm
Tel.: 08734 7088
Jeden Monat
(Ort, Themen und Termin siehe Tagespresse)

Seniorenclub Reisbach: Thea Schweikl
Tel.: 08734 540
Reisbach

Seniorenclub Griesbach: Zenta Kopp
Tel.: 08734 667
Einmal im Monat im Gasthaus zur Post

Seniorengemeinschaft Holzland: Gasthaus Gschaider
Tel.: 08735 368
Am Wirtsberg 6, Haberskirchen
Jeden Dienstag 13.30 Uhr

Markt Simbach

Altenclub Simbach: Anton Frischhut
Tel.: 09954 90154
Ort und Termine siehe Tagepresse
Ausflüge, Treffen, Geburtstagsfeiern

Seniorenclub Haunersdorf: Paula Ettengruber
Tel.: 09956 703
Jeden 2. Mittwoch im Monat
gesell. Treffen

1. Aktiv auch im Alter

Rentnertreff Haunersdorf: Hermann Zurzlmeier
Tel.: 09956 440
Zweimal im Monat Dienstag gesell. Treffen

Markt Wallersdorf

Seniorentreff: Waltraud Flexeder
Tel.: 09933 1549
Pfarrheim, einmal monatlich
Dienstag: Informationen u. gesell. Beisammensein

Seniorentreff: Anneliese Weinberger
„Kunterbunt ab 60“ trifft sich jeden zweiten Donnerstag im Monat in einem Gasthaus und einmal im Monat Besuch einer kulturellen Veranstaltung, Informationen in der Presse oder bei Anneliese Weinberger, Tel.: 09933 441

Spielenachmittag: Waltraud Flexeder
Tel.: 09933 1549
Pfarrheim, einmal monatlich, Montag

Seniorentreff Haidlfing: Josef Kronschnabel
Tel.: 09933 902264, einmal im Monat

„Cafeteria“: Caritas Seniorenheim
Tel.: 09933 953900, einmal im Monat

Seniorentreff Ettling: Martina Dorfmeister
Tel.: 09937 1359, einmal im Monat

Was ist Ergotherapie?

Ergotherapie wird vom Arzt verordnet und hilft, nach Krankheit wieder selbständiger zu werden: Greifübungen nach Schlaganfall, bei Arthrose oder z.B. bei MS. Übungen mit dem sog. „Fixierbrett“, um sich Mahlzeiten wieder selbst zubereiten zu können und Flaschen oder Gläser selbst öffnen zu können. Dazu aber auch z.B. Training der Merkfähigkeit.

Praxis für Ergotherapie
Robert Härtinger &Team

Dingolfing:
08731 3260458
Mengkofen:
08733 939390
Teisbach:
08731 40864
Alle Kassen
Beratung
Behandlung

Karlheinz Brachner

Physiotherapeut

Weidenstraße 18a
84130 Dingolfing
Telefon 0 87 31 / 54 64
K-H.Brachner@gmx.de

- Krankengymnastik
  - nach Brügger
  - nach Cyriax
  - Atemtherapie
  - Rückenschule
  - Schlingentisch
  - Dorn-Therapie
  - nach osteopathischen Gesichtspunkten
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
  - ZNS nach Bobath
- Krankengymnastik mit Gerät
- Kiefergelenkbehandlung
- Beckenbodentherapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Medizinische Massagen
- Hausbesuche

PODOLOGIE PRAXIS GASSMANN
(Med. Fußpflege)

Auch Diabetes, alle Kassen
Marienplatz 6 • 94405 Landau a.d. Isar
Fon: 09951 60 33 990
Termin nach Vereinbarung

Das **PhysioCenter** in Dingolfing ist nicht nur in Sachen Sport Ihr kompetenter Ansprechpartner. Unsere Physiotherapeuten bieten Ihnen eine Vielzahl an Leistungen aus dem Bereich Physiotherapie, Prävention, Rehasport und Fitness. Verschiedene Massagen (z.B. die Akupunkt-Massage n. Penzel) runden unser Angebot ab. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

PhysioCenter Dingolfing
Marienplatz 28 . 84130 Dingolfing
Fon 0 87 31 / 39 35 10

Vertrauen schaffen durch Informationen – zum Wohle der Patienten

Ihr Einblick in die Kliniken Deutschlands

- Einblick in Ihre Klinik
- Medizinische Fachbegriffe
- Infos zum Klinikaufenthalt
- Infos zu vielen Gesundheitsthemen
- Branchenverzeichnis der Geschäftspartner und Dienstleister im Einzugsgebiet Ihrer Klinik

www.klinikinfo.de

allesdeutschland | Weitere Informationen finden Sie unter: www.alles-deutschland.de

Wasser ist Leben

Praxis für Nieren- und Hochdruckkrankheiten
Schwerpunktpraxis Diabetologie

Dr. med. Jürgen R. Braun
Dr. med. Roman Lohmaier

Dingolfing | Landau a. d. Isar

Wir wenden uns Ihnen zu und hören aufmerksam hin. Denn im Mittelpunkt unserer Bemühungen stehen Sie, der Patient als Mensch.

Wir bieten Ihnen in unseren Praxen in Dingolfing und Landau a.d. Isar:

- **Ausführliche Beratung und Aufklärung über Möglichkeiten zur Früherkennung und Vorbeugung von Nieren- und Hochdruckerkrankungen**
- **Umfangreiche diabetologische Diagnostik und Therapie**
- **Modernste Geräte**
- **Freundliche und kompetente Mitarbeiter**
- **Höchste Wasserqualität** (Fresenius Referenzpraxis)
- **Sämtliche Blutreinigungsverfahren (Hämo-/Heim-Hämodialyse, Bauchfelldialyse, Aphereseverfahren)**
- **Flexible Dialysezeiten** auch spätabends für Berufstätige
- **Transplantationsvorbereitung, -anmeldung und umfassende Nachsorge**
- **Sport und Bewegungstherapie während der Dialysebehandlung**
- **Individuelle Ernährungsberatung** bei Übergewicht, Diabetes und Nierenerkrankungen
- Sämtliche Behandlungsräume **vollklimatisiert**
- **Zertifizierte Qualitätssicherung** zu Ihrem Wohle

i-med-cert

Dr. med. Jürgen R. Braun
Internist-Nephrologie
Diabetologe DDG
Ernährungsmediziner (DGEM)
männerarzt cmi e.V.
Hypertensiologe – DHL

Dr. med. Roman Lohmaier
Internist-Nephrologie
Diabetologe DDG
Psychotherapie

Dialyse Dingolfing
Aitrachstraße 5
84130 Dingolfing
Telefon 0 87 31 / 39 45-67
Telefax 0 87 31 / 39 45-68
www.dialyse-dingolfing.de
info@dialyse-dingolfing.de

Dialyse Landau/Isar
Bayerwaldring 17 (im KKH)
94405 Landau a. d. Isar
Telefon 0 99 51 / 60 393-0
Telefax 0 99 51 / 60 393-25
www.dialyse-landau.de
info@dialyse-landau.de

Teilnehmer der Qualitätsmaßnahme
Belastungs-EKG
Qualitätsgesicherte Basisdiagnostik

männerarzt cmi e.V.

Mitglied im Verband DEUTSCHE NIERENZENTREN der DDnÄ e.V.

fahrdienste emma

tel. 08731/ 323 693

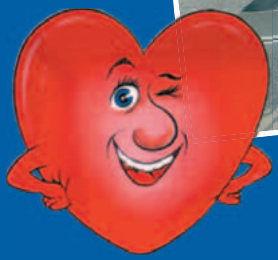
emir mazrekaj • dingolfing • gobener weg 16b

krankenfahrten

chemotherapie
dialyse
bestrahlung
reha-maßnahmen
arztfahrten

bei bedarf in rollstuhlgerechten fahrzeugen

nach vorheriger genehmigung ihrer krankenkasse und einer verordnung zur krankenbeförderung vom hausarzt rechnen wir direkt mit ihrer kasse ab.



kompetent und voller herzlichkeit

flughafentransfer

besorgungsfahrten

kurierdienst

schülerbeförderung

fahrservice zu hochzeiten, volksfesten etc.

1. Aktiv auch im Alter

Bildung

Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Denn viele Menschen haben erst im Alter die Zeit und die Muße sich schon lang erwünschtes Wissen anzueignen. Sei es das Hobby zu perfektionieren oder etwas zu lernen, was man schon immer können wollte. Mit Gleichgesinnten zu lernen, bringt nicht nur neue menschliche Kontakte, sondern auch die Herausforderungen, die zur sinnvollen Beschäftigung anreizen und somit zu mehr Zufriedenheit führen.

Bibliotheken:
Unter den vielen Medien gibt es für Senioren, die in ihrem Sehvermögen beeinträchtigt sind, auch Romane im Großdruck, ferner Hörbücher, Sachliteratur, darunter viele spezielle Seniorenratgeber, Hobby und Fachzeitschriften, regionale und internationale Zeitungen, Rad und Wanderkarten sowie Stadtpläne. Außerdem findet man dort auch Literaturverfilmungen, Sachvideos und CDs. Die Bibliotheken in den Städten, Märkten und Gemeinden unseres Landkreises führen unterschiedliche Angebote und sind auf die Benutzung durch alle Zielgruppen ausgerichtet.

Kreisbücherei
Dingolfing, Kerschensteinerstraße 6
Tel.: 08731 397546

Markt Eichendorf, Pfarrbücherei
Pfarrgasse 10, Tel.: 09952 9099218
E-Mail: Buecherei.Eichendorf@Bistum-Passau.de

Stadt Landau, Stadtbücherei
Oberer Stadtplatz 18, Tel.: 09951 601479
www.landauisar.de

Stadtbücherei, St. Johannes
Straubinger Straße 20 (Pfarrzenturm), Landau

Gemeinde Mamming, Gemeindebücherei
Schulgasse 8 (Hauptschule EG), Tel.: 09955 991117
www.mamming.de, z. Zt. wegen Umbau geschlossen, Neueröffnung Frühjahr 2011, bitte Presse beachten

Gemeinde Mengkofen, Seniorenbücherei
Pfarrheim, von-Haniel-Allee, Tel.: 08733 1095

Gemeinde Moosthenning, Gemeindebücherei
Unterhollerau, Lengthalerstr. 19, Tel.: 08731 91636
www.moosthenning.de

Gemeinde Niederviehbach, Gemeindebücherei
Schulstraße 1, Tel.: 08702 94861-18
www.niederviehbach.de

Markt Pilsting, Marktbücherei
Lindenstr. 1 (Volksschule), Tel.: 09953 932030
www.pilsting.de

Markt Reisbach, Marktbücherei
Frontenhausener Straße 4, Tel.: 08734 490
www.reisbach.de

1. Aktiv auch im Alter

Markt Simbach, Gemeindebücherei
Marktplatz 1, Tel.: 09954 93080
www.marktsimbach.de

Markt Wallersdorf, Marktbücherei
Marktplatz 19, Tel.: 09933 902274
www.marktwallersdorfde

Kurse und Seminare
Caritasverband Dingolfing
Seniorengruppenleitertreffen, jeweils Frühjahr und Herbst
Termine können beim Caritasverband erfragt werden:
Tel.: 08731 31600, E-Mail: asb@caritas-dingolfing.de

Katholische Erwachsenenbildung (KEB) Dingolfing-Landau
Kirchgasse 8, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 74620
E-Mail: info@kebdingolfinglandau.de
www.kebdingolfinglandau.de

- **Spezielles aktuelles Angebot für Senioren:**
  Lebensqualität fürs Alter (LeA) ist ein ganzheitliches Trainingsprogramm in kleinen Gruppen für Älter werdende. Körper, Geist und Seele werden durch gezielte Übungen angesprochen und trainiert. Das Trainingsprogramm verknüpft vier Bereiche systematisch miteinander: Gedächtnistraining, Alltagsfähigkeiten Training, Bewegungstraining und Auseinandersetzung mit Sinn und Glaubensfragen. Alle Bereiche sind lebenspraktisch ausgerichtet und ergänzen sich zu einem sinnvollen Ganzen.
- **Die KEB vermittelt** gerne auf Anfrage mögliche Themen mit Referenten für ihre Gruppe oder Verein. Die Vortrags- und Schulungsangebote werden in den jeweiligen Halbjahresprogrammen veröffentlicht. Die Programme liegen in den Pfarrgemeinden auf. Die KEB bieten bei entsprechender Nachfrage auch spezielle Kurse z.B. LEA,…. Vor-ort in den Märkten und Gemeinden an.

Evangelische Erwachsenenbildung
www.ekd.de/studiumbildung/ Erwachsenenbildung

Volkshochschulen
Zweimal im Jahr veröffentlichen die Volkshochschulen Dingolfing und Landau neue Programme. Im August erscheinen die Bildungskataloge für Herbst und Winter, im Januar die Bildungskataloge für Frühjahr und Sommer. Erhältlich sind die Hefte stets kostenlos in den Rathäusern, bei Banken, Ämtern und zahlreichen Geschäften.

Selbstverständlich findet man die kompletten Programme immer auch im Internet, wo man sich auch gleich bequem von zu Hause aus zu den gewünschten Kursen anmelden kann. Grundsätzlich sind sämtliche vhs-Veranstaltungen mit Ausnahme der Kinderkurse offen für alle Altersgruppen. Spezielle Kursangebote für Frauen und Männer ab etwa 55 Jahren sind im jeweiligen „Seniorenprogramm“ zusammengefasst, insbesondere in den Bereichen „EDV“, „Sprachen“ und „Gesundheit“.
Schauen Sie doch einfach mal vorbei!
Wir freuen uns auf Sie und beraten Sie gern.

1. Aktiv auch im Alter

Kommunale Volkshochschule Dingolfing e.V.
84130 Dingolfing, Stadionstraße 50
Tel.: 08731 60809, Fax: 08731 40299
E-Mail: info@vhs-dingolfing.de
www.vhs-dingolfing.de

Verbands-Volkshochschule Landau a. d. Isar e.V.
94405 Landau, Fleischgasse 60
Tel.: 09951 90180, Fax: 09951 90181
E-Mail: info@vhs-landau.de
www.vhs-landau.de

Hanns-Seidel-Stiftung e.V.
Lazarettstraße 33
80636 München
Tel.: 089 12580
E-Mail: info@hss.de, www.hss.de

Friedrich-Ebert-Stiftung Bonn
Godesberger Allee 149
53175 Bonn
Tel.: 0228 8830
www.fes.de

Die vhs Volkshochschulen

Verbands-Volkshochschule Landau a. d. Isar e.V.
94405 Landau, Fleischgasse 60
Telefon: 09951 90180
Telefax: 09951 90181
E-Mail: info@vhs-landau.de
Internet: www.vhs-landau.de

Wissen und mehr

Kommunale Volkshochschule Dingolfing e.V.
84130 Dingolfing, Stadionstraße 50
Telefon: 08731/60809
Telefax: 08731/40299
E-Mail: info@vhs-dingolfing.de
Internet: www.vhs-dingolfing.de

KEB
Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Dingolfing-Landau e.V.

Informieren Sie sich über unser Bildungsangebot:

Lebensqualität fürs Alter

QUALIFIZIERUNGSKURS ZUR SENIORENBEGLEITUNG

Auf Wunsch schicken wir Ihnen gerne unser Programm zu:
Tel.: 08731 74630
Internet:
www.keb-dingolfing-landau.de

1. Aktiv auch im Alter

Ernährung im Alter

Essen und Trinken haben im Alter besondere Bedeutung. Wer richtig isst, hat auch mehr Spaß im Leben, weil er gesünder und damit fröhlicher bleibt. Die Gefahr der Fehlernährung nimmt im Alter wegen des nachlassenden Hunger und Durstgefühls und wegen des veränderten Energiebedarfs zu. Spezielle Ernährungstipps zum Beispiel bei Osteoporose, Diabetes, hohem Blutdruck, erhöhtem Cholesterinspiegel etc. erhält man unter anderem bei folgenden Beratungsstellen:

Alexandra Witzlinger: Johannes Apotheke
Dingolfing, Tel.: 08731 1315

Dr. Peter Schmidtmüller: Maien Apotheke
Frontenhausen, Tel.: 08732 1334

Ruth Schmidt: Sebastiani Apotheke
Frontenhausen, Tel.: 08732 1470

Karin Lauterbach: Marien Apotheke
Mamming, Tel.: 09955 93030 oder 1212

Bio bringt´s – wir bringen Bio

Erleben Sie, wie einfach es ist, sich gesund zu ernähren

FRISCH AUF DEN TISCH
Einmal pro Woche oder 14tägig bringt Ihnen unser freundlicher Fahrer Ihre Biokiste direkt ins Haus. Fragen Sie nach Ihrem persönlichen Liefertag! Bei Ankunft der Biokiste müssen Sie nicht zu Hause sein, Ihre Bestellung wird an einem vorher vereinbarten (möglichst geschützten) Platz abgestellt.

ÄNDERN, UMBESTELLEN, PAUSIEREN – KEIN PROBLEM
Ob überraschender Besuch, kurzfristige Reisen, Feier oder Festmahl..., bis einen Tag vor Auslieferung werden Ihre Wünsche berücksichtigt. Sie können beispielsweise das Sortiment wechseln, Zusatzprodukte (z. B. Brot, Eier, Käse...) bestellen, den Lieferturnus ändern oder eine Pause ankündigen. Anruf, Fax oder E-Mail genügt.

DETAILLIERTE ABRECHNUNG
Mit jeder Lieferung erhalten Sie auch eine genaue Übersicht über alle gelieferten Artikel, deren Herkunft und Preise, sowie ein passendes Kochrezept. Pro Lieferung bezahlen Sie eine Lieferpauschale von nur 1,50 €. Bei Erstlieferung erheben wir ein Kistenpfand von 10,- €.

ABWECHSLUNGSREICH UND FRISCH
Für jeden gibt es eine passende Kiste: aufeinander abgestimmte Obst- und Gemüsekompositionen der Jahreszeit entsprechend. Dabei werden Ihre Vorlieben und Abneigungen („Schreckgespenster") von uns gerne berücksichtigt.
Alle Bioprodukte werden erntefrisch verpackt und am Folgetag schnellstmöglich ausgeliefert, dadurch können wir vitaminreiches Obst und knackiges Gemüse garantieren.

UNSER ZUSATZANGEBOT
Zu jeder Kiste können Sie beliebige Waren aus unserem großen Angebot auswählen. Bestellen Sie nach Herzenslust Brot, Käse, Milchprodukte, Eier, Fleisch, Getränke und viele Produkte aus unserem Hofladen.

1. Aktiv auch im Alter

Gregor Nagelstutz: Apotheke zur Post
Apotheker und Ernährungsberater
Mengkofen, Tel.: 08733 92280

Angela Prechtl: Brunnen Apotheke
Fachapothekerin für allg. Pharmazie und Ernährungsberaterin
Reisbach, Tel.: 08734 1588

Norah Dotzauer: Engel Apotheke
Reisbach, Tel.: 08734 200

Dr. Jürgen Schwendinger: Antonius Apotheke
Lebensmittelchemiker und Ernährungsberater
Wallersdorf, Tel.: 0172 8308166

Rotraud Bruckmoser: Ernährungsberaterin, Qigong-lehrerin und Beckenbodenkursleiterin
Dornwang, Tel.: 08731 91481

Rosemarie Schwarz: Dipl.-Ökotrophologin
Ernährungsberatung, Landau, Tel.: 09951 600821

Elisabeth Betz: Dipl.-Ökotrophologin
Ernährungsberatung
Landau, Kleegarten, Tel.: 09951 603639

Andrea Götz: Dipl.-Ökotrophologin
AOK-Ernährungsberatung
Tel.: 08731 5070, 09951 98810, 09421 865147

Kultur

Kultur vermittelt nicht nur Wissen. Sie ist der Ausdruck einer Gesellschaft und somit Bestandteil unseres Lebens. Viele Menschen nutzen die kulturellen Angebote nach dem aktiven Berufsleben wieder stärker. Man hat einfach mehr Zeit und Muße um interessante Ausstellungen zu besuchen, ins Theater oder Konzert zu gehen oder auch eine Zirkus oder Varietévorstellung zu besuchen. Sicher kennt auch nicht jeder alle Sehenswürdigkeiten in der näheren oder weiteren Umgebung.

Führungen / Sehenswürdigkeiten
(Tourismusverband DGF bzw. LRA) Stadtarchiv
Tourismusreferat und Informationszentrum
Stadt Dingolfing
u. a. Konzerte, kulturelle Veranstaltungen: Tanja Wagner
Bruckstadel, Dingolfing
Tel.: 08731 327100
E-Mail: dingolfing.de Touris@Dinolfing.de

Tourismusreferat Landkreis Dingolfing / Landau
Heidemarie Feicht
Bruckstadel, Dingolfing
Tel.: 08731 327100
www.ferienlanddingolfinglandau.de

Kulturamt Landau
Alois Streifeneder
Tel.: 09951 941115, www.landauisar.de

1. Aktiv auch im Alter

Kreisarchäologie
Dr. Ludwig Kreiner
Tel.: 08731 393855, www.landkreisdingolfinglandau.de
E-Mail: archaeologie Dingolfing@t-online.de

Weitere Informationen erhalten Sie in Ihrer jeweiligen Kommune.

Konzerte / Musikveranstaltungen
Kulturinitiative e. V.: Hartmut Heder
Marienplatz 11, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 40153, www.kulturini.de

Alois Streifeneder: Landau
Tel.: 09951 941115, www.landauisarde

Kukiduu: Josef Kronbeck
Tel.: 08731 8939, www.kukiduu.de

Lesekreise / Autorenlesungen
Bücherladen Dingolfing: Hartmut Heder
Telefon 08731 40153, www.buela.de

Cactus Buchladen Landau: Jutta Poetschke
Tel.: 09951 6844

Museum
Stadtarchiv und Museum Dingolfing
Obere Stadt 19, Tel.: 08731 312228
Leitung: Georg Rettenbeck, www.museum-dingolfing.de

Fahrzeugmuseum, KFM Kraxenberger
Tel.: 08731 392970
Unterhollerau, Buchbergerweg 11, Moosthenning
E-Mail: info@carhostory.de

Busmuseum Auwärter
Pilsting, Frühjahr bis Herbst Termine nach Vereinbarung
Konrad Auwärter, Tel.: 09953 980034

Museum Landau
Kastenhof Landau, Tel.: 09951 2385
Leitung: Walter Fischer, www.kastenhof.landauisar.de

Heimatmuseum Landau
Tel.: 09951 59737

Vilstaler Bauernmuseum
in Kröhsdorf, Tel.: 09952 477

Haus der Natur
in Eichendorf, Tel.: 09952 477

Theater / Laienspielgruppen
Bergstadttheater Landau: Günther Schmid
Gartenstr. 6, Landau, Tel.: 09951/7693

Kulturamt Dingolfing: Werner Müller
Tel.: 08731 501123, www.dingolfing.de

Kulturamt Landau: Alois Streifeneder
Tel.: 09951 941115, www.landauisarde

Kompostler Frontenhausen: Markus Renkl
(Kabarett, Lesungen, Musik)
Tel.: 08732 939726, www.kompostler.de

1. Aktiv auch im Alter

Beratung rund ums Ehrenamt

Auch im Alter mitten im Leben

Jahrzehnte von Lebens- und Berufserfahrung bringen einiges Expertenwissen hervor! Ob als Schülerpate, Berater bei Behördengängen, Leih-Oma oder -Opa: Es gibt genügend Tätigkeitsfelder, in denen Ihre Lebenserfahrung Gold wert ist.

Wenn Sie auf der Suche nach einer sinnvollen Aufgabe sind, hilft Ihnen die FreiwilligenAgentur Dingolfing-Landau gerne weiter.

Auch wenn Sie nicht an einem Ehrenamt interessiert sind, lohnt ein Blick in die FreiwilligenAgentur: Wir bemühen uns stets, für Senioren spezielle Computerkurse, Unterstützung im Rahmen der Nachbarschaftshilfe und Ähnliches auf die Beine zu stellen. Nehmen Sie also einfach Kontakt zu uns auf – bestimmt gibt es auch für Sie vieles zu entdecken.

Wir freuen uns auf Sie!
Agathe Schreieder
Geschäftsführerin

Freiwilligen Agentur Dingolfing-Landau e.V.

Wir sind für Sie da
FreiwilligenAgentur
Dingolfing-Landau
84130 Dingolfing
Steinweg 31
Tel.: 08731 3247133
Fax: 08731 3247173
E-Mail: info@
fwa-dingolfing-landau.de
www.fwa-dingolfing-landau.de

Persönliche Beratung
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 10.00 bis 12.00 Uhr und nach Vereinbarung.

1. Aktiv auch im Alter

Reisen

Reisen bedeutet auch, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, fremde Menschen und Kulturen kennen zulernen oder einfach nur einmal etwas anderes als die gewohnte Umgebung zu sehen. Mobilsein, das geht auch ohne Auto. Es gibt inzwischen neben Wohlfahrtsverbänden die Reisen für ältere Menschen mit Erkrankungen anbieten auch zahlreiche Reiseunternehmen mit Angeboten speziell für Senioren auch für Menschen mit gesundheitlichen Problemen. Reisen trägt nicht nur zur Kommunikation bei, es regt an und fördert das Wohlbefinden. Folgende Vereine und Unternehmen sowie Sozialverbände, Parteien und Kommunen führen spezielle Seniorenreisen durch.

Altersverein Landau
Karl-Heinz Kerscher, Tel.: 09951 1036

Stadt Landau
„Eine Stadt verreist“, Tel.: 09951 9410

Markt Eichendorf
Hötzinger Ursula, Tel.: 09952 886

Firma Ganserer Reisen
Frontenhausen, Tel.: 08732 1337, www.ganserererreisen.de

Katholische Erwachsenenbildung (KEB)
Dingolfing-Landau
Dingolfing, Tel.: 08731 74620
E-Mail: info@kebdingolfinglandaude
www.kebdingolfinglandau.de

Volkshochschule (VHS)
Dingolfing, Stadionstraße 50
Tel.: 08731 60809
E-Mail: info@vhsdingolfingde
www.vhsdingolfingde

Landau
Fleischgasse 60
Tel.: 09951 90180
E-Mail: info@vhslandaude, www.vhslandau.de

Arbeiterwohlfahrt, Bezirksverband
Niederbayern / Oberpfalz e. V.
Regensburg, Tel.: 0941 4662880

1. Aktiv auch im Alter

Arbeiter Wohlfahrt
Kreisverband Landau, Theresienplatz 6
Tel.: 09951 5737

Kreisverband Dingolfing
Dr. Hastreiter Straße 2, Tel.: 08731 50137

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Dingolfing-Landau:
Dingolfing, Tel.: 08731 31410
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de

Landau, Tel.: 09951 599932
E-Mail: info@aslandau.brk.de

Caritaszentrum Dingolfing
Tel.: 08731 316012, E-Mail: asb@caritasdingolfing.de

Caritasverband Isar/Vils e. V. Landau
Tel.: 09951 985123, E-Mail: info@caritaslandau.de

VdK Sozialverband
Verwaltungsgemeinschaft Landshut/Dingolfing
Landshut, Tel.: 0871 923330

Darüber hinaus organisierten die Seniorenbeiräte und Seniorenbeauftragten in den Städten, Märkten und Gemeinden Tagesausflüge, Besichtigungen und auch Mehrtagesreisen. Die Ziele und Termine werden jeweils regional bekannt gegeben und in der Tagespresse veröffentlicht.

Selbstverständlich bieten viele Reisebüros Flug und Schiffsreisen aller Art, auch speziell für Senioren, an.

1. Aktiv auch im Alter

Bahn

Die Bahn bietet laufend spezielle Angebote für Senioren an. Information und Buchung unter www.bahn.de.

Öffentlicher Personennahverkehr im Landkreis

Der Fahrplan für den „Öffentlichen Nahverkehr im Landkreis Dingolfing-Landau“ erscheint jährlich neu. Er liegt in den Rathäusern und im Landratsamt zur kostenlosen Mitnahme auf. Auskunft über Busverbindungen erteilt auch Frau Dagmar Kraus im Landratsamt 1. OG, Zi. 116, Tel.: 08731 87-104.

Fahrplanabruf auch im Internet unter:
www.Landkreis-Dingolfing-Landau.de – Fahrpläne ÖPNV

Fahrpreis Ermäßigungen
Schwerbehinderte mit dem Buchstaben G im Ausweis plus Beiblatt mit Wertmarke fahren umsonst. Wenn zusätzlich zum G ein B eingetragen ist, fährt bis … Begleitperson ebenso umsonst.

Öffentlicher Nahverkehr

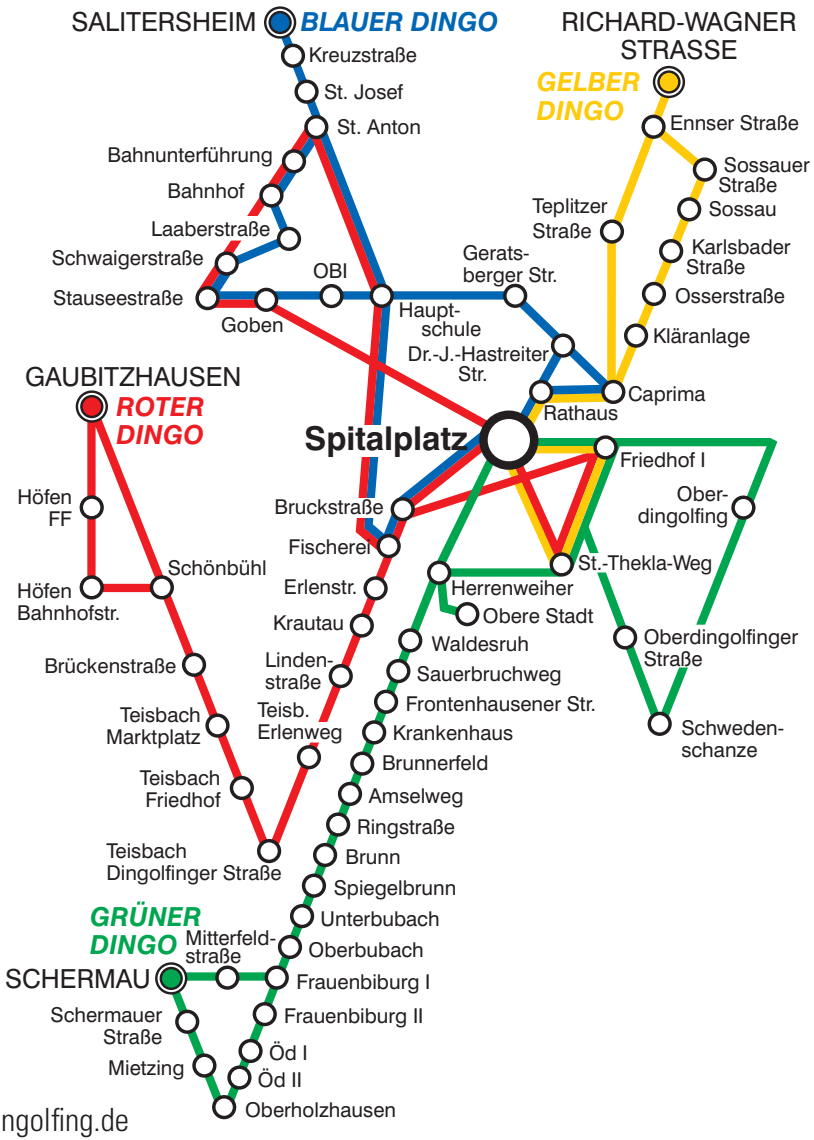
Informationen und Fahrpläne zum Stadtverkehr Dingolfing:

Stadtwerke Dingolfing
Tel.: 08731 50600
www.stadtwerkedingolfing.de

Stadt Dingolfing
Tel.: 08731 5010
www.dingolfing.de

Tabakwaren Reindl
Marienplatz 4
Dingolfing
Tel.: 08731 1246

1. Aktiv auch im Alter



Information und Fahrpläne
Stadtwerke Dingolfing
Tel.: 08731 50600, www.stadwerke-dingolfing.de

1. Aktiv auch im Alter

Fahrplan Stadtbus "Landauer"

stündlich bergab		von Süden nach Norden	Haltestelle	stündlich bergauf		von Norden nach Süden
6.23 Uhr	bis	17.23 Uhr	1. Friedhof	7.21 Uhr	bis	18.21 Uhr
6.24 Uhr		17.24 Uhr	2. Lebenshilfe	7.20 Uhr		18.20 Uhr
6.25 Uhr		17.25 Uhr	3. Marienhöhe	7.19 Uhr		18.19 Uhr
6.26 Uhr		17.26 Uhr	4. Marbstraße	7.18 Uhr		18.18 Uhr
6.27 Uhr		17.27 Uhr	5. Krankenhaus	7.17 Uhr		18.17 Uhr
6.28 Uhr		17.28 Uhr	6. Birnenweg	7.16 Uhr		18.16 Uhr
6.29 Uhr		17.29 Uhr	7. Robinienweg	7.15 Uhr		18.15 Uhr
6.30 Uhr		17.30 Uhr	8. Hochstraße	7.14 Uhr		18.14 Uhr
6.31 Uhr		17.31 Uhr	9. Lena-Christ-Straße	7.13 Uhr		18.13 Uhr
6.32 Uhr		17.32 Uhr	10. Haufellnerstraße	7.12 Uhr		18.12 Uhr
6.33 Uhr		17.33 Uhr	11. Kagerer Weg	7.11 Uhr		18.11 Uhr
6.34 Uhr		17.34 Uhr	12. Amtsgericht	7.10 Uhr		18.10 Uhr
6.35 Uhr		17.35 Uhr	13. Theresienhöhe	7.09 Uhr		18.09 Uhr
6.36 Uhr		17.36 Uhr	14. Theresienplatz	7.08 Uhr		18.08 Uhr
6.37 Uhr		17.37 Uhr	15. Rathaus	7.07 Uhr		18.07 Uhr
6.38 Uhr		17.38 Uhr	16. Ludwigsbrücke	7.06 Uhr		18.06 Uhr
6.39 Uhr		17.39 Uhr	17. Sebastianiplatz	7.05 Uhr		18.05 Uhr
6.40 Uhr		17.40 Uhr	18. Isarbrücke-Süd	7.04 Uhr		18.04 Uhr
6.41 Uhr		17.41 Uhr	19. Dr.-Schlögl-Platz	7.03 Uhr		18.03 Uhr
6.42 Uhr		17.42 Uhr	20. Arcostraße	7.02 Uhr		18.02 Uhr
6.43 Uhr		17.43 Uhr	21.* Schlesische Straße	7.01 Uhr		18.01 Uhr
6.43 Uhr		17.44 Uhr	22. Bahnhof	7.00 Uhr		18.00 Uhr
6.44 Uhr		17.45 Uhr	23. Bahnübergang	6.59 Uhr		17.59 Uhr
6.45 Uhr		17.46 Uhr	24. Sedlmayrstraße	6.58 Uhr		17.58 Uhr
6.46 Uhr		17.47 Uhr	25. Wiesenweg	6.57 Uhr		17.57 Uhr
6.47 Uhr		17.48 Uhr	26. Eschenstraße	6.56 Uhr		17.56 Uhr

* Bedarfshaltestelle Sudetenstraße wird nur bei Schulbeginn der Pfarrer-Huber-Schule bedient.
Samstag von 7.53 bis 16.21 Uhr
Sonn- und Feiertage **kein Betrieb**.

Information und Fahrpläne
Stadtwerke Landau
Tel.: 09951 955-0, www.Landau-Isar.de

1. Aktiv auch im Alter

Sport und Bewegung

Die gesundheitlichen Vorteile für Menschen jeden Alters durch Sport, Bewegung und Spiel sind unbestritten. Aus diesem Grund ist die gezielte Bewegung auch im REHA Bereich unverzichtbar geworden. Dies gilt auch für Senioren, die in jüngeren Jahren – aus welchen Gründen auch immer – nie oder wenig Sport betrieben haben.

Sie können auch im Alter durch sanften Sport die Fitness erhalten und steigern. In den Städten, Märkten und Gemeinden unseres Landkreises gibt es umfangreiche Angebote zur sportlichen Betätigung. Die folgende Auflistung soll Ihnen eine Orientierung über Möglichkeiten geben. Darüber hinaus gibt es viele Vereine, Clubs und Gruppen, die Angebote zur Steigerung und Erhaltung der körperlichen und geistigen Fitness haben, wie Gymnastik, NordicWalking, Rad fahren, Schwimmen, Skilanglauf, Tanzen, Turnen, Wandern und dergleichen. Erkundigen Sie sich bei den örtlichen Vereinen, Seniorenbeauftragten, Seniorenbeiräten und Seniorenclubs sowie ihrer jeweiligen Kommune.

Auf geht`s, machen Sie mit, tun Sie etwas für Ihre Gesundheit! Das kostet nichts, bringt aber viel.

Markt Eichendorf

Wassergymnastik: TSV Eichendorf, Gerti Karg
Tel.: 09952 1363, Im Sommer jeden Mittwoch im Freibad

Walken: TSV Eichendorf, Renate Grill/Gerti Karg
Tel.: 09952 1363, wöchentlich Mittwoch oder Sonntag

Markt Frontenhausen

Gymnastik: im Pfarrheim, KDFB, Anneliese Perlinger
Tel.: 08732 1723

Gemeinde Gottfrieding

Ausgleichsgymnastik: FC Gottfrieding, Charlotte Dowrtiel, Tel.: 08731 6746, Montag/Donnerstag

Kraft/Ausdauertraining: VHS Dingolfing/Gottfrieding

Sport für Diabedis u. orthop. Erkankungen: FC Gottfrieding
Charlotte Dowrtiel, Tel.: 08731 6746
einmal je Woche Donnerstag

Radltouren/ -fahrten: Charlotte Dowrtiel
Tel.: 08731 6746, Siehe Tagespresse

Stadt Landau

BRK Seniorengymnastikgruppe: Hilde Wenninger
Tel.: 09951 6667

BRK Seniorengymnastikgruppe St. Johannes:
Franziska Christlmaier, Tel.: 09951 1890

1. Aktiv auch im Alter

Seniorengymnastik: Richard Turl
Tel.: 09951 8630
Donnerstag 19.00 – 20.00 Uhr

TV Seniorensport, Gymnastik und Schwimmen:
Reinhard Huf Wildthurn, Tel.: 09956 624

Gemeinde Loiching

Seniorengymnastik: Brigitte Seidl
Tel.: 08731 2127, Grundschule, Freitag 13.30 Uhr

Radfahren u. Wandern: Juliane Schütz, Tel.: 08731 2544
Siehe Tagespresse

Foto: Fa. Caprima

Gemeinde Mamming

Seniorenradeln: Helmut Heller, Tel.: 09955 731
Einmal im Monat, April – Okt., Siehe Tagespresse

Gemeinde Marklkofen

Seniorengymnastik: Frau Baumann
TSV Marklkofen, wöchentlich

Seniorengymnastik: Frau Moritz, SV Steinberg, wöchentlich

Gemeinde Mengkofen

„Treff aktiv“: Günther Köcher, Tel.: 08733 1513
Wandern, jeden Dienstagnachmittag, s. Tagespresse

Seniorenschwimmen: Holger Auweck
Tel.: 08733 939183
Wassergymnastik u. Schwimmen
Mitte Mai bis Anf. Sept.
Mittwoch 10.30 Uhr Freibad Puchhausen

Badenachmittag: Holger Auweck
Tel.: 08733 939183
Wassergymnastik u. Schwimmen
Nov. bis April, Mittwoch 16.00 – 18.00 Uhr
Hallenbad Mengkofen

Jedermannturnen: Franz Rennschmid
Tel.: 08733 1092
Gymnastik, Donnerstag 18.00 Uhr
Turnhalle

Ihrer Gesundheit zuliebe – bleiben Sie fit – gehen Sie ins

Caprima

Das Fit- und Freizeitbad am Dingolfinger Isarhang

Heißwasserbecken mit Massagedüsen,
Wellenbecken mit Brandungsstrand,
Wellness- und Wohlfühlsauna u.v.m.

Öffnungszeiten:
täglich von 10.00 – 22.00 Uhr

* Gymnastik für Senioren
* Massage, Kneippanwendungen

Infos unter ☎ 0 87 31 / 46 14

www.caprima.de

AUTOHAUS WINKLER

Für alle, die Autofahren lieben:
zufriedene Kunden sind unsere Leidenschaft

**"Wir wollen, dass Sie zufrieden sind.
Verlassen Sie sich auf unsere kompetente und persönliche Beratung.
Wir nehmen uns für Sie Zeit!"**
Micheal Winkler, Inhaber

- ständig neueste Modelle
- Vertragshändler seit 1968
- modernste Werkstatt
- seniorengerechte Zuberhörpalette
- Fahrzeuganpassungen

Vereinbaren Sie gleich einen Beratungstermin

AUTOHAUS MICHAEL WINKLER e.K
Vilstalstraße 73 Tel.: 087 44-335 E-mail: info@autohaus-winkler.de
D-84168 Aham Fax: 087 44-85 66 www.autohaus-winkler.de
Öffnungszeiten: Mo - Fr: 7:00 - 18:00 Uhr, Sa: 08:00 - 12:00 Uhr

1. Aktiv auch im Alter

Gemeinde Niederviehbach
Seniorenturnen: TSV, Heinrich Hochwimmer
Tel.: 08702 1895
Gymnastik, Donnerstag eine Stunde

Markt Pilsting
Seniorengymnastik: TSV, Edith Schöpf, Tel.: 09953 1036
Schulsporthalle, einmal wöchentlich

Radln: Pensionisten u. FZ TSV: Johann Kroiß, Tel.: 09953 628
Ein- und Mehrtagestouren (s. Jahresprogramm)

Wassergymnastik: Freibad Goßköllnbach, Tel.: 09953 1335
Mitte Mai bis Anf. Sept., 11.00 Uhr

Markt Reisbach
Schwimmen, Wandern, Radausflüge:
Angebot der Ortsvereine s. Tagespresse
u. 1. Vs. TSV Gerhald Piorek, Tel.: 08734 1666

Markt Simbach
Seniorengymnastik: Gymn.Verein, Annemarie Goerres
Tel.: 09954 1787
einmal wöchentlich, Dienstag 16.30 – 17.30 Uhr

Seniorengymnastik: SC Ruhstorf, Anne Winkler
Tel.: 09954 494
einmal wöchelnlich, Mittwoch 18.30 – 19.30 Uhr

Seniorengymnastik: Gymn. Gr. Haunersdorf, Erika Piller
Tel.: 09956 663
einmal wöchentlich, Okt. bis Mai
Mittwoch 17.00 – 18.00 Uhr

Markt Wallersdorf
Gesundheitsgymnastik:
TV, Siglinde Marynikak
Tel.: 09933 724, einmal wöchentlich

Männergymnastik:
TV, Erhard Jungbauer
Tel.: 09933 952980, einmal wöchentlich

Herzsportgruppe:
TV, Erhard Jungbauer u. Dr. Adolf Hiergeist
Tel.: 09933 952980, einmal wöchentlich

Osteoporosegruppe:
TV, Gundula Stärz
Tel.: 09933 8526

2. Beratung und Hilfe

Beratung zur Grundsicherung im Alter / Sozialhilfe

Wenn das Geld im Alter nicht reicht, gibt es unter bestimmten Voraussetzungen Möglichkeiten der sozialen Sicherung. Diese beiden Hilfen wurden geschaffen, damit niemand in Deutschland unter einem gewissen Mindesteinkommen zu Leben braucht. Diese Hilfen können auch gewährt werden, wenn Renteneinkommen erzielt wird, dieses aber zu niedrig ist.

Seniorenkontaktstelle:
Landratsamt Dingolfing-Landau
Amt für Soziales und Senioren, Herr Hans Blastyak
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87456
E-Mail: hans.blastyak@landkreis-dingolfing-landau.de
www.landkreis-dingolfing.landau.de

Beratung zu Betreuungen, Vorsorge- und Patientenverfügung
Landratsamt Dingolfing-Landau, Herr Rudolf Stemmberger
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87-459

Finanzielle Vergünstigungen

Zu den nachfolgenden möglichen finanziellen Vergünstigungen geben Ihnen die Sozial- und Wohlfahrtsverbände sowie die Kommunen und das Landratsamt gerne Auskunft.

Rezeptgebührenbefreiung
Versicherte leisten Zuzahlungen jedes Jahr bis zu einer Belastungsgrenze von 2%, bei schwerwiegender Krankheit (chronisch Kranke) nur 1 % des jährlichen Bruttoeinkommens. Freibeträge für Kinder und Ehepartner werden berücksichtigt. Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr sind von allen Zuzahlungen befreit (Ausnahme: Fahrkosten). Eine vollständige Befreiung für Geringverdiener ist nach derzeitigem Recht nicht möglich. Auskunft erteilt hierzu ihre jeweilige Krankenkasse.

Telefon-, Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung
Bei Schwerbehinderten mit Schwerbehindertenausweis und Merkzeichen „RF“ oder Sozialhilfeempfängern besteht die Möglichkeit sich von diesen Gebühren befreien zu lassen. Nähere Informationen erhalten Sie beim:

Zentrum Bayern Familie und Soziales, Raum Niederbayern
Friedhofstraße 7, 84028 Landshut, Tel.: 0871 8290

KFZ-Steuerermäßigung / -befreiung
Bei Schwerbehinderungen besteht nach Prüfung des Einzelfalles die Möglichkeit von der KFZ Steuer befreit zu werden.

Finanzamt
Obere Stadt 44, 84130 Dingolfing, Tel.: 08731 5040

Zentrum Bayern Familie und Soziales
Raum Niederbayern
Friedhofstraße 7, 84028 Landshut, Tel.: 0871 8290

2. Beratung und Hilfe

Fahrpreisermäßigung / -befreiung
Bei Schwerbehinderungen besteht nach Prüfung des Einzelfalles die Möglichkeit eine Fahrpreisermäßigung oder -befreiung für den öffentlichen Nahverkehr zu erhalten.

Landratsamt Dingolfing-Landau, Sozialwesen
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87456
www.landkreis-dingolfing-landau.de

Zentrum Bayern Familie und Soziales, Raum Niederbayern
Friedhofstraße 7, 84028 Landshut, Tel.: 0871 8290

Kriegsopferfürsorge

Hinterbliebenen und Opfern von Kriegen werden finanzielle Hilfestellungen gegeben.

Landratsamt Dingolfing-Landau
Kriegsopferfürsorge
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87456
www.landkreis-dingolfing-landau.de

Psychosoziale Beratung

Hilfestellung bei den verschiedensten Suchterkrankungen leisten die nachfolgenden Beratungsstellen. Bitte beachten Sie auch, dass ebenso Angehörige von Suchtkranken dort Hilfe erfahren können.

BRK Kreisverband Straubing-Bogen
Siemensstraße 11a, 94315 Straubing, Tel.: 09421 99520

Fachambulanz für Suchtfragen
Caritas Dingolfing
Griesgasse 21, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 316050
Sprechtage auch in Landau

Landratsamt Dingolfing-Landau
Frau Vogginger
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87512
www.landkreis-dingolfing-landau.de

Rentenberatung

Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd
Beratungsstelle
Dingolfing, Spitalweg 3
Tel.: 08731 5071
Landau, Theresienplatz
Tel.: 09951 98810

Schuldnerberatung

In der heutigen Zeit gerät man sehr häufig in Schuldenprobleme. Dabei spiel es keine Rolle, wie man in die Situation geraten ist. Hilfestellung im Landkreis bietet die Schuldnerberatungsstelle des Landratsamtes.

2. Beratung und Hilfe

Landratsamt Dingolfing-Landau
Schuldnerberatungsstelle
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87419, www.landkreis-dingolfing-landau.de

Schwerbehindertenberatung

Landratsamt Dingolfing-Landau
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 87456, www.landkreis-dingolfing-landau.de
Zentrum Bayern Familie und Soziales
Raum Niederbayern
Friedhofstraße 7, 84028 Landshut
Tel.: 0871 8290

Offene Behindertenarbeit
Caritas Landau, mit familienentlastendem Dienst
Tel.: 09951 98510, E-Mail: Sozialstation@CaritasLandau.de

VdK Sozialverband
Verwaltungsgemeinschaft Landshut/Dingolfing
Schlachthofstraße, 5583034 Landshut
Tel.: 0871 923330

Selbsthilfegruppen

Bei den verschiedensten Problemen des Alltages kann es vorteilhaft sein, wenn man nicht alleine ist, sondern mit Gleichgesinnten Erfahrungen austauschen kann. Das Angebot von Selbsthilfegruppen ist derart vielfältig und ändert sich auch entsprechend häufig. Auskunft über die verschiedensten Selbsthilfegruppen erteilt unter anderem die

Selbsthilfekontaktstelle Niederbayern (SEKON)
Angermühle 8a
94469 Deggendorf
Tel.: 0991 3705594
E-Mail: shgkontaktstelle@klinikangermühle.de
Die einzelnen Selbsthilfegruppen vor Ort werden regelmäßig in der Tagespresse veröffentlicht.

Herzlich Willkommen in des Landkreis

Für jeden von uns kann einmal der Zeitpunkt kommen, an dem die eigenständige Versorgung nicht mehr möglich ist und Hilfe rund um die Uhr notwendig wird. Oft ist es auch trotz eines liebevollen familiären Umfeldes nicht möglich, die Pflege zu übernehmen. Dann muss ein neues Zuhause für den pflegebedürftigen Menschen gefunden werden, in dem er sich wohl und geborgen fühlt. Ein Zuhause, das ihm erlaubt, seinen eigenen Interessen nachzugehen, das aber auch jederzeit qualifizierte, liebevolle Pflege und Betreuung sicherstellt.

Die Senioren- und Pflegeheime des Landkreises Dingolfing-Landau bieten eine vorzügliche Betreuung und fachkundige Pflege rund um die Uhr. Durch die bewohnerorientierte Bereichspflege ist es uns möglich, auf die Wünsche und Bedürfnisse jedes einzelnen Bewohners einzugehen. Alle Heimbewohner haben freie Arztwahl.

Die freundlich und hell gestalteten Appartements und Zimmer verfügen über einen Balkon und sind mit Dusche und WC ausgestattet. Aufenthaltsräume und Sitzecken laden zu Gesprächen mit Mitbewohnern und Gästen ein.
Die heimeigenen Küchen servieren abwechslungsreiche und seniorengerechte Speisen. Menüwahl ist für uns selbstverständlich.
Die Teilnahme an der sozialen Betreuung und gemeinsame Aktivitäten bieten Abwechslung und Unterhaltung. Pflegebedürftige mit Demenz werden von speziell geschulten Betreuungsassistenten unterstützt und umsorgt. Die zahlreichen Feierlichkeiten zu den verschiedensten Anlässen sind bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sehr beliebt. Zahlreiche gut organisierte Ausflüge ergänzen unser Angebot.

n den Senioren- und Pflegeheimen
ses Dingolfing-Landau

Seniorenheim „St. Josef“
Krankenhausstraße 19, 94419 Reisbach

Tel.: 08734/9391-11 Fax: 08734/9391-19
E-Mail: info@seniorenheim-reisbach.de
Internet: www.landkreis-dingolfing-landau.de

Unser Haus bietet: 62 Langzeitpflegeplätze
2 Kurzzeitpflegeplätze
3 Betreute Wohnungen

Wir beraten Sie gerne!
Ansprechpartner: M. Unverricht, Heimleitung /PDL

Das Menschen Mögliche ist oft mehr
als das technisch Machbare!

Seniorenheim „St. Antonius“
Hauptstraße 28, 84152 Mengkofen

Tel.: 08733/9391-10 Fax: 08733/9391-20
E-Mail: info@seniorenheim-mengkofen.de
Internet: www.landkreis-dingolfing-landau.de

Unser Haus bietet: 62 Langzeitpflegeplätze
1 Kurzzeitpflegeplatz

Wir beraten Sie gerne!
Ansprechpartner: K. Eichner, Heimleitung /PDL

2. Beratung und Hilfe

Sozialberatungen der Wohlfahrtsverbände

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Dingolfing-Landau

84130 Dingolfing
Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de

94405 Landau
Thalhamer Straße 1
Tel.: 09951 599932
E-Mail: info@aslandau.brk.de

Caritas Dingolfing
Allgemeine Sozialberatung
84130 Dingolfing
Griesgasse 13
Tel.: 08731 316012
Fax: 08731 316020
E-Mail: asb@caritas-dingolfing.de

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Donnerstag	
	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 16.30 Uhr
Dienstag	von 13.00 – 16.30 Uhr und
Freitag	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 15.00 Uhr

Zusätzlich jeden 1. und 3. Dienstag Sprechtag im Pfarrheim Pilsting sowie jeden 2. und 4. Dienstag Sprechtag in der Caritas Sozialstation Reisbach.

Caritas Dingolfing
Fachstelle für pflegende Angehörige
84130 Dingolfing
Griesgasse 13
Tel.: 08731 316012
Fax: 08731 316020
E-Mail: angehoerigenberatung@caritas-dingolfing.de

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Donnerstag	
	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 16.30 Uhr
Dienstag	von 13.00 – 16.30 Uhr und
Freitag	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 15.00 Uhr.

Zusätzlich jeden 1. und 3. Dienstag Sprechtag im Pfarrheim Pilsting sowie jeden 2. und 4. Dienstag Sprechtag in der Caritas Sozialstation Reisbach.

Caritas Landau, Allgemeine Sozialberatung und Fachstelle für pflegende Angehörige
94405 Landau a.d. Isar, Dr.-Godron-Straße 3
Tel.: 09951 985123
Fax: 09951 985130
Termin nach Vereinbarung

Praxis für
Logopädie
Gertraud Brandl
staatl. anerkannte Logopädin
Reichenbergerstraße 2 • 84130 Dingolfing
Tel. 08731 397665 • Fax 08731 396756

Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Dingolfing-Landau
→ Ambulante Haus- und Krankenpflege
→ Fahrdienst BRK rollstuhlgerecht liegend sitzend
→ Hausnotruf „SOS-fon“
→ Essen auf Rädern
Telefon Dingolfing: 08731 3141-0
Telefon Landau: 09951 8992

alexandra witzlinger
84130 dingolfing | marienplatz 28
tel. 08731 1315 | fax 08731 5345
www.johannes-apo.com
JOHANNES APOTHEKE
im ärztezentrum dingolfing

STADT und TASSILO APOTHEKE
ALEXANDRA WITZLINGER
BRUCKSTRASSE 14
84130 DINGOLFING
TEL. 08731 60270
FAX 08731 60330
WWW.STADT-TASSILO-APOTHEKE.DE

2. Beratung und Hilfe

VdK der Sozialverband, Verwaltungsgemeinschaft
Landshut/Dingolfing
83034 Landshut
Schlachthofstraße 55
Tel.: 0871 923330
E-Mail: kvlandshut@vdk.de, www.vdk.de/bayern

Im Landratsamt, den Städten, Märkten und Gemeinden werden durch den VdK-Verband Beratungen durchgeführt (Termine siehe Tagespresse).

Diakonisches Werk
mit Telefonsprechstunde und Sprechmöglichkeit in Dingolfing
Landshut, Tel.: 0871 609206

Sozialpsychiatrische Beratung

Nicht nur bei psychischen Erkrankungen sondern auch in Lebenskrisen können die nachfolgenden Beratungsstellen wichtige Hilfe leisten.

BRK Kreisverband Straubing-Bogen
Siemensstraße 11a
94315 Straubing
Tel.: 09421 99520

Caritas Landau, Beratungsstelle für seelische Gesundheit
Dr.-Godron-Straße 3
94405 Landau a. d. Isar
Tel.: 09951 985123

Sprechtage auch in Dingolfing.

Teestuben in Landau und Dingolfing.

Wohngeldberatung

Wohnen kostet viel Geld – oft zu viel für den, der ein geringes Einkommen hat.

Hierfür gibt es eine finanzielle Hilfe, auf die Sie haben bei entsprechendem Einkommen einen Rechtsanspruch auf:

Mietzuschuss: Für den Mieter einer Wohnung oder eines Zimmers.

Lastenzuschuss: Für den Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung.

Für diese Besitzer kann bei entsprechender Notlage ein so genannter Lastenzuschuss gewährt werden.

Informationen hierzu erhalten Sie im Landratsamt Dingolfing-Landau bei der Wohngeldstelle.

Landratsamt Dingolfing-Landau
Obere Stadt 1
84130 Dingolfing
Tel.: 08731 870
www.landkreisdingolfinglandau.de

3. Wohnen im Alter

Nach dem Ende der Berufstätigkeit bekommt die Wohnung oftmals einen höheren Stellenwert. Der Kontakt zu den Nachbarn und die nähere Umgebung werden wichtiger, auf Bekanntes und Bewährtes möchte man ungern verzichten.

Deshalb möchten die meisten Menschen gerne so lange wie möglich in ihrer vertrauten Wohnung oder in ihrem Haus bleiben.

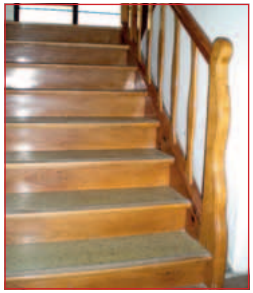
Zu Hause wohnen

Wohnberatung und Wohnungsanpassung
Zur „Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes“

Für den Fall, dass die Wohnung den Anforderungen im Alter nicht mehr gerecht wird, ist nicht immer ein Umzug nötig. Häufig ist es möglich, mit einfachen Mitteln und geringem Aufwand die Wohnung alters oder behindertengerecht auszustatten.

Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, die das Leben schwer machen. Zum Beispiel: Im Bad fehlen Haltegriffe an der richtigen Stelle. Im Schlafzimmer ist das geliebte Bett zu niedrig. Die Küchenarbeit wird durch schlecht zu erreichenden Stauraum und ungünstig platzierte Geräte erschwert. Der Hauseingang erschwert das Verlassen der Wohnung.

Hierfür sind Wohnberatung und Wohnungsanpassung ein bewährtes Instrument um das Wohnen zu Hause bis ins hohe Alter zu ermöglichen



Alte Treppe
Stolper- und Sturzgefahr durch:
- unterschiedliche Stufenhöhe
- fehlendem Kontrast zwischen Treppenstufen und Podest
- Hängen bleiben an den überstehenden Treppenkanten beim Aufwärtsgehen

Neue Treppe
Verbesserung durch:
- gleichmäßige Stufenhöhe
- keine überstehenden Treppenkanten
- deutlicher Kontrast zwischen Treppenstufen und Podest
- griffiger Handlauf
- den Handlauf mit einem Pfosten zu beenden wurde beibehalten, da hiermit bei stärkerer Sehschwäche das Ende des Treppenlaufes wahrgenommen wird

Wohnungsanpassung Innenarchitektur KAZIUR Beispiel Treppe

3. Wohnen im Alter

Bodengleiche Dusche
Innenarchitektur KAZIUR

Haltegriffe
Vieler International

Wohnungsanpassung bedeutet, die bestehende Wohnung an die Bedürfnisse älterer oder behinderter Menschen anzupassen. Hierbei dienen die Standards der Barrierefreiheit zur Orientierung. Die Beseitigung von Barrieren und Gefahrenquellen wird durch Umgestaltung erreicht. Dies ist auch durch kleine Maßnahmen bereits möglich und sinnvoll. Wohnberatung ist erforderlich, um geeignete individuelle Lösungen zur Wohnungsanpassung zu finden und umzusetzen. Beratung

Barrierefreies Bauen und Wohnen
"Wohnen zu Hause" - bis ins hohe Alter

- Konzeption und Gestaltung von Innenräumen
- Wohnberatung und Wohnungsanpassung
- Umbau vorhandener Bausubstanz

Innenarchitektur
KAZIUR
...gestalten...planen...realisieren...

Dipl. Ing.
Helga Kaziur
Innenarchitektin By AK

Hauptstraße 8
84177 Gottfrieding
Tel. 08731/3256576
Fax 08731/3256578
E-Mail:arch.kaziur@gmx.de

KONRAD HESS BAU GMBH

Hochbau · schlüsselfertiges Bauen · Sanierungen
Baustoffe · Fliesen- und Natursteinhandel

Büro: Feldstrasse 28
Baustofflager: Mamminger Strasse 30
94419 Reisbach/Griesbach
Tel.: 08734 928550 · Fax: 928559
info@hessbau-gmbh.de · www.hessbau-gmbh.de

Foto: Konrad Hess Bau GmbH

3. Wohnen im Alter

ist wichtig, weil häufig die vorhandenen Möglichkeiten nicht bekannt sind und Anpassungsmaßnahmen nicht in eigener Regie durchgeführt werden können. Fachleute erkennen die Gefahren und können somit helfen, Unfällen vorzubeugen. Pflegebedürftigen mit einer Pflegestufe können Zuschüsse zur „Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes" erhalten:

- Bei Ihrer Pflegeversicherung bis zu einer Höhe von 2.557 €
- Leistungen aus ihrer Krankenversicherung für Hilfsmittel (z. B. Wannengriff, Duschsitz)
- Finanzierungsmöglichkeiten aus der Sozialhilfe
- Kommunale Sonderprogramme
- Aus dem „Bayerischen Wohnungsbauprogramm" der Obersten Baubehörde für Wohnraumänderungen von Wohnungen für Schwerbehinderte als günstiges Darlehen bis zu einer Höhe von 5.000 € (derzeit gültige Sätze).

Altersgerechter Umbau von bestehendem Wohneigentum

- Wenn die Wohnungsanpassung nicht ausreicht.
- Der Wohnraum nicht geeignet für pflegebedürftige Angehörige geeignet ist.
- Um sich rechtzeitig auf das Wohnen im Alter vorzubereiten

Für den altersgerechten, barrierefreien Umbau bestehenden Wohneigentums können sich Bauherrn finanzielle Unterstützung holen. Die Förderprogramme „Altersgerecht Umbauen" und „Wohnraum Modernisieren" der KFW-Förderbank bieten hierzu über die Hausbank zinsverbilligte Darlehen.

Landratsamt Dingolfing-Landau
Abteilung Sozialer Wohnungsbau, Tel.: 08731 87-0

Seniorenkontaktstelle
Amt für Soziales und Senioren
Tel.: 08731 87-456

Caritas Dingolfing
Fachstelle für pflegende Angehörige
Griesgasse 13, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 316012
E-Mail: angehoerigenberatung@caritas-dingolfing.de

Caritas Landau, Allgemeine Sozialberatung und Fachstelle für pflegende Angehörige
94405 Landau a.d. Isar
Dr.-Godron-Straße 3
Tel.: 09951 985123, Fax: 09951 985130
Termin nach Vereinbarung

Innenarchitektur KAZIUR
Barrierefreies Bauen / Wohnungsanpassung
Hauptstraße 8, 84177 Gottfrieding
Tel.: 08731 3256576

KFW Förderbank
Palmengartenstr. 5–9, 60325 Frankfurt
Tel.: 069 7431-0

Beratungsstelle Barrierefreies Bauen
Bayerische Architektenkammer
Waisenhausstraße 4, 80637 München
www.byakbarrierefrei.de

3. Wohnen im Alter

Oberste Baubehörde, München
Wohnraumänderung im Bayerischen Wohnungsbauprogramm
Anpassung von Wohnungen für Schwerbehinderte
Tel.: 089 217128003

Weitere Information zum Thema Wohnen im Alter und zur Wohnungsanpassung:
www.beratungsstellewohnen.de

Bei Ihrer jeweiligen Krankenkasse.

Betreutes Wohnen zu Hause

Dies bedeutet die Möglichkeit in der eigenen Wohnung bzw. dem eigenen Haus betreut zu werden indem man einen Betreuungsvertrag mit – z. B. einem ambulanten Dienst oder einem Trägerverein – abschließt. Der Betreuungsvertrag regelt die Informations- und Beratungsleistung, Hausbesuche für einen regelmäßigen Kontakt und je nach Bedarf die Organisation von Hilfen.

Landratsamt Dingolfing-Landau
Seniorenkontaktstelle im Amt für Soziales und Senioren
Herr Hans Blastyak, Erdgeschoss, Zimmer Nr. 44
Obere Stadt 1, 84130 Dingolfing, Tel.: 08731 87456
E-Mail: hans.blastyak@landkreisdingolfinglandau.de
www.landkreisdingolfinglandau.de

Betreutes Wohnen / Servicewohnen

In speziellen Wohnanlagen werden Wohnangebot und Betreuungsleistungen miteinander verbunden. Die barrierefreie Wohnung und das Serviceangebot (z. B. Hausnotruf, Pflegedienste, Haushaltsdienste) vom Betreiber der Anlage ermöglichen ein selbst bestimmtes Leben in der eigenen Wohnung bis ins hohe Alter. Auskünfte über Angebote zum Betreuten Wohnen erteilt:

Landratsamt Dingolfing-Landau
Heimaufsicht, Anneliese Meier
Obere Stadt 1, Dingolfing, Tel.: 08731 87458

3. Wohnen im Alter

Bürgerheim Dingolfing
BGR-Josef-Zinnbauer Straße 8
Tel.: 08731 31680

Altenheim St. Josef
Krankenhausstr. 19, Reisbach
Tel.: 08734 93910

Terrassenvilla, Eigentumswohnungen
VR Immobilien, Landau
Tel.: 09951 9848754
www.landauerimmobilienforum.de

Seniorengerechte Wohnungen (barrierefrei)

Barrierefreie Wohnungen werden angeboten von:
Baugenossenschaft Dingolfing
Lederergasse 16, Dingolfing
Tel.: 08731 2226
www.wohngut.com

Terrassenvilla, Eigentumswohnungen
VR Immobilien, Landau
Tel.: 09951 9848754
www.landauerimmobilienforum.de

Gemeinde: Marklkofen
Gemeindeverwaltung
Tel.: 08732 91190

Geplant: Reisbach
Gemeindeverwaltung
Tel.: 08734 49-0

Ambulant betreute Wohngemeinschaften

Villa St. Thekla
St.-Thekla-Weg 1
Dingolfing
Christine Helmer
Tel.: 08731 8258

Kurzzeitpflege

Ziel ist es hier, Angehörigen, die einen pflegebedürftigen älteren Menschen das Jahr über betreuen, Urlaub und Erholung zu ermöglichen, damit deren Bereitschaft und Fähigkeit zur Pflege auf Dauer erhalten und gestärkt wird.

Auskünfte über Angebote der Kurzzeitpflege erteilen das:

Landratsamt Dingolfing-Landau
Heimaufsicht
Anneliese Meier
Obere Stadt 1
Dingolfing
Tel.: 08731 87458

sowie alle Seniorenwohn- und Pflegeheime
die unter diesem Punkt aufgeführt sind.

3. Wohnen im Alter

Tagespflege

Ist eine Kombination zwischen ambulanter und stationärer Versorgung. Tagsüber erhält der Pflegebedürftige eine qualifizierte Betreuung in einem Seniorenwohnheim. Den Abend kann er in gewohnter Umgebung zu Hause verbringen. Die Tagespflege kann fünf mal die Woche, von montags bis freitags, oder auch an individuell vereinbarten Tagen in Anspruch genommen werden. Auskünfte über Angebote der Tagespflege erteilen das:

Landratsamt Dingolfing-Landau
Heimaufsicht, Anneliese Meier
Obere Stadt 1, Dingolfing
Tel.: 08731 87458

sowie alle Seniorenwohn- und Pflegeheime die unter diesem Punkt aufgeführt sind.

Seniorenwohn- und -pflegeheime

Wenn die notwendige Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist, bleibt nur der Weg in ein Pflegeheim. Dort wird eine umfassende Betreuung gewährleistet. Grundsätzlich kann jeder ältere Mensch in ein Pflegeheim ziehen. Doch nur wer die Voraussetzungen für die Bedürftigkeit erfüllt, hat einen Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung. Die Festlegung der Leistung erfolgt durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen. Informationen zum Heimvertrag, Heimaufsicht und dem Medizinischen Dienst erteilt die Heimaufsicht des Landratsamtes. Hier kann auch das Recht der Beschwerde nach dem Heimgesetz (§ 5 (10) Beschwerderecht) wahrgenommen werden.

Landratsamt Dingolfing-Landau
Heimaufsicht, Anneliese Meier
Obere Stadt 1, Dingolfing
Tel.: 08731 87458

Bürgerheim Dingolfing
BGR-Josef-Zinnbauer Straße 8
Tel.: 08731 31680

Altenheim St. Martin
Eichendorf, Landauer Straße 29
Tel.: 09952 330

AWO – Heim Eichendorf
Pfarrkirchener Str. 35
Tel.: 09952 909280

AWO Seniorenheim Frontenhausen
Ellwangerstraße 12
Tel. 08732 93790-0
Fax 08732 93790-444
E-mail: seniorenheim.frontenhausen@awo-ndb-opf.de

Heilig-Geist-Bürgerspital, Landau
Dr.-Godron-Straße 14
Tel.: 09951 98960

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege
- Vielseitige Veranstaltungsangebote
- Liebevolle Pflege und Betreuung
- Beratung und Hilfen bei den Aktivitäten des täglichen Lebens

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns.
Wir nehmen uns Zeit für Sie und Ihre Fragen.

Heiliggeist-Bürgerspital-Stiftung
Ein echtes Zuhause

Heiliggeist-Bürgerspital-Stiftung
Dr.-Godron-Str. 14
94405 Landau a. d. Isar
Tel. 09951/98 96-0
altenheim-landau@t-online.de
www.seniorenheim.landau-isar.de

Fotos: Heiliggeist-Bürgerspital-Stiftung

BürgerHeim ***

Betreuung und Pflege im Herzen Dingolfings

Tagespflege

Hilfe im Alter

Viele ältere Mitbürger finden diese Hilfe in Einrichtungen der Altenpflege oder werden zu Hause gepflegt und betreut. Betroffene Angehörige sind dabei stark belastet.
Die **Tagesbetreuung** für ältere Mitbürger bringt den Angehörigen jedoch erhebliche Erleichterung und Entlastung.

Unser Angebot

Wir nehmen Menschen, die Pflege und Betreuung bedürfen, tagsüber auf und schaffen durch gleichzeitige, qualifizierte, pflegerische und sozialtherapeutische Versorgung einen zweiten häuslichen Lebensraum. Wir entlasten die Angehörigen, ohne die pflegebedürftigen Familienmitglieder von ihrer Häuslichen Umgebung zu trennen.

Unsere Ziele

Unser oberstes Ziel ist es, dass sich unsere Besucher bei uns wohlfühlen. Die Wünsche und Bedürfnisse der Tagespflegegäste bilden dabei die Grundlage unseres Handelns.

Unsere Leistungen

- Ganzheitliche Pflege und Betreuung, Grund- und Behandlungspflege in Ergänzung zur häuslichen Pflege
- Drei Mahlzeiten
- Hilfe zur Selbsthilfe, Reaktivierung und Einübung alltäglicher Verrichtungen, Mobilisierung
- Gruppenarbeit
- Kontakte zu anderen Mitmenschen
- Beratung der Angehörigen
- Unterstützung rehabilitativer Maßnahmen
- Anbindung an unser Altenservicezentrum

Die Kosten

Die Eigenbeteiligung beträgt pro Tag: 15,83 €

Dabei reduziert sich der Anteil des häuslichen Pflegegeldes. Die Kosten für die Betreuung in der Tagespflege werden einheitlich nach einem festen Tagessatz berechnet.

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8 Uhr bis 17 Uhr

Es besteht auch die Möglichkeit, die Tagespflege für einzelne Tage fest oder auch stundenweise zu buchen.
Informieren Sie sich unverbindlich!

Heimleitung:
Anton Schratzenstaller
Telefon: 0 87 31/31 68-113

Tagespflege:
Eva-Maria Frank, Erika Simlechner
Telefon: 0 87 31/31 68-125

Telefax: 0 87 31/31 68-110
E-Mail: buergerheim@dingolfing.de
www.dingolfing.de/spital/

BGR-J.-Zinnbauer-Straße 8 – 84130 Dingolfing

3. Wohnen im Alter

AWO – Seniorenwohnheim Landau
Bayerwaldring 30
Tel.: 09951 60331000

Alten- und Pflegeheim St. Antonius
Mengkofen
Hauptstraße 28
Tel.: 08733 93910

Villa Wörth, Niederviehbach
Haus Hinterkreuth
Hinterkreuth 2
Tel.: 08702 943410

Kursana Domizil, Pilsting
Haus Maria Theresia, Klostergasse 12 a
Tel.: 09953 30000

Altenheim St. Josef, Reisbach
Krankenhausstraße 19
Tel.: 08734 93910

Wohn- und Pflegeheim, Simbach
Pichlmayer Betriebsgesellschaft mbH
Eggenfeldener Straße 35
Tel.: 09954 93020

Caritas Altenheim „St. Vinzenz“, Wallersdorf
Kirchgasse 16
Tel.: 09933 953900

Wohnen und Pflege für Menschen mit geistiger Behinderung

Wohnheim der Lebenshilfe Landshut
Goethestr. 2
Dingolfing
Tel.: 08731 72762

Wohnheim der Lebenshilfe Landshut
Straubinger Str. 39
Landau
Tel.: 09951 90744

Wohnen und Pflege für psychisch kranke Menschen

AWO-Wohnheim für psychisch kranke Menschen
Pfarrkirchner Straße 35, Eichendorf
Tel.: 09952 909280

Wohn- und Pflegeheim, Simbach
Pichlmayer Betriebsgesellschaft mbH
Eggenfeldener Straße 35
Tel.: 09954 93020

Wohnen und Pflege für ehemals alkohol-abhängige Menschen
Schloss Tannegg
Bauerngasse 1, Landau
Tel.: 09951 599980

alles deutschland | Weitere Informationen finden Sie unter: www.alles-deutschland.de

Pflege- und Versorgungszentrum BUCHBAN

LANDAU • PLATTLING • DEGGENDORF • EGG

Pflegeambulanz
Keltenstraße 2
94405 Landau

Pflegeambulanz
Landauer Straße 117
94447 Platting
+ Deggendorf

Villa Eva
Landauer Straße 113
94447 Platting

Villa Lisa
Egger Straße 63
94505 Egg

Bürozeiten: Mo.–Fr. 8.30–11.30 Uhr und 13.30–16.30 Uhr
HOTLINE: 09951 6722 • **Fax: 09951 2841** • Außerhalb der Bürozeiten: **0171 1250806**

Unser Einsatzgebiet:

Wir bieten Ihnen:

- Ambulante Häusliche Krankenpflege
- Palliativpflege/Intensivpflege (spezialisierte Versorgung von an Krebs erkrankten Menschen)
- Beatmungspflege/Heimbeatmung
- Wohngemeinschaften (wie stationäre Pflege) mit maximal 12 Bewohnern je Wohngemeinschaft
- Tagespflege von früh bis abends

Individuelle Pflege und Betreuung durch hochqualifiziertes Personal, wo immer Sie wünschen:

- zu Hause
- in Wohngemeinschaften
- im Betreuten Wohnen
- in der Tagespflege

Wir kümmern uns
in folgenden Hauptabteilungen um Ihr
Wohlergehen:

- Innere Medizin
- Chirurgie
- Gynäkologie/Geburtshilfe
- Anästhesie
- Belegabteilungen HNO
  Orthopädie und Urologie

Kreisklinikum
Dingolfing-Landau

Gesundheit
für Menschen

www.kkh-dingolfing.de www.kkh-landau.de

www.alles-deutschland.de
allesdeutschland

Wir bieten Ihnen
ein sicheres Zuhause

Das Kursana Domizil Pilsting verbindet anspruchsvollen Wohnkomfort mit modernsten Pflegemethoden, die durch umfangreiche Therapiemaßnahmen ergänzt werden. Wir bieten Ihnen ein sicheres und liebevolles Zuhause mit individueller Betreuung. Unser erfahrenes Betreuerteam ist Tag und Nacht für Sie da.

- Stationäre Langzeitpflege
- Fachpflege für Demente
- Verhinderungspflege
- Kurzzeitpflege
- Einzel- und Doppelzimmer mit Bad

Kursana Domizil Pilsting, Haus Maria Theresia, Klostergasse 12 a, 94431 Pilsting
Telefon: 0 99 53 . 30 00 - 0, Telefax: 0 99 53 . 30 00 - 1 24, www.kursana.de

Mein sicheres Zuhause.

KURSANA
DOMIZIL

4. Ambulante Versorgung und Hilfeangebote

Hausnotruf

Bayerisches Rotes Kreuz, Sozialstation
Kreisverband Dingolfing, Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de

Caritas Sozialstation
Dr.-Godron-Straße 3, 94405 Landau
Tel.: 09951 985111
E-Mail: Sozialstation@CaritasLandau.de

Mahlzeitendienste / Essen auf Räder

Bayerisches Rotes Kreuz, Sozialstation
Kreisverband Dingolfing, Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410,
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de
Kreisverband Landau, Thalhamer Straße 1
Tel.: 09951 599932, E-Mail: info@aslandau.brk.de

Caritas Sozialstation
Dr.-Godron-Straße 3, 94405 Landau
Tel.: 09951 985111
E-Mail: Sozialstation@CaritasLandau.de

Arnstorfer Tafel
Hier können sich bedürftige Menschen mit Nahrungsmitteln versorgen. Diese werden jeweils freitags von 14.00 Uhr bis maximal 16.00 Uhr (solange Vorrat reicht) an den folgenden Stellen zu den jeweils angeführten Werktagen ausgegeben:
Stadt Landau Ludwigstr. 10
Markt Pilsting Marktplatz 25 (grünes Haus)
Stadt Dingolfing Stadtteilzentrum Nord
St.-Josef-Platz 4, Dingolfing

Pflegedienste

Bayerisches Rotes Kreuz, Sozialstation
Kreisverband Dingolfing, Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410,
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de
Kreisverband Landau, Thalhamer Straße 1
Tel.: 09951 599932, E-Mail: info@aslandau.brk.de

4. Ambulante Versorgung und Hilfeangebote

Caritas Sozialstation
Dingolfing, Griesgasse 13
Tel.: 08731 40328
E-Mail: sozialstation@caritasdingolfing.de

mit den gemeindenahen Pflegebereichen:
Frontenhausen, Tel.: 08732 2836
Loiching, Weigendorf, Tel.: 08731 2198
Mengkofen, Tel.: 08733 1545
Reisbach, Tel.: 08734 7600

Caritas Sozialstation
Landau, Dr.-Godron-Straße 3
Tel.: 09951 985111
E-Mail: sozialstation@caritaslandau.de

Ambulante Krankenpflege
Helmer
Oberdingolfing 30, Dingolfing
Tel.: 08731 8258

Ambulante Pflege Ruhstorf
Silvia Hofbauer
Weißenöder Weg 10, Simbach
Tel.: 09954 70020

Ambulanter Pflegedienst
Buchban & Meyer GbR
Keltenstraße 2, Landau
Tel.: 09951 6722

Pflege und Hilfe Daheim
ambulante Kranken- und Altenpflege
Birnkammerweg 2, Simbach
Tel.: 09954 90274

Häusliche Krankenpflege
Breuer & Graupner
Sauerkleeweg 6, Landau
Tel.: 09951 6933955

Ambulanter Pflegdienst
Ullrich Theresia
Häusliche Pflege
Hauptstraße 32, Postau
Tel.: 08702 949220

Außerklinische Intensivpflege Lifeline
Hans Lautenschlager
Marktplatz 40a, Simbach
Tel.: 09954 700800

Pflegedienste Lifeline
Marktplatz 46
94436 Simbach
Tel.: 09954 700800

Krankenfahrten

Werden auch von Taxiunternehmen durchgeführt. Vorher bitte mit der Krankenkasse abklären.

4. Ambulante Versorgung und Hilfeangebote

Sonder-, Behindertenfahrdienst

Bayerisches Rotes Kreuz, Sozialstation
Kreisverband Dingolfing, Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de

Kreisverband Landau, Thalhamer Straße 1
Tel.: 09951 599932
E-Mail: info@aslandau.brk.de

Fahrdienste Emma
Gobener Weg 16b, Dingolfing, Tel.: 08731 323693

Unterstützung für Haus und Garten

Bayerisches Rotes Kreuz – Sozialstation
Kreisverband Dingolfing, Krankenhausstraße 6
Tel.: 08731 31410
E-Mail: info@kvdingolfing.brk.de

Kreisverband Landau, Thalhamer Straße 1
Tel.: 09951 599932
E-Mail: info@aslandau.brk.de

Landauer Zuverdienst „LanZE“ Zuverdienstprojekt:
Unterstützung rund ums Haus, Wäsche- und Bügelservice
(auch Hol- und Bringdienst)
Landau, Oberer Stadtplatz 7, Tel.: 09951 601863
Träger: Caritas Landau, Dr.-Godron-Straße 3

Caritas Landau, Sozialstation
Servicedienst für das „Wohnen zu Hause“
Tel.: 09951 85111

Lokale Hilfs- und Dienstleistungen

Christliche Pfarreien Frontenhausen – Marklkofen
Ökumenische Nachbarschaftshilfe

Kath. Pfarrei Loiching
Jeden Samstag Fahrdienst zum
Vorabendgottesdienst
Tel.: 08731 2643

Mamming
Helferkreis Kath. Pfarrgemeinde
1. Vorsitzende: Rosemarie Deiler
Bgm.-Maurer-Weg 6
Tel.: 09955 731

Wallersdorf
Wallersdorfer Netzwerk
1. Frau Ast
Tel.: 09933 1388

Haushaltshilfe für Senioren
Petra Wagner
Tel.: 09933 770

Pflegedienste
Lifeline

- Außerklinische Intensivpflege
- Kinderkrankenpflege
- Ambulante Pflege

Intensivpflege für Erwachsene und Kinder

Pflege rund um die Uhr
Stomaversorgung
Infusions- und Schmerztherapie

Ambulante Pflege

Behandlungspflege
Verhinderungspflege
Pflegeeinsätze nach § 37.3 SGB XI

Kostenlose Beratungsgespräche

Marktplatz 46 · 94436 Simbach · Tel: 09954 700800 · Fax: 09954 700801

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2000

»UNSERE BAUSTEINE FÜR IHREN ERFOLG«

mediaprint infoverlag

mediaprint infoverlag gmbh
lechstraße 2 | 86415 mering
telefon 08233 384 - 0
e-mail info@mediaprint.info
internet www.mediaprint.info
www.alles-deutschland.de

PUBLIKATIONEN INTERNET KARTOGRAFIE WERBEMITTEL

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Die gestiegene Lebenserwartung ermöglicht es immer mehr Menschen, nach dem aktiven Berufsleben noch Dinge zu tun, die Spaß machen und ein erfülltes Leben zu haben. Mit höherem Alter sind viele Menschen aber auch auf Hilfe und Pflege angewiesen. Die Leistungen der Pflegekassen sind vielfältig. Bei der Beurteilung der jeweiligen Pflegebedürftigkeit ist eine Einzelfallprüfung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) unumgänglich. Pflegebedürftig im Sinne der Pflegeversicherung sind Personen die

- wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung
- für die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens
- auf Dauer (mindestens 6 Mon.)
- in erheblichen oder höheren Maß der Hilfe bedürfen.

Leistungen der Pflegeversicherung können nur dann in Anspruch genommen werden, wenn eine Pflegestufe durch die Pflegeversicherung festgestellt wurde. Dies geschieht nur durch Antrag bei der Pflegekasse.

Hilfe in allen Fragen zur Pflege und Pflegeversicherung gibt die:

Caritas Dingolfing

Fachstelle für pflegende Angehörige
Griesgasse 13, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 316012
E-Mail: angehoerigenberatung@caritas-dingolfing.de

Caritas Landau, Allgemeine Sozialberatung und Fachstelle für pflegende Angehörige
94405 Landau a.d. Isar, Dr.-Godron-Straße 3
Tel.: 09951 985123
Fax: 09951 985130
Termin nach Vereinbarung

Kombinationsleistungen

Eine Kombination von Pflegegeld und Pflegesachleistungen ist möglich. Pflegebedürftige haben die Möglichkeit Geld- und Sachleistungen zu kombinieren.

Bei einer solchen Kombination wird der nicht genutzte Prozentsatz der Pflegesachleistungen anteilmäßig als Pflegegeld ausgezahlt.

Kurzzeitpflege

Wenn die häusliche oder teilstationäre Pflege vorübergehend nicht möglich ist, bzw. nicht ausreicht.
Das gilt:

- In Krisensituationen, z. B. bei Ausfall der Pflegeperson infolge Urlaub / Krankheit
- Im Anschluss an eine stationäre Behandlung des Pflegebedürftigen

Die Pflegekasse übernimmt nur den pflegebedingten Aufwand sowie den Aufwand für soziale Betreuung und medizinische Behandlungspflege für eine kurzzeitige Unterbringung bis zu

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

1.510 €. Unterkunfts-, Verpflegungs- und Investitionskosten muss der Pflegebedürftige selbst tragen.

Wird durch die Tages- und Nachtpflege der Höchstbetrag nicht ausgeschöpft, wird anteiliges Pflegegeld oder Sachleistung ausbezahlt. (Derzeit gültige Sätze.)

Pflegeberatung

- Beratung zu allen Fragen und Problemen der pflegenden Angehörigen
- Hausbesuche

- Beratung und Aufklärung über Krankheitsbilder
- Aufklärung bei rechtlichen Themen der Pflege
- Hilfs- und Besuchsdienst für pflegende Angehörige

Beratungsstellen:
Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige, Dingolfing und Landau sowie alle Ambulanten Pflegedienste vor Ort.

Pflegegeld / Pflegesachleistungen

Der Pflegebedürftige kann wählen zwischen Pflegesachleistungen (d. h. professioneller Hilfe durch einen Pflegedienst) oder Pflegegeld wenn die Pflege selbst durchgeführt wird.

	Sachleistung mtl.	Pflegegeld mtl.
Pflegestufe I	440 €	225 €
Pflegestufe II	1.040 €	430 €
Pflegestufe III	1.510 €	685 €

(Derzeit gültige Sätze.)

Pflegehilfsmittel

Die Pflegekasse
- übernimmt die Kosten für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel (z. B. Einmalhandschuhe, Desinfektionsmittel etc. bis zu 31 €/mtl.)
- stellt notwendige technische Hilfsmittel (z. B. Bett) vorrangig leihweise zur Verfügung (Eigenbeteiligung von 10% max. jedoch 25 €)

(Derzeit gültige Sätze.)

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Pflegekasse

Die Pflegekasse ergibt sich aus der Mitgliedschaft in der Krankenversicherung. Dort, wo der Hilfesuchende krankenversichert ist, ist er auch pflegeversichert.

Pflegekurse

Um soziales Engagement im Bereich der Pflege zu fördern und Pflege und Betreuung zu erleichtern bietet Ihre Krankenkasse / Pflegekasse kostenfreie Kurse an. Informationen über die Pflegekurse erteilen auch die ambulanten Pflegedienste vor Ort.

Tagespflege

Der Pflegebedürftige kann tagsüber zu Hause nicht betreut werden. Er besucht eine Tagespflegestätte. Die Pflege während der Nacht wird durch Angehörige bzw. einen Pflegedienst sichergestellt.

Pflegestufe I	bis zu	440 €
Pflegestufe II	bis zu	1.040 €
Pflegestufe III	bis zu	1.510 €

(Derzeit gültige Sätze.)

Die Pflegekasse übernimmt nur den pflegebedingten Aufwand sowie den Aufwand für soziale Betreuung und medizinische Behandlungspflege. Unterkunfts-, Verpflegungs- und Investitionskosten muss der Pflegebedürftige selbst tragen. Wird durch die Tages- und Nachtpflege der Höchstbetrag nicht ausgeschöpft, wird anteiliges Pflegegeld oder Sachleistung ausbezahlt.

Verhinderungspflege / Urlaubspflege

Bedeutet, dass die Pflegeperson z. B. infolge Urlaub oder Krankheit verhindert ist zu pflegen und den Pflegebedürftigen schon länger als 12 Monate gepflegt hat.

Dafür stehen diese Alternativen zur Verfügung:

- Weiterzahlung des Pflegegeldes an Ersatzpflegende. Zusätzlich werden ehrenamtlichen Pflegepersonen auf Nachweis notwendige Aufwendungen (Fahrtkosten etc.) erstattet.
- Oder professionelle Pflege durch einen ambulanten Pflegedienst
- Kurzzeitige Heimunterbringung

In jedem Fall gilt bis max. 4 Wochen und max. 1.432 €.
(Derzeit gültige Sätze.)

Vollstationäre Pflege

Die Pflegekasse übernimmt die pflegebedingten Aufwendungen für medizinische Behandlungspflege und soziale Betreuung in folgender Höhe:

Pflegestufe I	1.023 €
Pflegestufe II	1.279 €
Pflegestufe III	1.510 €
Härtefälle	1.825 €

(Derzeit gültige Sätze.)

Höchstens übernimmt die Pflegekasse jedoch 75 % des Heimentgeltes.

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Wohnungsanpassungsmaßnahmen

Wohnungsanpassung bedeutet die bestehende Wohnung an die Bedürfnisse älterer oder behinderter Menschen anzupassen. Durch Umgestaltung werden Barrieren und Gefahrenquellen beseitigt.

Weitere Informationen finden Sie im Kapitel 3 „Wohnen im Alter".

Zusätzliche Betreuungsleistung

Wenn pflegebedürftige Menschen, welche zu Hause gepflegt werden, und einen erheblichen Betreuungsaufwand haben weil sie altersverwirrt, demenzkrank, geistig behindert oder psychisch krank sind, haben diese einen Anspruch auf einen zusätzlichen Betreuungsbetrag in Höhe von 100 € bzw. 200 € monatlich.

Diese Leistungen gibt es auch für Personen, die in keine Pflegestufe eingestuft sind. Sie sind bei der Pflegekasse zu beantragen.

Caritas Dingolfing
Fachstelle für pflegende Angehörige
84130 Dingolfing, Griesgasse 13
Tel.: 08731 3160-12, Fax: 08731 3160-20
E-Mail: angehoerigenberatung@caritas-dingolfing.de

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Donnerstag	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 16.30 Uhr
Dienstag	von 13.00 – 16.30 Uhr und
Freitag	von 8.00 – 12.00 Uhr und
	von 13.00 – 15.00 Uhr

Zusätzlich jeden 1. und 3. Dienstag Sprechtag im Pfarrheim Pilsting sowie jeden 2. und 4. Dienstag Sprechtag in der Caritas Sozialstation Reisbach. Bei der jeweiligen Pflegeversicherung Ihrer Krankenkasse.

5. Hilfe bei Pflegebedürftigkeit

Dr. Joachim Erdel
Hausärztlicher Internist
Stadtgraben 1
94405 Landau
Tel. 07 00-19 43 19 43
0 99 51-72 20
Fax 0 99 51-23 40
Mobil 01 72-8 30 20 24
dr.erdel@t-online.de
www.dr-erdel.de

LOGOpädische Praxis

Claudia Weinzierl
Logopädin

Fleischgasse 46
94405 Landau/Isar
Tel.: 09951/601839
Fax: 09951/602333

Termine nach telefonischer Vereinbarung

RADIOLOGIE MÜHLENINSEL

Praxis Landshut

Mühlenstr. 4 · 84028 Landshut
Tel.: 0871 92340-0

Kernspintomographie
Computertomographie
Nuklearmedizin
Mammographie mit Screening
Sonographie
Digitales Röntgen
Strahlentherapie
Tumornachsorge

Praxis Dingolfing

Krankenhausstr. 2 · 84130 Dingolfing
Tel.: 08731 32630

Kernspintomographie
Computertomographie
CT-gesteuerte Intervention
Digitales Röntgen
Sonographie

Praxis Landau

Bayerwaldring 17 · 94405 Landau
Tel.: 08731 32630

Computertomographie

Praxis Mühldorf

Krankenhausstr. 3 · 84453 Mühldorf
Tel.: 08631 1600-0

Strahlentherapie
Tumornachsorge

stat. & amb. Rehabilitation, Orthopädie Traumatologie, Neurologie, Osteopathie, Akutbehandlung und viel Zeit für Sie!

Nehmen Sie für ein unverbindliches Beratungsgespräch gerne Kontakt mit uns auf. **Telefon: 0 87 33 / 92 11 0** oder besuchen Sie uns im schönen Mengkofen:
Am Bräugraben 2, 84152 Mengkofen

Physio Klinik im Aitrachtal

Zeit, gesund zu werden.

www.physioklinik.de

PARKWOHNSTIFT
ARNSTORF
EIN HAUS DER HANS LINDNER STIFTUNG

Lebensfreude im Alter

Betreutes Wohnen

Ambulanter Dienst
„Zu Hause gut betreut“

Wohnpflege ***Hausgemeinschaften***

Kurzzeitpflege ***Tagespflege***

Berufsfachschule für Altenpflege ***Kinderkrippe Schatzkiste***

Wir beraten Sie gerne!

PARKWOHNSTIFT Arnstorf GmbH
Ansprechpartnerin Maria Plankl
Schönauer Straße 19
94424 Arnstorf
Telefon 08723 303-1331
maria.plankl@parkwohnstift-arnstorf.com
www.parkwohnstift-arnstorf.de

Rufen Sie an!

0 99 33/9 53 90-0

- Professionelle Pflege
- Sicherheit und Geborgenheit
- Seelsorge
- Familiäre Atmosphäre
- Kurzzeitpflege

Das und mehr bietet unser Alten- und Pflegeheim in Wallersdorf.

caritas

caritas Alten- und Pflegeheim
St. Vinzenz

Kirchgasse 16 · 94522 Wallersdorf
info@caritas-altenheim-wallersdorf.de
caritas-altenheim-wallersdorf.de

Wir pflegen Menschlichkeit.

6. Vorsorge

Welche Vorsorgemöglichkeiten gibt es?

1. Vorsorgevollmacht

a) Was ist eine Vorsorgevollmacht?

Die Vorsorgevollmacht ist wie jede Vollmacht eine Willenserklärung, mit der Sie einer Person Vertretungsmacht erteilen. Mit der Vorsorgevollmacht geben Sie einer vertrauenswürdigen Person die Möglichkeit, in Ihrem Namen zu handeln,

- im Fall, dass Sie eines Tages aus gesundheitlichen Gründen selbst nicht mehr entscheidungs- und handlungsfähig sind und
- in den von Ihnen benannten Lebensbereichen und Aufgabenstellungen.

Eine Vorsorgevollmacht gilt nur für die Aufgabenbereiche, die Sie in ihr benannt haben und wird erst unter den von Ihnen genannten Bedingungen (z. B. ärztliche Bestätigung, dass Sie nicht einwilligungsfähig oder nicht geschäftsfähig sind) wirksam. Sie können mit der Vorsorgevollmacht eine oder mehrere Personen bevollmächtigen oder die Aufgaben auch auf mehrere Personen verteilen.

Alle Rechtsgeschäfte, die eine bevollmächtigte Person für Sie erledigt, werden nur von Ihnen kontrolliert! Deshalb sollten Sie bei der Auswahl des oder der Bevollmächtigten besonders vorsichtig sein. Bedenken Sie, dass Sie diese Vollmacht gerade für den Fall eigener Hilflosigkeit erteilen und es Ihnen dann vielleicht nicht mehr möglich ist zu überwachen, ob die bevollmächtigte Person wirklich in Ihrem Sinne handelt.

b) Was ist bei der Vorsorgevollmacht zu beachten?

Die Vollmacht ist sowohl in handschriftlicher als auch in maschinell erstellter Form rechtswirksam. Sie muss persönlich datiert und unterschrieben sein.

Eine Vollmacht können Sie nur dann rechtswirksam erteilen, wenn Sie geschäftsfähig sind. Dies bedeutet, dass Sie zum Zeitpunkt der Erteilung der Vorsorgevollmacht die Tragweite Ihrer Entscheidung erkennen können müssen.

Wenn es um Grundstücksgeschäfte oder die Aufnahme von Darlehen oder künftige Übergabeverträge geht, müssen Sie die Vorsorgevollmacht von einem Notar beurkunden lassen. Bei der Beurkundung stellt der Notar fest, dass keine Zweifel an Ihrer Geschäftsfähigkeit bestehen und klärt Sie über die rechtliche Tragweite Ihrer Vollmacht auf.

Es besteht die Möglichkeit der amtlichen Beglaubigung der Unterschrift oder des Handzeichens durch die Betreuungsstelle. Die Beglaubigung bestätigt nur die Echtheit der Unterschrift bzw. des Handzeichens. Die Gebühr für die Beglaubigung beträgt z.Z.10 €.

Bei einer Entscheidung über risikoreiche medizinische Maßnahmen oder über Freiheitsentziehende Maßnahmen (z. B. über das Anbringen von Bettgittern) ist Ihre Vorsorgevollmacht nur dann rechtswirksam, wenn Sie für diese Fälle eindeutige Formulierungen in Ihre Vollmacht aufgenommen haben. Der Bevollmächtigte muss eine solche Entscheidung dem Betreuungsgericht zur Genehmigung vorlegen.

6. Vorsorge

Beachten Sie die Möglichkeit, die Vorsorgevollmacht mit einer Betreuungsverfügung zu kombinieren. Für den Fall, dass von dritter Seite im Nachhinein Ihre Geschäftsfähigkeit angezweifelt wird, ist es sinnvoll, die Vollmacht mit einer Betreuungsverfügung zu kombinieren, da diese keine Geschäftsfähigkeit erfordert.

c) Was soll eine Vorsorgevollmacht beinhalten?
Nehmen Sie in dieses Dokument alles auf, was von Ihrer bevollmächtigten Vertrauensperson beachtet werden soll, damit Sie auch im Falle der Hilflosigkeit Ihren persönlichen Lebensstil weitestgehend beibehalten können. Dies kann Ihre Lebensgewohnheiten, Ihre finanziellen Belange, den Umgang mit Haustieren, die Auswahl des Altenheimes und vieles mehr betreffen.

Dabei sollten Sie genaue Bestimmungen darüber treffen, was die bevollmächtigte Person im Einzelnen veranlassen kann und beachten soll. Wählen Sie eindeutige Formulierungen, damit klare Handlungsanweisungen entstehen. Dadurch wird Ihre Vertrauensperson auch vor Zweifeln und Missverständnissen geschützt.

Sie können Ihre Vorsorgevollmacht jederzeit widerrufen, ändern und der aktuellen Situation anpassen.

Bei einer Vollmachtserteilung sollten Sie mit der Vertrauensperson, die Sie bevollmächtigen wollen, den Inhalt der Vollmacht besprechen und sich versichern, dass diese bereit ist, die Aufgaben zu übernehmen.

Wenn Sie Regelungen treffen, die sich um die Gesundheit drehen, beraten Sie sich am besten auch mit dem Arzt oder der Ärztin Ihres Vertrauens.

d) Wie sollte man eine Vorsorgevollmacht aufbewahren?
Da jede Vollmacht nur im Original gültig ist, kommt der Aufbewahrung eine große Bedeutung zu. Sie können das Original an einem sicheren (und dem Bevollmächtigten bekannten) Ort zu Hause aufbewahren, oder aber Sie hinterlegen das Original bei einer Person Ihres Vertrauens oder bei einem Rechtsanwalt, Notar oder Steuerbevollmächtigten.

Behalten Sie auf jeden Fall eine Kopie bei sich, wenn Sie das Original außer Haus aufbewahren. Sie können dann jederzeit den Inhalt nachlesen und gegebenenfalls Veränderungen veranlassen.

Sie können Ihre Vorsorgevollmacht gegen Gebühr auch beim Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer registrieren lassen. Informationen hierzu erhalten Sie bei der Bundesnotarkammer, Kronenstrasse 42, 10117 Berlin (www.vorsorgeregister.de), beim Betreuungsgericht oder der Betreuungsstelle.

2. Betreuungsverfügung

a) Was ist eine Betreuungsverfügung?
Mit dem Wort „Betreuung“ wird die vom Betreuungsgericht angeordnete gesetzliche Vertretung bezeichnet. Die Betreuungsverfügung ist eine Willenserklärung, mit der Sie festle-

6. Vorsorge

gen, wer als gesetzliche/r Vertreter/in für Sie handeln soll und wie Sie Ihre Angelegenheit geregelt haben möchten, wenn Sie nicht mehr selbst entscheiden können. Mit der Betreuungsverfügung bestimmen Sie eine Person, die in diesem Fall für Sie vom Betreuungsgericht als Betreuer/in bestellt werden soll. Der Betreuer oder die Betreuerin wird vom Betreuungsgericht kontrolliert. Sollten Sie niemanden kennen, dem Sie eine Vollmacht erteilen können oder gute Gründe haben, eine gerichtliche Kontrolle vorzuziehen, dann ist dies die Vorsorgemöglichkeit Ihrer Wahl.

Mit der Betreuungsverfügung können Sie selbst dazu beitragen, dass der Betreuer oder die Betreuerin wichtige Informationen über Ihre persönlichen Wünsche erhält, wenn Sie sich später einmal nicht mehr klar äußern können.

b) Was ist bei der Betreuungsverfügung zu beachten?
Die Betreuungsverfügung gilt auch dann, wenn Sie zum Zeitpunkt Ihrer Willenserklärung nicht geschäftsfähig waren. Sowohl das Betreuungsgericht wie auch der Betreuer oder die Betreuerin sind an Ihre schriftlich festgelegten Wünsche gebunden, sofern Ihnen diese nicht erheblich schaden.

c) Was soll eine Betreuungsverfügung beinhalten?
In einer Betreuungsverfügung können Sie festlegen, wer Ihr Betreuer oder Ihre Betreuerin werden soll, aber z. B. auch, wer auf keinen Fall Ihr gesetzlicher Vertreter werden soll. Wenn Sie keine geeignete Person kennen, die Sie als Betreuer oder Betreuerin vorschlagen wollen, so sollten Sie jedenfalls Ihre persönlichen Wünsche in einer Betreuungsverfügung festlegen, damit der vom Vormundschaftsgericht ausgewählte Betreuer weiß, wie er am besten in Ihrem Sinne handeln soll.

Im Übrigen gelten für den Inhalt die gleichen Hinweise wie bei der Vorsorgevollmacht.

d) Wie sollte die Betreuungsverfügung aufbewahrt werden?
In Bayern können Sie die Betreuungsverfügung beim Betreuungsgericht hinterlegen. Zuständig ist das Amtsgericht, in dessen Bezirk Sie Ihren Wohnsitz haben. Bei einem Wohnsitzwechsel müssten Sie die Betreuungsverfügung beim dann zuständigen Amtsgericht hinterlegen. Sie können die Verfügung aber auch einer Person Ihres Vertrauens zur Aufbewahrung geben.

3. Patientenverfügung

a) Was ist eine Patientenverfügung?
Mit der Patientenverfügung formulieren Sie Ihren Willen für den Fall, dass Sie nicht mehr in der Lage sind, in eine ärztliche Behandlung einzuwilligen. Dies kann z. B. eintreten, wenn Sie längere Zeit bewusstlos sind oder an Alzheimer Krankheit leiden.

Ohne Ihre persönliche Einwilligung darf – außer in einer lebensbedrohlichen Lage – kein medizinischer Eingriff an Ihrem Körper vorgenommen werden. In Ihrer Patientenverfügung können Sie heute schon festlegen, ob Ihr Arzt / Ihre Ärztin alle Möglichkeiten ausschöpfen soll, Ihr Leben zu erhalten, oder

6. Vorsorge

ob unter bestimmten Bedingungen die Behandlungsmöglichkeiten auf die Linderung von Schmerzen (palliative Maßnahmen) beschränkt werden soll.

b) Was ist bei einer Patientenverfügung zu beachten?
Wenn sich ein Patient nicht mehr äußern kann, müssen die Ärzte bei der Behandlung den mutmaßlichen Willen des Patienten berücksichtigen. Die Patientenverfügung dient dazu, diesen Willen zu dokumentieren.

Je aktueller und persönlicher formuliert die Verfügung ist, um so mehr kann sie dem Arzt / der Ärztin zu einer verantwortungsvollen Entscheidung verhelfen. Der Wille der Patienten in Bezug auf ärztliche Maßnahmen muss eindeutig und sicher formuliert sein.

Es ist sinnvoll, die Patientenverfügung jährlich zu überprüfen und eventuell in einer veränderten Lebenssituation anzupassen. Der Arzt hat eine verbindliche Patientenverfügung zu beachten. Um sicher zu gehen, dass die behandelnden Ärzte Patientenverfügungen zur Kenntnis nehmen können, sollten diese gemeinsam mit den persönlichen Papieren bei sich geführt werden. Auch ein einfacher Hinweis (z. B. im Personalausweis oder in der Geldbörse), dass solche Verfügungen verfasst wurden und wo sie zu finden sind, kann förderlich sein.

Wir empfehlen deshalb, in Ihrer Betreuungsverfügung darauf hinzuweisen, dass Ihre Vertrauensperson bevollmächtigt ist, Sie im Sinne Ihrer Patientenverfügung zu vertreten. Der gesetzliche Betreuer muss, wenn risikoreiche medizinische Maßnahmen ergriffen oder lebenserhaltende Maßnahmen unterlassen werden sollen, beim Betreuungsgericht eine Genehmigung hierfür beantragen. Ab 01. Januar 1999 gilt diese Vorschrift auch für Bevollmächtigte.

c) Was soll eine Patientenverfügung beinhalten?
In einer Patientenverfügung sollte ausführlich und von Ihnen persönlich formuliert dargelegt sein, welche Behandlungsmaßnahmen Sie im Falle eigener Entscheidungsunfähigkeit wünschen bzw. welche Maßnahmen zu unterlassen sind. Dabei sollten Sie möglichst genau die Voraussetzungen schildern, unter denen Sie die Zustimmung zu lebenserhaltenden oder lebensverlängernden Maßnahmen verweigern.

Insbesondere sollte die Patientenverfügung dazu Stellung nehmen, ob Sie mit den in der Praxis am häufigsten vorkommenden ärztlichen Eingriffen bei älteren dementen Patienten einverstanden sind (künstliche Ernährung durch PEG Magensonde, künstliche Beatmung, Magen und Darmspiegelung, Teil oder Vollamputation von Gliedmaßen, insbesondere bei mangelhafter Durchblutung). Lassen Sie sich bei der Abfassung Ihrer Patientenverfügung von Ihrem Hausarzt bezüglich der medizinischen Einzelheiten beraten.

Was ist richtig?

1. Die Vorsorgevollmacht

Die Form der Vorsorgevollmacht empfiehlt sich nur, wenn Sie eine absolut vertrauenswürdige Person kennen. Die Vorsorge-

6. Vorsorge

vollmacht ist geeignet, wenn Sie für den Zeitpunkt der eigenen Hilflosigkeit eine rechtswirksame Vertretung wünschen und wenn Sie grundsätzlich keine Kontrolle der Bevollmächtigten durch das Betreuungsgericht für notwendig halten.

2. Die Betreuungsverfügung

Die Betreuungsverfügung empfiehlt sich, wenn Sie niemanden kennen, dem Sie eine Vorsorgevollmacht für den Fall späterer Hilflosigkeit erteilen wollen. Das Betreuungsgericht

bestellt die von Ihnen benannte Person zum Betreuer und kontrolliert dessen Handlungen. Die Betreuungsverfügung ist auch geeignet, wenn Sie festlegen wollen, wie Ihr Leben von einem professionellen Betreuer gestaltet werden soll. Der Betreuer ist gesetzlich verpflichtet, sich nach Ihren Wünschen zu richten, sofern Ihnen diese nicht erheblich schaden.

3. Die Patientenverfügung

Mit der Patientenverfügung erklären Sie in schriftlicher Form dem behandelnden Arzt gegenüber Ihren Willen bezüglich jeglicher medizinischer Behandlung für den Fall, dass Sie sich nicht mehr entsprechend äußern können. In diesem Fall benennen Sie keinen Vertreter, um Ihren Willen durchzusetzen.

Es empfiehlt sich daher, eine Patientenverfügung mit einer Vorsorgevollmacht oder Betreuungsvollmacht zu kombinieren, indem Sie in diesen Dokumenten auf Ihre Patientenverfügung hinweisen und Ihren Bevollmächtigten oder Betreuer beauftragen, Sie auch in dieser Hinsicht zu vertreten.

Informationen zu diesem Thema und Musterbeispiele für Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung erhalten Sie beim Landratsamt Dingolfing-Landau,
– Betreuungsstelle –, Tel.: 08731 87-459, Fax: 08731 87-744,
E-Mail: rudolf.stemberger@landkreis-dingolfing-landau.de.
Umfangreiche Informationen können auch im Internet beim Bayer. Staatsministerium der Justiz und für Verbraucherschutz unter www.justiz.bayern.de bzw. beim Bundesministerium der Justiz unter www.bmj.bund.de abgerufen werden.

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament

Erben und Vererben – ein Thema, das so alt ist wie die Menschheit und jeden betrifft. Die nachstehenden Informationen sollen einen kurzen Überblick zum Thema Erbfolge geben. Vorausgeschickt sei jedoch: Eine persönliche und qualifizierte Beratung durch einen Fachmann im Erbrecht kann hierdurch natürlich nicht ersetzt werden!

Auf wen das Vermögen nach dem Tode übergeht, hängt in erster Linie davon ab, ob der Verstorbene ein Testament hinterlassen hat oder nicht. Außerdem spielen die familiären Verhältnisse eine Rolle.

Die Gesetzliche Erbfolge

Hat der Verstorbene keine sogenannte Verfügung von Todes wegen, also ein Testament oder einen notariellen Erbvertrag errichtet, so tritt die gesetzliche Erbfolge ein. Wer im Einzelfall die gesetzlichen Erben sind, hängt davon ab, ob der Erblasser verheiratet war und welche Verwandten er bei seinem Tod hinterlässt. Das deutsche Erbrecht ist nämlich stark vom Gedanken der Familienerbfolge geprägt. Erbberechtigt sind daher in erster Linie der Ehegatte (bzw. der eingetragene gleichgeschlechtliche Lebenspartner) sowie die nächsten Verwandten des Verstorbenen. Das Gesetz teilt die Verwandten hierbei nach dem Verwandtschaftsgrad in sogenannte Ordnungen ein.

Zur ersten Ordnung gehören die Abkömmlinge des Erblassers, also Kinder (gleich ob eheliche, nichteheliche oder adoptierte, Enkel, Urenkel usw). Zu den Erben zweiter Ordnung zählen die Eltern und deren Abkömmlinge, also Geschwister, Nichten und Neffen. Zur dritten Ordnung schließlich gehören die Großeltern und deren Abkömmlinge, also Onkel, Tanten, Cousins und Cousinen. Es gilt der Grundsatz, dass Angehörige einer näheren Ordnung Angehörige einer entfernteren Ordnung von der Erbfolge ausschließen. Innerhalb derselben Ordnung wiederum gehen die näheren Verwandten den entfernteren vor. Daher schließen z. B. Kinder des Verstorbenen einerseits die Eltern des Verstorbenen und andererseits auch ihre eigenen Kinder, also die Enkelkinder des Erblassers, von der Erbfolge aus. Wenn allerdings ein Kind des Erblassers bereits zuvor verstorben ist, so treten dessen Kinder an seine Stelle und teilen sich den Anteil des vorverstorbenen Kindes zu unter sich gleichen Teilen (Stammprinzip). Für die Berechnung der Erbquoten kommt es außerdem auf den Familienstand des Verstorbenen an. Denn abgesehen von den Verwandten hat auch der hinterbliebene Ehegatte ein gesetzliches Erbrecht. Wie hoch sein Anteil am Nachlass ist, hängt davon ab, welcher Guterstand für die Ehe gilt und welche Verwandten neben dem Ehegatten vorhanden sind. Ais Grundregel lasst sich hierbei festhalten: Der Ehegatten erbt mindestens ein Viertel. Ob er mehr erhält, hängt erstens davon ab, ob die Ehegatten bei einem Notar per Ehever-

Notare

Bernhard Gleißner
Bernhard Weiß
Lederergasse 8/10
84130 Dingolfing
Telefon: 08731 8086
Telefax: 08731 40749
kanzlei@notare-dingolfing.de

Notar

Dr. Wolfgang Lößl

Oberer Stadtplatz 10
94405 Landau/Isar
Telefon: 09951 6900-0
Telefax: 09951 6900-29

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament

trag Gütertrennung oder Gütergemeinschaft vereinbart hatten und zweitens davon, zu welcher der genannten Ordnungen die übrigen hinterbliebenen Verwandten gehören.

Beispiele:

Herr A ist verwitwet – er könnte auch ledig sein – und hat drei Kinder:
Gesetzliche Erben sind die Kinder zu je 1/3. Eltern und Geschwister, sofern vorhanden, gingen leer aus. Aber auch die Enkelkinder waren von der Erbfolge ausgeschlossen. Sollte eines der Kinder von Herrn A bereits verstorben sein und hinterlässt dieses seinerseits zwei Kinder, treten diese an die Stelle des verstorbenen Kindes, teilen sich das „freie Drittel" und werden also Erben zu je 1/6. Sind keine Abkömmlinge des vorverstorbenen Kindes vorhanden, so wächst sein Erbteil den anderen beiden Kindern des Herrn A an und diese werden also Erben zu je ½.

Herr A ist verheiratet und hat drei Kinder:
Hatte Herr A mit seiner Frau keinen Ehevertrag geschlossen, so erbt seine Frau die Hälfte, die andere Hälfte verteilt sich gleichmalig unter seinen Kindern, jedes erhalt also 1/6. War in der Ehe beim Notar Gütertrennung vereinbart worden, so erbt die Witwe X, den Rest teilen sich die Kinder, d. h. jedes erhält ebenfalls X. Gleiches gilt, wenn Herr A mit seiner Frau ehevertraglich die Gütergemeinschaft gewählt hatte.

Herr A ist kinderlos verheiratet:
Wiederum spielt der Güterstand eine Rolle: Galt in der Ehe die gesetzliche Zugewinngemeinschaft, so erbt die Witwe 3/4,

während 1/4 den Eltern des Herrn A bzw. ersatzweise dessen Geschwistern zufällt. Bei Gütertrennung oder Gütergemeinschaft erhält seine Witwe nur die Hälfte, während die andere Hälfte auf Eltern bzw. Geschwister Obergehen. Nur wenn weder Eltern, noch Geschwister, noch Großeltern vorhanden sind, erbt Frau A alles.

Testament und Erbvertrag

Die vorstehend skizzierte gesetzliche Erbfolge tritt jedoch dann nicht ein, wenn der Verstorbene von seiner Testierfreiheit Gebrauch gemacht und eine sogenannte Verfügung von Todes wegen errichtet hat. Das Gesetz bietet nämlich die Möglichkeit in

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament

Form eines Testaments (einseitig, d. h. durch eine Person allein oder – bei Ehegatten – durch gemeinschaftliches Testament) oder in Form eines notariellen Erbvertrages über die Vermögensnachfolge nach dem Tod selbst zu bestimmen. Der letzte Wille zählt also! Stets gilt dabei: Entscheiden strengt an. Also sollte man nicht zu lange warten, sondern sein Testament machen, solange man bei klarem Verstand und guter Gesundheit ist.

Formvorschriften beachten

Will man ein Testament verfassen, kommt es entscheidend darauf an, die gesetzlichen Formerfordernisse einzuhalten. Das sogenannte eigenhändige Testament muss von Anfang bis Ende von dem Betreffenden selbst handschriftlich verfasst und unterzeichnet sein. Computer oder Schreibmaschine dürfen also auf keinen Fall benützt werden, da das Testament sonst null und nichtig wäre. Gleiches gilt für ein mündliches Testament oder eine Videoaufzeichnung. Das verfasste Testament sollte zusätzlich auch Ort und Datum der Errichtung enthalten. Denn werden nach dem Tod mehrere – sich widersprechende – Testamente gefunden, kann sonst unmöglich beurteilt werden, welches als das zeitlich letzte vom Verstorbenen gewollt war. Bei Ehegatten (und nur bei diesen!) ist es ausreichend, dass nur einer von beiden das Testament (z.B. mit einer gegenseitigen Erbeinsetzung) eigenhändig niederschreibt. Unterschreiben müssen aber auch hier beide.

Notarielles Testament und Erbvertrag

Alternativ zum eigenhändigen Testament kann auch ein notarielles Testament oder ein notarieller Erbvertrag errichtet werden. Gerade wenn es um komplizierte Regelungen geht, empfiehlt es sich dringend, einen Fachmann aufzusuchen und nicht einfach auf eigene Faust den Versuch eines Testaments zu wagen. Wie leicht können hier beim Formulieren Fehler und Missverständnisse auftreten, die nach dem Tod nicht mehr „repariert“ werden können. Zu den komplizierten Fallen können – für viele überraschend – bereits solche zählen, in denen erst der Ehegatte, und dann die Kinder erben sollen (so genanntes „Berliner Testament“). Hat ein Laie das betreffende Testament verfasst, entsteht hier oft die Streitfrage, ob der überlebende Ehegatte auch über das ererbte Vermögen frei verfügen können soll bzw. ob er beispielsweise die Erbeinsetzung der Kinder noch abändern kann und darf. Was ist, wenn der andere wieder heiratet? Beratungsbedarf besteht z. B. auch in Fällen, in denen Ehegatten unterschiedliche Staatsangehörigkeiten besitzen, Auslands- oder Betriebsvermögen haben oder, Kinder aus verschiedenen Ehen oder behinderte Kinder vorhanden sind. Notarielle Testamente und Erbverträge kommen stets in Verwahrung beim Amtsgericht oder beim Notar selbst. So ist in jedem Fall gewährleistet, dass die Regelung nach dem Tod auch aufgefunden wird. Die für ein notarielles Testament (samt ausführlicher Beratung) entstehenden Kosten sind schließlich auch nicht verloren. Denn wenn eine notarielle Nachlassregelung vorliegt, wird für die Erben die kostenpflichtige Beantragung eines Erbscheins beim Nachlassgericht entbehrlich.

Regelungsmöglichkeiten: Erbeinsetzung, Vermächtnis, Teilungsanordnung, Auflagen

Die richtige Form gewahrt, bestehen vielfaltige Möglichkeiten für die inhaltliche Ausgestaltung der testamentarischen Regelung:

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament

Zunächst kann bestimmt werden, wer überhaupt Erbe werden soll und damit automatisch mit dem Todeszeitpunkt das gesamte Vermögen (samt etwaigen Schulden) des Verstorbenen zum Eigentum erhält. Hierbei kann sowohl die Person, als auch – bei mehreren Personen – die Erbquote festgelegt werden. Werden mehrere Personen zu Erben eingesetzt, entsteht eine sogenannte Erbengemeinschaft, d. h. der Nachlass steht den Erben gemeinsam zu. Alle Miterben müssen bei Entscheidungen über Verwaltung oder Verkauf von Nachlassgegenständen grundsätzlich einvernehmlich entscheiden. Auch für den Fall, dass die als Erbe ins Auge gefasste Person bereits vorher verstorben sein sollte oder das Erbe (aus welchen Gründen auch immer) gar nicht antreten möchte und die Erbschaft deshalb ausschlägt, kann im Testament Vorsorge getroffen werden und zwar durch die Benennung eines sogenannten Ersatzerben. Ist es der Wunsch, bestimmten Personen nur einzelne Gegenstände aus dem Nachlass zuzuwenden, kann dies durch ein sogenanntes Vermächtnis getan werden. Der oder die Erben haben die jeweiligen Gegenstände dann an den Begünstigten zu übereignen und herauszugeben. Zu denken ist hier beispielsweise an Geldzahlungen, ein Grundstück, ein Wohnungsrecht oder auch Schmuck und Kunstgegenstände. Geht es dem Erblasser darum, vorzugeben, wie mehrere Erben (z. B. Kinder) einzelne Nachlassgegenstände unter sich zu verteilen haben, kann dies durch eine sogenannte Teilungsanordnung geregelt werden (z. B. Sohn A soll das Grundstück A erhalten, Sohn B das Grundstück B).

Mit Auflagen schließlich kann der Erblasser die Verwendung des Nachlasses für bestimmte Zwecke sicherstellen, ohne dem Begünstigten wie beim Vermächtnis einen eigenen Anspruch auf die Leistung einzuräumen. So kann z. B. angeordnet werden, einen bestimmten Geldbetrag für wohltätige Zwecke zu verwenden, das Grab zu pflegen oder Tiere des Verstorbenen (die nicht erben können!) zu versorgen.

Testamentsvollstreckung, Vormundbenennung

Das Gesetz sieht auch die Möglichkeit vor, einen sogenannten Testamentsvollstrecker einzusetzen. Dieser kann z. B. die Aufgabe haben, den Nachlass gemäß den Vorgaben des Erblassers zu verteilen oder die Erbschaft für einen bestimmten Zeitraum zu verwalten. Personen mit noch minderjährigen Kindern können per Testament auch einen Vormund benennen, der sich um die Kinder kümmert, sollten beide Elternteile bereits zu einem Zeitpunkt versterben, in dem die Kinder noch nicht volljährig sind.

Änderungsmöglichkeiten und Bindungswirkung

Ein einseitiges, d. h. durch eine Person verfasstes Testament kann durch ein späteres ohne weiteres geändert oder aufgehoben werden. Etwas anderes kann jedoch bei gemeinschaftlichen Testamenten (gleich ob privatschriftlich oder notariell) oder beim notariellen Erbvertrag gelten. Insbesondere wenn Ehegatten sich gegenseitig zum Erben einsetzen und zu Schlusserben die gemeinsamen Kinder berufen, ist zu beachten, dass in diesen Fällen eine – manchmal ungewollte – Bindungswirkung eintritt, die es dem Oberlebenden nicht mehr erlaubt, nach dem Tod des Erstversterbenden an der Schluss-

7. Gesetzliche Erbfolge und Testament

erbeinsetzung noch einmal Änderungen vorzunehmen. Auch ein vermeintlich einfacher Fall kann also seine Tücken haben.

Pflichtteilsrecht

Die Testierfreiheit ist zwar garantiert, aber nur bis zu den Schranken, die das Pflichtteilsrecht zieht. Der Pflichtteil ist eine Art gesetzlicher „Entschädigungsanspruch". Er steht nahen Angehorigen zu, die aufgrund eines Testaments oder Erbvertrags des Verstorbenen weniger als die Hälfte ihres gesetzlichen Erbteils oder sogar gar nichts bekommen. Pflichtteilsberechtigt sind neben dem Ehegatten die Abkömmlinge, u. U. auch die Eltern, allerdings nur, wenn der Verstorbene keine Abkömmlinge hinterlassen hat. Geschwister und sonstige Verwandte sind nie pflichtteilsberechtigt. Pflichtteilsansprüche betragen 50 % des jeweiligen gesetzlichen Erbanspruchs. Beim Pflichtteilsanspruch handelt sich um einen Zahlungsanspruch, d. h. Anspruch auf bestimmte im Nachlass befindliche Gegenstande kann der Pflichtteilsberechtigte nicht erheben. Eine Entziehung des Pflichtteils lasst das Gesetz nur in seltenen Ausnahmefallen zu, so bei schwerwiegenden Verfehlungen des gegenüber dem Erblasser oder einer dieser nahestehenden Person oder bei verurteilten Straftätern. Möglich ist es jedoch, mit einem potentiellen Pflichtteilsberechtigten bereits zu Lebzeiten einen Verzicht auf den Pflichtteil zu vereinbaren. Dieser Vertrag muss jedoch vor einem Notar geschlossen worden sein, damit er wirksam ist. Zwar wird der Pflichtteilsberechtigte oft nur gegen eine Abfindung (oder Schenkung) zu einem solchen Verzicht bereit sein. Trotzdem kann sich dieser Weg lohnen, vor allem wenn damit spätere teure Streitereien vermieden werden können.

Lebzeitige Schenkungen als Alternative zum Vererben

Als Alternative zur Erbfolge sollten auch Obertragungen zu Lebzeiten in Betracht gezogen werden (sogenannte vorweggenommene Erbfolge). Dies hat den Vorteil, dass der Schenker die gewünschte Vermögensnachfolge noch selbst miterleben kann. Bei derartigen Überlassungen können zugunsten des Schenkers und seines Ehegatten auch Rechte vorbehalten bzw. eingeräumt werden, z. B. Nießbrauch, Wohnungsrecht, Leibrente oder Veräußerungsbeschränkungen für den Beschenkten (z. B. kein Verkauf des geschenkten Hauses zu Lebzeiten des Schenkers). Unter Umstanden können auch steuerliche Aspekte für eine lebzeitige Obertragung sprechen, da so steuerliche Freibetrage, die alle zehn Jahre erneut zur Verfügung stehen, mehrfach ausgenutzt werden können.

Fachkundigen Rat einholen!

Wie Sie sehen, ist das Erbrecht gar nicht so einfach, aber andererseits auch nicht so kompliziert, um davor gleich zu kapitulieren. Im Gegenteil! Man sollte sich beizeiten Gedanken machen und sich nicht scheuen. eine gründliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

Weitere Informationen erteilen Notare, bzw. Rechtsanwälte und Steuerberater. Tipps und Formulierungshilfen können auch im Internet beim Bayer. Staatsministerium der Justiz und für Verbraucherschutz unter www.justiz.bayern.de bzw.beim Bundesministerium der Justiz unter www.bmj.bund.de abgerufen werden.

8. Hospiz / Palliativ

Hospizgruppe Dingolfing / Landau e. V.

Die Hospizgruppe im Raum Dingolfing / Landau hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen mit unheilbaren Erkrankungen ein lebenswertes Dasein bis zuletzt zu ermöglichen. Es handelt sich um einen gemeinnützigen Verein, der politisch und konfessionell unabhängig ist. Die ausgebildeten Hospizhelfer unterliegen der Schweigepflicht, arbeiten ehrenamtlich, unentgeltlich und können jederzeit über die Einsatzleitung erreicht werden.

Mobiltelefon der Einsatzleitung im Raum Dingolfing:
0151 58112630
Mobiltelefon der Einsatzleitung im Raum Landau:
0160 93548869

Angebote der Hospizgruppe:

- Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden im Krankenhaus, in Alten- und Pflegeheimen und in Privathaushalten.
- Begleitung von Angehörigen Schwerstkranker und Trauerarbeit für Hinterbliebene durch Einzelgespräche, offene Trauergruppe oder Trauercafé.

Nähere Informationen hierzu bei der Hospizgruppe Dingolfing / Landau e. V. über die Mobiltelefone oder direkt zu den
Büroöffnungszeiten: Jeden Dienstag von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr im Büro Arcostraße 4, Landau
oder nach Vereinbarung
Tel.: 09951 6025809, Fax: 09951 8277
www.hospizgruppe.info,E-Mail: mail@hospizgruppe.info

Palliativdienst am Kreisklinikum Dingolfing / Landau e. V.

Der Palliativdienst, also die palliative Medizin, Pflege und Begleitung, strebt die Verbesserung der Lebensqualität von schwerstkranken und sterbenden Menschen an. Diese Unterstützung wird durch multidisziplinäre Behandlungs- und Betreuungsteams sowie Ehrenamtliche erbracht. Die Wünsche und Bedürfnisse des schwerstkranken Menschen und seiner Angehörigen stehen dabei zu jeder Zeit im Vordergrund. Ziel der palliativen Versorgung ist es, Menschen mit einer weit fortgeschrittenen, nicht heilbaren Erkrankung, ein beschwerdefreies Leben bis zuletzt zu ermöglichen. Dies soll durch Linderung von quälenden Symptomen wie Schmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Atemnot, Schlaflosigkeit, Angst oder Verwirrtheit erreicht werden. Eine ganzheitliche individuelle Begleitung bei der Angehörige jederzeit in die umfassende Betreuung miteinbezogen werden ist so möglich.

Angebote des Palliativdienstes:

- Behandlung von quälenden Begleitsymptomen der Krankheit
- Palliative Pflege im Krankenhaus
- Organisatorische Unterstütung bei Entlassung oder Verlegung
- Spirituelle/psychosoziale Begleitung
- Begleitung und sozialdienstliche Beratung von Angehörigen
- Fachliche Beratung durch Ärzte und Pflegekräfte

Der Palliativdienst ist sowohl im Kreisklinikum Dingolfing unter 0176 15816857 als auch im Kreisklinikum Landau unter 0176 15716772 rund um die Uhr erreichbar.

9. Todesfall

Erledigungen beim Todesfall

Bei einem Todesfall macht es die persönliche Trauer oft schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu fassen. Die nachfolgenden Hinweise können dabei helfen:

1.) Arzt benachrichtigen, der den Tod feststellt und bei einem zweiten Besuch nach einer Wartezeit von 6 – 8 Stunden den Totenschein ausstellt. Erst danach darf überführt werden zum Friedhof oder ins Krematorium.

2.) Angehörige, Verwandte und enge Freunde verständigen.

3.) Bestattungsinstitut kontaktieren. Hier können je nach Wunsch viele Erledigungen für Sie getätigt werden. Klären ob Erd- oder Feuerbestattung gewünscht wird.

4.) Meldung des Todesfalls spätestens am nächstfolgenden Werktag beim Standesamt am Sterbeort durch Angehörige oder den Bestatter. Zusätzlich zum Totenschein und Ausweis des Anzeigenden sind mitzubringen:

Bei Verheirateten: Heiratsurkunde und Aufenthaltsbescheinigung des Verstorbenen, wenn nicht am Wohnort verstorben.
Bei Witwen/Witwern: Heiratsurkunde, Sterbeurkunde des Ehepartners, ggfs. Aufenthaltsbescheinigung des Verstorbenen.
Bei Geschiedenen: Heiratsurkunde, aktuelles Scheidungsurteil, ggfs. Aufenthaltsbescheinigung des Verstorbenen.
Bei Ledigen: Geburtsurkunde und ggfs. Aufenthaltsbescheinigung des Verstorbenen.

Das Standesamt stellt die Sterbeurkunden für die Rentenversicherung, Krankenkasse und private Zwecke aus. Bei der Beurkundung des Sterbefalles verständigt das Standesamt auch das Nachlassgericht, dem ein für den Nachlass zuständiger Angehöriger zu melden ist. Im Einvernehmen mit der Gemeinde wird die Grabstelle ausgewählt.

5.) Beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis, die das Standesamt ausstellt, die Beerdigung anmelden und Termine für Zeremonien sowie Art und Umfang der Beerdigung festlegen. Die Bestattung muss zwischen 48 und 96 Stunden nach Eintritt des Todes erfolgen, wobei Feiertage und Wochenenden nicht zählen.

6.) Beim Gärtner Sarg- und Grabschmuck in Auftrag geben.

7.) Todesanzeige / Danksagung bei der Heimatzeitung aufgeben, evtl. Sterbebilder besorgen

8.) Falls ein Trauermahl stattfinden soll, Gasthaus auswählen, Art der Bewirtung absprechen und voraussichtliche Anzahl der Gäste mitteilen.

9.) Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Betriebsrente, Lebensversicherung, Krankenkasse, Sparkasse. Die Banken und

9. Todesfall

Sparkassen sind verpflichtet, das Vermögen / die Kontostände der/des Verstorbenen zum Todestag an das Finanzamt Eggenfelden zu melden. Lebensversicherungen melden ihre Leistungen ebenfalls an das Finanzamt Eggenfelden.

10.) Kündigung laufender Verträge, Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden, Organisationen, denen der/die Verstorbene angehört hatte.

11.) Kraftfahrzeug ummelden bzw. stilllegen, ebenso Telefon, Fernsehen, usw.

12.) Beim Tode eines Ehepartners innerhalb von 30 Tagen Antrag auf Witwenrente/Witwerrente stellen.

13.) Grabmal bestellen, bzw. Inschrift ändern lassen und evtl. Grabanlage beim Gärtner in Auftrag geben.

Bestattungs-Institut
Unterpaintner GmbH
www.unterpaintner-bestattungen.de
Seit 1974
84130 Dingolfing Griesgasse 21 Tel. 08731/2122
Zentrale: 84066 Mallersdorf, Marktstraße 20 Tel. 08772 / 96240
Filialen:
Ergoldsbach Tel. 08771 / 910879
Geiselhöring Tel. 09423 / 2220
Schierling Tel. 09451 / 3424
Zertifiziertes QM System nach ISO 9001:2008 LGA InterCert Ein Unternehmen des TÜVRheinland
Neufahrn Tel. 08773 / 688
Sünching Tel. 09480 / 1462
Straubing Tel. 09421/960909
BESTATTER VOM HANDWERK GEPRÜFT

9. Todesfall

Bestattungstradition seit über 165 Jahren

TrauerHilfe DENK TrauerVorsorge

www.trauerhilfe-denk.de
www.trauervorsorge.de

SICHERHEIT DURCH VORSORGE

- Art und Umfang der Bestattung regeln
- Wünsche eigenverantwortlich festlegen
- Sicherheit und finanzieller Schutz für die Angehörigen
- Beisetzungswünsche werden rechtzeitig umgesetzt, da sie vor einer eventuellen Testamentseröffnung bekannt sind

Tag & Nacht erreichbar

Stiftung Warentest test GUT (2,5) Im Test: 13 Bestatter Ausgabe 11/2008

WIR HELFEN WEITER

- Soforthilfe im Trauerfall
- Erledigung aller Behördengänge
- große Auswahl an Särgen & Urnen
- Gestaltung von Trauerdrucksachen
- Organisation individueller Trauerfeiern
- auf Wunsch jederzeit Hausbesuche

Dingolfing | Am Herrenweiher 3 | 08731 / 31 007

BESTATTUNGEN • ÜBERFÜHRUNGEN • VORSORGE

10. Persönlicher Notruf

Bitte unbedingt zum Telefon legen!

Hausarzt .....
Geistlicher Beistand .....
Tierarzt .....
Polizei 110
Feuerwehr 112
Rettungsdienst / ärztlicher Notfalldienst 19222
ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern 01805 191212
(außerhalb der Sprechzeiten der Arztpraxen)
Krankenhaus Dingolfing 08731 880
Krankenhaus Landau 09951 751
Technisches Hilfswerk (Bundeseinheitlich) 2662
Erdgas Südbayern 08731 37710
Stromlieferant .....

Muster für eine Infokarte

Bitte zum Personalsausweis legen!

Ich habe eine Patientenverfügung / Betreuungsverfügung / Vorsorgevollmacht.
Vorname / Name: _____
Adresse: _____
_____

Bitte setzen Sie sich mit meiner Vertrauensperson in Verbindung.
Vorname / Name: _____
Adresse: _____
_____
Telefon: _____

PUBLIKATIONEN INTERNET KARTOGRAFIE WERBEMITTEL

WEKA mediaprint infoverlag

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit dem Landkreis Dingolfing-Landau. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Quellennachweis:
Landkreis Dingolfing-Landau

mediaprint WEKA
info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 8233 384-0
Fax +49 (0) 8233 384-103
info@mp-infoverlag.de
www.mp-infoverlag.de
www.alles-deutschland.de
www.mediaprint.tv

84130057 / 2. Auflage / 2010

Seniorenheim Frontenhausen
Ellwanger Str. 12 • 84160 Frontenhausen
Tel. 08732 937900
Fax 08732 93790444
www.seniorenheim-frontenhausen.de
seniorenheim.frontenhausen@awo-ndb-opf.de

Seniorenheim St. Martin GmbH
Eröffnung 22.11.2010
Landauer Str. 29
94428 Eichendorf

Betreuung mit Herz

AWO Seniorenzentrum Bayerwaldblick
Bayerwaldring 30 • 94405 Landau an der Isar
Tel. 09951 60331-000
Fax 09951 60331-500
www.awo-seniorenheim-landau-isar.de
seniorenheim.landau@awo-ndb-opf.de