

Ratgeber für Senioren und ihre Angehörigen



Gemeinde Schechen
Landkreis Rosenheim



Inhaltsverzeichnis

Inhalt	Seite
Vorwort des Bürgermeisters	3
Vorwort der Seniorenbeauftragten	4
Geselliges Leben	5-6
Aktiv bleiben	7-9
Hilfe im Haushalt	10
Fahrdienste	11-13
Einkaufsmöglichkeiten	14
Lieferservice	15
Ärzte, Sanitätshäuser, Apotheke	16
Medizinische Unterstützung	17
Hausnotruf	18
Informationen für den Notfall (zum Heraustrennen)	19-22
Gesundheit	23
Pflege	24
Angehörigenunterstützung	25-26
Krankenhäuser, Notruf Nummern	27
Rente	28
Behörden	29-31
Trauerhilfe und -begleitung	31
Seelsorge	32
Die Polizei rät	33-34
Persönliche Kontakte	35-36
Persönliche Notizen	37-38
Ortsplan	39
Impressum	40

Vorwort des Bürgermeisters



Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

viel zu oft halten wir scheinbar unbedeutende Momente im Leben für selbstverständlich und erkennen erst dann, wie wertvoll das Leben doch ist, wenn eben nicht alles nach Plan läuft, wenn plötzlich eine noch nie dagewesene Krise auftaucht oder verschiedene Alltagsprobleme beziehungsweise Schicksalsschläge unseren Weg kreuzen.

In unserem Seniorenratgeber finden Sie Wissenswertes über die Freizeitgestaltung, das Wohnen im Alter oder die Hilfe bei Pflegebedürftigkeit. Neben wichtigen Notrufnummern und Informationen können Sie auch die Ansprechpartner des Seniorenbüros der Broschüre entnehmen.

Es ist eine erfreuliche Entwicklung, dass immer mehr Menschen ein hohes Alter erreichen und dabei so fit bleiben, dass sie diese Jahre genießen und sich vielfach auch zum Wohle anderer engagieren können. Ich möchte mich an dieser Stelle sehr herzlich bei allen bedanken, die sich haupt- oder ehrenamtlich in die Seniorenarbeit einbringen. Mit ihrem Engagement tragen sie maßgeblich dazu bei, dass ältere Menschen in unserer Gemeinde ein selbstständiges Leben führen können und sich wohlfühlen. Mein besonderer Dank geht an die Seniorenbeauftragte Frau Evi Kaesler für die engagierte Arbeit zu diesem Ratgeber.

Ich wünsche Ihnen Freude beim Lesen und weiterhin ein Leben voller Aktivität und Optimismus.

Ihr

A handwritten signature in blue ink that reads "Stefan Adam". The signature is fluid and cursive.

Stefan Adam

1. Bürgermeister

Vorwort der Seniorenbeauftragten



Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Angehörige,

mit der Neuauflage unseres kostenlosen Seniorenratgebers möchten wir Ihnen einen aktualisierten Kompass an die Hand geben, der Sie sicher durch die vielen Einrichtungen, Ratgeber und Ansprechpartner der Alten- und Behindertenhilfe und Ihres alltäglichen Lebens führt.

Wir leben in einer Zeit der Datenflut und Informationsvielfalt und somit sind auch Informationen und Hilfen des Seniorenratgebers der Gemeinde Schechen nur so gut wie ihre Aktualität und ihre Aussagefähigkeit. Dieses zu jedem Zeitpunkt zu garantieren und sicherzustellen ist in unserer heutigen vielschichtigen und schnelllebigen Zeit gar nicht so einfach. Deshalb sind Jahr für Jahr die Mitarbeiterinnen des Seniorenbüros sowie der Gemeinde, die Herzblut in diesen Ratgeber gesteckt haben dabei, diesem Anspruch auf Aktualität gerecht zu werden. Wir wissen, dass dies eine nicht endende Aufgabe ist und möchten Sie deshalb um Ihre freundliche Mithilfe bitten. Falls Sie Angaben in dem Seniorenratgeber finden, die nicht mehr aktuell oder wichtige Informationen unvollständig sind, wären wir Ihnen sehr dankbar, wenn Sie dies an uns weitergeben.

Ich wünsche Ihnen, dass Ihnen unser Kompass bei den alltäglichen Problemlösungen immer die richtige Richtung zeigt und Sie darin passende Informationen finden.

Ihre Seniorenbeauftragte der Gemeinde Schechen



Evi Kaesler

Telefon: 0 80 39 / 24 58

E-Mail: evi.kaesler@t-online.de

Geselliges Leben

Angebot:	Senioren- und Spielenachmittage
Veranstalter:	Seniorenbeauftragte Gemeinde Schechen
Ansprechpartner:	Eva-Maria Kaesler Tel. 0 80 39 / 24 58 Letzter Dienstag im Monat: 14 Uhr im Gemeinschaftshaus Schechen Marienberger Str. 11

Veranstalter:	Pfarrei Pfaffenhofen
Ansprechpartner:	Sofie Baumann Tel. 0 80 31 / 2 20 49 00

Veranstalter:	Pfarrei Hochstätt
Ansprechpartner:	Claudia Altendorfer Tel. 0 80 39 / 20 01

Angebot:	Montags-Senioren-Kino
Veranstalter:	Seniorenbeauftragte Gemeinde Schechen
Ansprechpartner:	Eva-Maria Kaesler Tel. 0 80 39 / 24 58 jeden 1. Montag im Monat um 19:00 Uhr Einlass ab 18.30 Uhr – mit wechselnden Filmen – freier Eintritt -im Gemeinschaftshaus Schechen Marienberger Str. 11

Geselliges Leben

Angebot:	Vorträge zu unterschiedlichen Themen
Veranstalter:	Pfarrei Pfaffenhofen und Hochstätt
Ansprechpartner	siehe Seite 5

Angebot:	Monatliche Kaffeefahrt -siehe Tageszeitung (OVB)- oder bei Busunternehmen Brüchmann Tel. 0 80 39 / 56 76
----------	--

Angebot:	Rentner-Stammtisch jeden Donnerstag ab 16:00 Uhr im Gasthaus "Mesnerwirt" in Marienberg
----------	--

Angebot:	Seniorenreisen, auch mit gesundheitlichen und körperlichen Beeinträchtigungen
Veranstalter:	AWO Kreisverband Rosenheim Ebersberger Str. 8 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 94 13 73-20 (vormittags)

Bitte beachten Sie auch die Hinweise im Gemeindeblatt und in der Tageszeitung (OVB).

WAS KANN ICH FÜR MEINE BEWEGLICHKEIT UND FITNESS TUN?

Angebot:	Seniorenwanderung
Veranstalter:	Pfarrverband Pfaffenhofen-Hochstätt
Ansprechpartner:	Irmgard Rimpl Tel. 0 80 31 / 40 97 69 Jeden dritten Dienstag im Monat; Treffpunkt: Pfarrplatz Pfaffenhofen

Angebot:	Seniorenturnen Mo 9:15 - 10:00 h
Veranstalter:	Pfarrei Pfaffenhofen
Ansprechpartner:	Fritz Nemetz Tel. 0 80 31 / 8 50 05

Angebot:	Senioren-gymnastik mit verschiedenen Sportgeräten und Tänzen. Bewegung für Herz, Kreislauf, Kräftigung der Muskulatur, Sicherheit, Beweglichkeit
Veranstalter:	Sportverein Schechen
Ansprechpartner:	Eva-Maria Kaesler Tel. 0 80 39 / 24 58 Dienstag 9:30 - 10:30 Uhr Dienstag 10:45 - 11:45 Uhr Donnerstag 9:30 - 10:30 Uhr im Gemeinschaftsraum Marienberger Str. 11, Schechen

Die Vereine in Schechen bieten ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten auch für ältere Menschen. Informationen über die Vereine finden Sie regelmäßig im Gemeindeblatt und in der Tageszeitung (OVB).

Aktiv bleiben

WIE KANN ICH MICH WEITERBILDEN?

Angebot:	Erwachsenenbildung Vorträge, Gruppenarbeit, Kurse ...
Ansprechpartner:	Bildungswerk Rosenheim e.V. Pettenkoflerstr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 2 30 72-10 E-Mail: info@bildungswerk-rosenheim.de

Angebot:	Erwachsenenbildung Vorträge, Gruppenarbeit, Kurse (auch digital)
Ansprechpartner:	Evangelisches Bildungswerk Rosenheim-Ebersberg e.V. Münchener Str. 38 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 80 95 58-0 E-Mail: info@ebw-rosenheim.de

WIE KANN ICH MICH WEITERBILDEN?

Angebot:	Caritas Buchcafe Rosenheim
Kontakt:	Südtiroler Platz 1 A, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 8 07 93 30 E-Mail: andrea.rentzsch@caritasmuenchen.de
Öffnungszeiten:	Montag - Freitag 9:00 - 17:00 h

Angebot:	Volkshochschulkurse
Ansprechpartner:	VHS Rosenheim Stollstr. 1, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 3 65 14 50 E-Mail: vhs@rosenheim.de
Öffnungszeiten:	Montag – Donnerstag 9:00 - 13:00 h Freitag 9:00 - 12:00 h Dienstag 14:00 - 16:00 h

Angebot:	Caritas Centrum Rosenheim
Adresse:	Reichenbachstr. 5, 83022 Rosenheim E-Mail: seniorenbeg-ro@caritasmuenchen.de Tel. 0 80 31/ 20 37 60

Angebot:	Bücherkammerl Schechen
Adresse:	Rosenheimer Str. 13 83135 Schechen, vor dem Rathaus
Öffnungszeiten:	Ganzjährig geöffnet

Hilfe im Haushalt

WER KANN MIR IM HAUSHALT HELFEN?

Angebot:	Nachbarschaftshilfe –Soziales Netz– Schechen e.V.
Stützpunktleiter/innen:	<u>Schechen:</u> Hans Holzmeier Tel. 0 80 31 / 8 26 70 Mobil 0151 / 17 40 40 39 <u>Mühlstätt:</u> Rosi Dangl Tel. 0 80 31 / 8 45 30 <u>Hochstätt:</u> Ariane Taube Tel. 0 80 39 / 40 89 41 <u>Pfaffenhofen:</u> Lutz Ellermayer Tel. 0 80 31 / 8 59 81

Hilfen im Haushalt werden zudem von vielen ambulanten Diensten und privaten Anbietern übernommen. Darüber hinaus empfehlen wir auch den Wegweiser für Senioren vom Landkreis Rosenheim.

Fahrdienste

WER FÄHRT MICH?

Angebot:	Fahr- und Begleitdienste zum Arzt, zum Einkauf, zu Veranstaltungen etc. (kostenpflichtig)
Ansprechpartner:	Nachbarschaftshilfe –Soziales Netz– Schechen e.V. (siehe Seite 10)

Angebot:	Beförderungsservice (kostenpflichtig)
Ansprechpartner:	Gisela Strahl e.K. Marktplatz 1 83543 Rott am Inn Tel. 0 80 39 / 90 12 20-0 Mobil 0172 / 8 90 86 44 Mobil 0172 / 9 89 44 61 E-Mail: info@g-strahl.de

Angebot:	Besorgungs- und Einkaufsfahrten Krankenfahrten -24 Stunden verfügbar- Kostenpflichtig – Abrechnung mit allen Kassen Rollstuhltransport möglich
Ansprechpartner:	Taxi Schechen - S. Neumayr Schlossweg 9 83135 Schechen Tel. 0174 / 6400496

Fahrdienste

WER FÄHRT MICH BEI MOBILITÄTSEINSCHRÄNKUNGEN?

Angebot:	Fahrdienst (kostenpflichtig)
Ansprechpartner:	BRK – Kreisverband Rosenheim Tegernseestr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 30 19-13 E-Mail: maurer@kvrosenheim.brk.de

Angebot:	Fahrdienst (kostenpflichtig)
Ansprechpartner:	Malteser Hilfsdienst gGmbH Rathausstr. 25 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 8 09 57 11 E-Mail: fahrdienst.rosenheim@malteser.org

Angebot:	Mobilitätshilfe für Menschen mit Behinderung zur Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft, z.B. Besuch von Veranstaltungen wie Kino, Theater etc. Monatliche Geldpauschale ausschließlich für Fahrtkosten, die durch die Inanspruchnahme von Beförderungsunternehmen und Behindertenfahrdiensten erbracht werden. <u>NICHT</u> für Fahrten zu ärztlichen oder therapeutischen Maßnahmen, Kindertagesstätten, Schulen und Heimen.
Ansprechpartner:	Bezirk Oberbayern Servicestelle Tel. 089 / 21 98-2 10 10 oder -2 10 11 E-Mail: servicestelle@bezirk-oberbayern.de

WELCHE MÖGLICHKEITEN HABE ICH MIT BAHN & BUS?

Angebot:	<p>Öffentliche Verkehrsmittel</p> <p>Um Mobilität auch für die Menschen sicherzustellen, die nicht mit dem Auto fahren wollen oder können, bietet die Gemeinde Schechen auch ein attraktives Angebot an Leistungen im öffentlichen Personennahverkehr.</p> <p>Fahrauskünfte können bequem über die Internetseite www.bayern-fahrplan.de abgerufen werden. Am Bahnsteig befinden sich Fahrkartenautomaten, an denen Sie sich ebenfalls Reiseverbindungen anzeigen lassen können. Im ganzen Netzgebiet der Südostbayernbahn ist die Mitnahme eines Fahrrads kostenlos.</p> <p>Auch an den Busabfahrtsstellen sind Fahrpläne einsehbar.</p>
Kontakt:	<p>Nähere Informationen gibt es auch telefonisch bei der RVO GmbH (Tel. 08031/354 950), im Ticket-Center Rosenheim (Tel. 08031/365 88 28) oder der RoVG (08031/392-4510).</p>



Einkaufsmöglichkeiten

WELCHE GESCHÄFTE GIBT ES?

Angebot:	Lebensmittel EDEKA Miksch
Kontakt:	Rosenheimer Str. 58 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 4 03 50

Angebot:	Dorfladen Pfaffenhofen UG
Kontakt:	Wasserburger Str. 20 83135 Schechen Tel. 0 80 31 / 7 96 83 45 E-Mail: info@dorfladen-pfaffenhofen.de

Angebot:	Metzgerei Baumgartner
Kontakt:	Hochstätt, Hauptstr. 10 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 40 93 42

ESSEN AUF RÄDERN

Kontakt:	BRK – Kreisverband Rosenheim Tegernseestr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 30 19-18 E-Mail: info@kvrosenheim.brk.de
----------	---

Kontakt:	Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Rosenheim e.V. Ebersberger Str. 8 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 94 13 73-11 E-Mail: info@awo-rosenheim.de
----------	--

Kontakt:	Caritas-Zentrum Wasserburg Heisererplatz 7 83512 Wasserburg a. Inn Tel. 0 80 71 / 9 06 31 E-Mail: cz-wasserburg@caritasmuenchen.de
----------	--

Mittagstisch bekommen Sie auch in Gaststätten der Gemeinde. Oft bieten diese auch Essen zum Mitnehmen an.

Ärzte

Allgemeinarzt:	Dr. Bernhard Frey Pfaffenhofen Wasserburger Str. 20, 83135 Schechen Tel. 0 80 31 / 8 63 72
	Dr. Fritz Ihler Bahnhofstr. 5, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 9 02 06 55
Zahnarzt:	Hermann Höfl Eibenweg 3, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 53 50
Tierarzt:	Dres. Braun, Brock und Grude Wiedener Str. 20, 83135 Schechen Tel. 0 80 31 / 9 08 41 20

Sanitätshäuser

Sanitätshäuser	Sanitätshaus Fischer Bahnhofstr. 12, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 13228
	Sanitätshaus Gebhardt Nikolaistr. 10, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 1 54 66
	Sanitätshaus Rossmüller Reifenstuelstr. 9, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 1 70 30

Apotheke

Rezept- Postkasten bei Getränke Kapsner u. Gasthaus Kapsner	Kloster-Apotheke Bahnhofstr. 16, 83543 Rott a. Inn Tel. 0 80 39 / 90 29 05 E-Mail: info@kloster-apotheke-rott.de
--	--

Medizinische Unterstützung

Angebot:	Physiotherapie
Ansprechpartner:	Quicklebendig Petra Mayer und Susan Zupancic Bahnhofstr. 5, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 9 08 27 88 Fax 0 80 39 / 9 08 05 54
Ansprechpartner:	Gabriele Eberl Hochstätt, Wendelsteinstr. 11, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 4 00 74 20

Angebot:	Ergotherapie Neurologie Handtherapie
Ansprechpartner:	Lydia Wagner Bahnhofstr. 5, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 9 08 27 87 Fax 0 80 39 / 9 09 92 68

Angebot:	Massagetherapie & alternative Heilverfahren
Ansprechpartner:	Naturheilpraxis, Massage, Druidin – Rad(t) Regina Flori Hochstätt, Hauptstr. 8, 83135 Schechen Mobil 0174 / 2 13 91 88 E-Mail: info@reginaflori.de

Angebot:	Ganzheitliche Fußpflege Diabetikerprävention
Ansprechpartner:	Fußpflegestudio Symphonie - Anja Weber Bahnhofstr. 5, 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 9 09 01 71 Mobil 01520 / 14 55 666

Hausnotruf

Angebot:	Sicherheit und Service rund um die Uhr
Ansprechpartner:	BRK Kreisverband Rosenheim Tegernseestr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 30 19-21 E-Mail: hausnotruf@kvrosenheim.brk.de

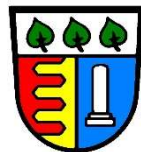
Angebot:	Sicherheit und Service in vertrauter Umgebung
Ansprechpartner:	Malteser Hilfsdienst gGmbH Rathausstr. 25 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 8 09 57 107 E-Mail: hausnotruf.rosenheim@malteser.org

Angebot:	Selbständig bleiben und sicher leben
Ansprechpartner:	Caritas-Zentren in Stadt und Landkreis Rosenheim Reichenbachstr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 20 37-0 E-Mail: czrosenheim@caritasmuenchen.de

Angebot:	Selbständig und sicher
Ansprechpartner:	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schmerbeckstr. 10 83512 Wasserburg a. Inn Tel. 0 80 71 / 9 55 66 E-Mail: wasserburg@johanniter.de

Zum Heraustrennen

Gemeinde Schechen



Informationen für den Notfall

112 **Feuerwehr/Rettungsdienst**
110 **Polizei**

Name:

Vorname:

Geboren am: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

Bitte benachrichtigen:

Tochter **0** **Sohn** **0**

Angehörige **0** **Nachbarn** **0**

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____ Handy: _____

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____ Handy: _____

Hier bitte heraustrennen

Hausarzt

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Krankenkasse

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Habe Patientenverfügung ja nein

Habe Vorsorgevollmacht ja nein

Hinterlegt bei

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Bitte beachten!

Nehme folgende Medikamente

Habe Diabetes / Medikamente

Habe Bluthochdruck / Medikamente

Habe Allergien und Unverträglichkeiten

bin Organspender	ja <input type="radio"/>	nein <input type="radio"/>
habe Herzschrittmacher	ja <input type="radio"/>	nein <input type="radio"/>
nehme Blutverdünner	ja <input type="radio"/>	nein <input type="radio"/>
habe Knieprothese	ja <input type="radio"/>	nein <input type="radio"/>
habe Hüftprothese	ja <input type="radio"/>	nein <input type="radio"/>

Sonstiges:

BERATUNG

Angebot:	Aufklärung, Beratung zu Gesundheitsfragen (auch zu chronischen Erkrankungen, Sucht, Behinderung, gesetzliche Hilfen)
Ansprechpartner:	Landratsamt Rosenheim Staatliches Gesundheitsamt Tel. 0 80 31 / 392-6002 E-Mail: gesundheitsamt@lra-rosenheim.de

Ansprechpartner:	Hausärzte und Krankenkassen
------------------	-----------------------------

Angebot:	Verbesserung der Lebens- und Versorgungssituation älterer Menschen
Ansprechpartner:	Koordinierungs- und Beratungsstelle Pro Senioren Rosenheim e.V. Reichenbachstr. 8 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 365-1636 E-Mail: verein@pro-senioren-rosenheim.de

SELBSTHILFE

Angebot:	Kontakt-, Informations- und Koordinationsstelle für Selbsthilfe in Stadt und Landkreis Rosenheim
Ansprechpartner:	Selbsthilfekontaktstelle – SekoRo Diakonie Rosenheim Kufsteiner Str. 55, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 3 56 28 10 E-Mail: selbsthilfekontaktstelle@dwro.de

Pflege

AN WEN WENDE ICH MICH, WENN ICH PFLEGERISCHE UNTERSTÜTZUNG BRAUCHE?

Angebot:	Ambulante Kranken- und Altenpflege
Ansprechpartner:	Diakonische Dienste Rosenheim GmbH Innstr. 72 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 21 99 85 E-Mail: info@ddro.de

Angebot:	Ambulante Pflege
Ansprechpartner:	Caritas-Zentrum Wasserburg Heisererplatz 7 83512 Wasserburg a. Inn Tel. 0 80 71 / 90 63-0 E-Mail: cswasserburg@caritasmuenchen.de

Angebot:	Ambulante Pflege, Tagesbetreuung
Ansprechpartner:	Ökumenische Nachbarschaftshilfe Großkarolinenfeld e.V. Bahnhofstr. 11 83109 Großkarolinenfeld Tel. 0 80 31 / 5 95 11 E-Mail: info@nbh-karo.de

Angebot:	Ambulanter Pflegedienst
Ansprechpartner:	Brigitte Trinkl Alpenstraße 25 83556 Griesstätt Tel. 0 80 39 / 8 27 93 41 Mobil 0173 / 7 37 70 97 E-Mail: info@pflagedienst-trinkl.de

Angebot:	Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenzerkrankung
Ansprechpartner:	Nachbarschaftshilfe Schechen Ariane Taube Tel. 0 80 39 / 40 89 41

Angebot:	Betreuung und Besuchsdienste
Ansprechpartner:	Nachbarschaftshilfe Schechen Hans Holzmeier Tel. 0 80 31 / 8 26 70 Mobil 0151 / 17 40 40 39

Angebot:	Memory- und Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenzsymptomen und deren Angehörige
Ansprechpartner:	Caritas Zentrum Rosenheim Fachstelle für pflegende Angehörige Tel. 0 80 31 / 20 37-14 E-Mail: leben-im-alter.rosenheim@caritasmuenchen.de

Angehörigenunterstützung

Angebot:	Beratung, Infoveranstaltungen und Gesprächskreise
Ansprechpartner:	Caritas-Zentrum Rosenheim Reichenbachstr. 5, 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 20 37-14 E-Mail: cz-rosenheim@caritasmuenchen.de

Angebot:	Beratung, Infoveranstaltungen, Gesprächskreise, Pflegepartnerkurse
Ansprechpartner:	Caritas-Zentrum Wasserburg Heisererplatz 7 83512 Wasserburg Tel. 0 80 71 / 90 63-0 E-Mail: cz-wasserburg@caritasmuenchen.de

Angebot:	Beratung zu allen Themen der Pflege und Hilfen im Alter
Ansprechpartner:	Pflegestützpunkt Rosenheim Wittelsbacherstraße 38 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 392-2297 E-Mail: pflegestuuetzpunkt@lra-rosenheim.de



Krankenhäuser

RoMed Klinikum Rosenheim Pettenkoflerstr. 10 83022 Rosenheim	Tel. 0 80 31 / 3 65-02
RoMed Klinik Bad Aibling Harthausen Str. 16 83043 Bad Aibling	Tel. 0 80 61 / 9 30-0
RoMed Klinik Prien am Chiemsee Harrasser Str. 61-63 83209 Prien	Tel. 0 80 51 / 60 00
RoMed Klinik Wasserburg Krankenhausstr. 2 83512 Wasserburg	Tel. 0 80 71 / 77-0

Wochenend-Notdienste können Sie der Tageszeitung (OVV) entnehmen.

Notruf Nummern

<p>Integrierte Leitstelle (ILS): Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt Bei medizinischen Notfällen (z.B. Verdacht auf Herzinfarkt oder Schlaganfall) immer verständigen</p> <p>Polizei:</p> <p>Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung</p>	<p>112 auch mit Handy ohne Vorwahl</p> <p>110</p> <p>116 117 rund um die Uhr</p>
---	---

Rente

WER HILFT BEI ...

- RENTENANGELEGENHEITEN?

Angebot:	Rentantragstellung
Ansprechpartner:	Sieglinde Hacke Gemeinde Schechen Rosenheimer Str. 13 83135 Schechen Tel. 08039 / 90 67-10 E-Mail: sieglinde.hacke@schechen.de

Angebot:	Ehrenamtlicher Versichertenberater
Ansprechpartner:	Gerhard Schaubschläger Tel. 0 80 34 / 63 67 885 Jeden ersten Donnerstag im Monat im Rathaus Schechen nach telefonischer Terminvereinbarung (ab 17:30 Uhr)

Angebot:	Rentenberatung/Antragstellung
Ansprechpartner:	Max Franz Rosenheimer Str. 31 83135 Schechen Tel. 0 80 39 / 54 40
Ansprechpartner:	Dienststelle der Deutschen Rentenversicherung Bayern Süd Aventinstr. 2 83022 Rosenheim Tel. 0800 / 1000 480 15 E-Mail: beratung-rosenheim@drv-bayernsued.de
Ansprechpartner:	Deutsche Rentenversicherung Servicetelefon Tel. 0800 / 1000 480 15

WER HILFT BEI ...

- BEHÖRDENANGELEGENHEITEN?

Angebot:	Seniorenbüro
Ansprechpartner:	Evi Kaesler, Seniorenbeauftragte, Gerda Flori und Hans Holzmeier Sprechstunde: Jeden letzten Donnerstag im Monat von 9 – 12 Uhr im Gemeinschaftshaus Schechen Marienberger Str. 11 Tel. 0 80 39 / 4 00 62 18 E-Mail: senioren-schechen@gmx.de

Angebot:	Behördenangelegenheiten, Hilfe mit Formularen
Ansprechpartner:	Sieglinde Hacke Gemeindeverwaltung Schechen Rosenheimer Str. 13 Tel. 0 80 39 / 90 67-10 Lazarus Daniela Tel. 0 80 39 / 90 67-11 E-Mail: ewo-pass@schechen.de

Angebot:	Ämterlotsen
Ansprechpartner:	Caritas-Zentrum Rosenheim Hedwig Petzet, Sozialpädagogin (FH) Reichenbachstr. 5 83022 Rosenheim Tel. 0171 / 7 66 52 24 E-Mail: info@aemterlotsen-rosenheim.de
Ansprechpartner:	Diakonisches Werk Rosenheim Helmut Türk-Berkhan Klepperstr. 18 83026 Rosenheim Tel. 0171 / 7 66 52 24 E-Mail: kasa@diakonie-rosenheim.de

Behörden

WER HILFT BEI ... - BEHÖRDENANGELEGENHEITEN?

Angebot:	Vorsorge- und Pflegevollmacht
Ansprechpartner:	Notar Ihrer Wahl
	Auch Hospizvereine beraten und helfen beim Ausfüllen der Vollmachten (siehe Seite 31)

Angebot:	Patientenverfügung
Ansprechpartner:	Arzt Ihrer Wahl

WER HILFT BEI ... - WOHNRAUMBERATUNG?

Angebot:	Daheim wohnen bleiben – so lange wie möglich
Ansprechpartner:	Gemeinde Schechen Seniorenbeauftragte u. Wohnraumberaterin Evi Kaesler, Schechen Tel. 0 80 39 / 24 58 E-Mail: evi.kaesler@t-online.de Rita Beier, Pfaffenhofen
Ansprechpartner:	Fachstelle Wohnraumberatung im Landratsamt Rosenheim Brigitte Neumaier Tel. 0 80 31 / 392-22 81 E-Mail: brigitte.neumaier@lra-rosenheim.de

WER HILFT IM STERBEFALL?

Angebot:	Allgemeine Auskünfte zur Sterbefallbeurkundung und Bestattung
Ansprechpartner:	Gemeindeverwaltung Schechen Rosenheimer Str. 13 Josef Dangl, Tel. 0 80 39 / 90 67-18 Martina Wittmann, Tel. 0 80 39 / 90 67-20 E-Mail: standesamt@schechen.de

Trauerhilfe und -begleitung

ANGEHÖRIGENBERATUNG UND -UNTERSTÜTZUNG IM STERBEFALL?

Angebot:	Palliativversorgung
Ansprechpartner:	Jakobus-Hospizverein e.V. Max-Josefs-Platz 12 a 83022 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 7 19 64 E-Mail: info@hospizverein-rosenheim.de

Ansprechpartner:	Jakobus SAPV für Stadt und Landkreis Rosenheim gemeinnützige GmbH Innaustr. 11 83026 Rosenheim Tel. 0 80 31 / 35 79 – 9 01 E-Mail: info@jakobus-sapv-rosenheim.de
------------------	---

Seelsorge

Katholische Seelsorge

Pfarrverband
Pfaffenhofen-Hochstätt

Priesterlicher Leiter

Pfarrer Herbert Aeder

Pastoralreferentin

Christine Dietrich

Pfarramt St. Laurentius
Pfaffenhofen

Tel. 0 80 31 / 8 19 99

Fax 0 80 31 / 8 20 12

Pfarramt St. Vitus
Hochstätt

Tel. 0 80 39 / 32 39

E-Mail (für beide)

pv-pfaffenhofen-inn@ebmuc.de

Pfarrei St. Peter und Paul,
Marinus u. Anianus Rott
am Inn

Tel. 0 80 39 / 12 02

Fax. 0 80 39 / 90 95 68

E-Mail:

St-Peter-und-Paul.Rott@ebmuc.de

Ev. Luth. Apostelkirche
Rosenheim
Pfarrbüro

Tel. 0 80 31 / 8 66 54

Fax 0 80 31 / 89 20 68

E-Mail:

pfarrbuero.apostelkirche.ro@elkb.de

Telefonseelsorge

Tag und Nacht
-gebührenfrei-
evangelisch
katholisch

Tel. 0800 / 111 0 111

Tel. 0800 / 111 0 222

WER BERÄT MICH ZU FRAGEN MEINER SICHERHEIT?

Angebot:	Aufklärung, Beratung, Sicherheitstipps speziell für Senioren
Ansprechpartner:	Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle Rosenheim, Kaiserstr. 32 Tel.: 0 80 31 / 200-37 12 E-Mail: Polizeiberatung-rosenheim@polizei.bayern.de

EINIGE SICHERHEITSTIPPS FÜR SENIOREN

- Bei Nutzung von Bankautomaten:
Bargeld möglichst nur im Innenbereich der Bank abheben.
Die PIN-Eingabe verdeckt durchführen.
- Bei Verlust der EC Karte:
diese sofort sperren lassen - Tel. **116 116**
(bundesweit Tag u. Nacht)
- Nicht unnötig viel Geld abheben/mitnehmen.
- Größere Geldbeträge nicht zu Hause lagern.
- Geld, Kreditkarten, Ausweis möglichst dicht am Körper tragen, möglichst in verschlossenen Innentaschen.
- Geldbörse/Handtasche mit Geldbörse beim Einkauf nie in den Einkaufswagen, -korb, -tasche legen. Geldbörse beim Bezahlen immer in der Hand behalten.
- Handtasche im Restaurant, Laden oder Kaufhaus nie aus den Augen lassen, bei Anproben im Kaufhaus und auch im Restaurant Tasche nicht über einen Stuhl hängen.

Die Polizei rät

- (Hand-)Taschen nie zur Straßenseite hin tragen und sie möglichst unter dem Arm einklemmen, nicht lose über die Schulter hängen lassen.
- Misstrauen schöpfen, wenn sich unbekannte Personen als Verwandte, frühere Nachbarn o. Reisebekanntschaften zu erkennen geben.
- Misstrauisch werden, wenn sich unbekannte Personen übertrieben hilfsbereit zeigen oder Sie nach Hause begleiten wollen.
- Zum Schutz vor Trickdieben:
Niemals unbekanntem Personen Geld übergeben.
- Vorsicht, wenn Fremde bei Ihnen an der Tür läuten.
Diebe und Betrüger verfolgen immer ein Ziel, sie wollen sich Zugang zu Ihrer Wohnung verschaffen.
Trick: Bitte um Hilfe oder eine Gefälligkeit; das Vortäuschen eine Amtsperson zu sein; Vortäuschen einer Notlage und der Hilflosigkeit.
- Lassen Sie nur Handwerker ein, die Sie selbst bestellt haben oder die von der Hausverwaltung angekündigt wurden.
- An der Haustür möglichst keine Geschäfte abschließen, nichts unüberlegt unterschreiben. Fremde nicht in die Wohnung bitten oder einlassen.
- Nichts unterschreiben, was Sie nicht verstanden haben.
- In öffentlichen Verkehrsmitteln: nicht in leere Wagons, sondern in die Nähe anderer Reisender setzen.
- Besonders bei Dunkelheit: meiden Sie verkehrsarme Wege oder Nebenstraßen.
- Gefahrensituationen stets ausweichen.
- Schutz und Sicherheit auch durch Begleitung von Verwandten/Nachbarn suchen.

Name	Telefon

Persönliche Kontakte

Name	Telefon

Ortsplan



Impressum

Herausgeber: Gemeinde Schechen

Verfasser: Seniorenbeauftragte der Gemeinde
und 1. Bürgermeister in Zusammenarbeit
mit den Sozialverbänden in Stadt und
Landkreis Rosenheim

10. Auflage, April 2023

