

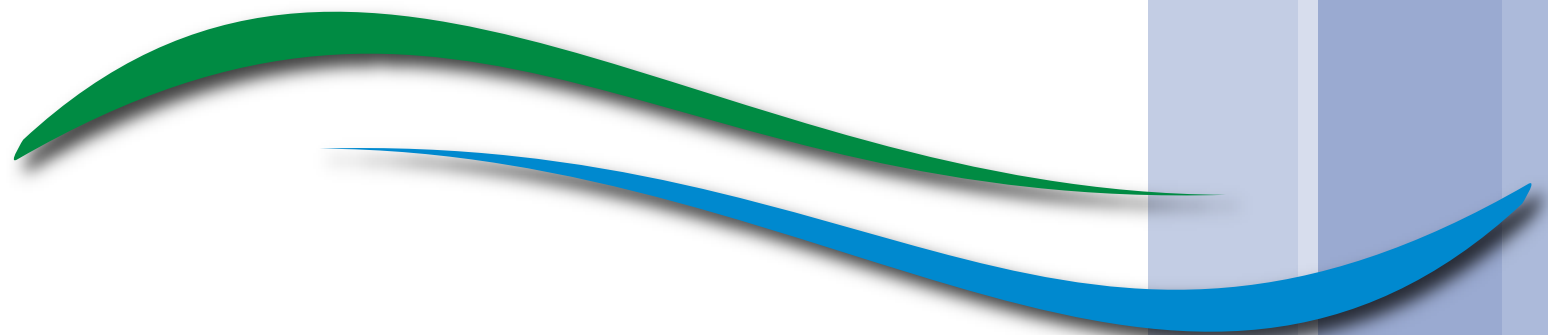


Stadtverwaltung Geretsried
Karl-Lederer-Platz 1
82 538 Geretsried

Telefon: 081 71/62 98 - 0
Telefax: 081 71/62 98 - 902

E-Mail: info@geretsried.de
Internet: www.geretsried.de

Senioren-Kompass 2009 / 2010 Geretsried



Vorworte



Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger,

ich freue mich, Ihnen den 1. Geretsrieder Senioren-Kompass präsentieren zu können, den der Seniorenbeirat unserer Stadt unter Führung der Seniorenreferentin Frau Dr. Gus-Mayer erarbeitet hat. Allen Mitwirkenden gilt an dieser Stelle unser herzlicher Dank.

Unsere Gesellschaft befindet sich in einem grundlegenden Wandel, dem wir auf unterschiedlichen Ebenen Rechnung tragen müssen. Ältere Menschen werden in Zukunft eine noch wichtigere Rolle als bisher spielen. Doch das Altern ist nicht grundsätzlich mit Defiziten behaftet, sondern birgt eben auch ein großes Potenzial für gesellschaftliches Zusammenleben.

Möglichst lange ein selbstständiges Leben zu führen, sein Wissen und seine Erfahrungen weiterzugeben und Verantwortung für andere zu übernehmen, das sind selbstverständliche Wünsche vieler älterer Menschen. Die Möglichkeiten dazu zeigt dieser Senioren-Kompass auf. Unser Ratgeber nennt Ihnen und Ihren Angehörigen aber auch Ansprechpartner, die Sie kompetent beraten und Ihnen weiterhelfen. Neben den professionellen Hilfsangeboten ist der Einsatz von Ehrenamtlichen und pflegenden Angehörigen für unsere Gesellschaft unverzichtbar geworden. Auch ihnen gilt an dieser Stelle unser besonderer Dank. Meine Bitte heute geht an alle:

Engagieren Sie sich auch weiterhin mit Ihren Möglichkeiten zum Wohl unserer Seniorinnen und Senioren.

Eine informative Lektüre wünscht Ihnen
Ihre

Cornelia Irmer
1. Bürgermeisterin

Liebe Seniorinnen und Senioren,

jeder 4. Einwohner in Geretsried ist 60 Jahre oder älter. Da dieser Bevölkerungsanteil in den nächsten Jahren weiter ansteigen wird und jeder möglichst lange in den eigenen 4 Wänden wohnen möchte, gewinnt die Seniorenarbeit immer mehr an Bedeutung. Bereits heute gibt es in Geretsried eine gute Infrastruktur mit einer breit gefächerten Palette an Angeboten für Senioren, die wir in den nächsten Jahren noch erweitern wollen.

Egal, ob Sie amtliche Beratung und Hilfe benötigen, sich ehrenamtlich engagieren oder nach einem geselligen Kreis umsehen möchten, häusliche Pflegehilfe oder einen Pflegeplatz suchen: der Senioren-Kompass ist Ihr praktischer Ratgeber und gibt Ihnen einen Überblick, wohin Sie sich in unserer Stadt wenden können. Ich möchte Sie dazu ermuntern, von den Angeboten regen Gebrauch zu machen.

Frau Anni Markel, sowie den Herren Walter Holzer und Gerd Münster vom Geretsrieder Seniorenbeirat danken wir herzlich für ihr Engagement bei der Erstellung dieser Broschüre.

Wir hoffen, dass sich der Geretsrieder Senioren-Kompass etabliert und wünschen Ihnen damit viel Freude.

Dr. Sabine Gus-Mayer
Seniorenreferentin



Beratung

Beratung und Kontaktadressen Seite 8 - 9

Aktives Leben

Freizeitgestaltung / Seniorentreffs Seite 10 - 12

Ambulante und mobile Pflege

Ambulante Pflegedienste Seite 13 - 14

Mobile Seniorenhilfe Seite 15

Pflegebegleitung Seite 16

Nachbarschaftshilfen Seite 16

Haus-Notrufdienste Seite 17

Haushaltshilfen Seite 18

Alten- und Pflegeheime /
Betreutes Wohnen Seite 19

Gesundheit & Fitness

Sanitätshäuser / Orthopädie /
Ergotherapie Seite 20

Krankengymnastik /
Physiotherapie / Massagen Seite 21

Sport / Fitness / Bewegung Seite 22 - 23

Leben & Wohnen

Mahlzeiten / Heimservice Seite 24

Lebensmittel-Lieferservice Seite 24

Apotheken Seite 25

Optiker Seite 26

Hörgeräte Seite 26

Friseure / Fußpflege / Hausservice Seite 27 - 29

Gartenpflege / Hausdienste Seite 30

Fahrdienste Seite 30 - 31

Weitere wichtige Informationen

Vollmacht, Betreuungs- und
Patientenverfügung Seite 32

Hospiz Seite 33

Trauerhilfe Seite 33

Wichtige Rufnummern /
weiterführende Informationen /
Impressum Seite 34



Gut versorgt und betreut in den eigenen Wänden

„Wir bleiben so lange
wie möglich aktiv
und selbstständig.
Die attraktiven
Angebote vom
Roten Kreuz
machen es möglich!
Dort sind wir rundum
bestens versorgt.“



- Ambulante Pflege
- Hausnotruf
- Fahrdienst
- Essen auf Rädern
- Betreutes Wohnen



Bayerisches Rotes Kreuz

Kreisverband Bad Tölz - Wolfratshausen
☎ 08041-7655-0 oder 08171-4306-0

Richter

PFLEGEMANAGEMENT
IN DEN EIGENEN VIER WÄNDEN

WIE PFLEGE ICH
meinen Angehörigen zuhause?

HILFE · UNTERSTÜTZUNG · BERATUNG

Angela Richter
Staatl. anerkannte Krankenschwester

82549 Königsdorf * TEL. 08179 8001
www.richter-pflegemanagement.de



Senioren-domizil Haus Elisabeth

WIR ERÖFFNEN AM 1. NOVEMBER 2009 und bieten:

- Dauer- und Kurzzeitpflege sowie Demenz-Wohnbereich
- Offener Mittagstisch und Seniorentreff-Café
- Hauseigene Küche und Wäscherei

Das Haus Elisabeth in Geretsried verfügt über 110 Einzel- und 9 Doppelzimmer, deren Einrichtung ganz nach Wunsch selbst gestaltet werden kann. Rufen Sie uns an und vereinbaren einen Besuchstermin. Wir zeigen Ihnen gerne unser Haus, beraten und unterstützen Sie in allen Fragen zur Pflege und Betreuung.

Senioren-domizil Haus Elisabeth
Johann-Sebastian-Bach-Straße 16
82538 Geretsried
Telefon 0731 40969-0
haus-elisabeth@compassio.de
www.compassio.de



Menschenwürdig leben bis zuletzt

Sprechen Sie mit uns,

- wenn Sie selbst schwer erkrankt sind
- wenn Sie als Angehörige oder Freunde eines Schwerkranken Hilfe suchen

Unsere ausgebildeten Hospizhelferinnen und -helfer stehen Ihnen in dieser schweren Zeit unterstützend zur Seite. Unser palliativer Beratungsdienst (Ärztin/ Krankenschwester) berät Sie bei Schmerzen und quälenden Begleitscheinungen wie z.B. Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung, Angst, Atemnot sowie Fragen zur palliativen Pflege. Wir begleiten Sie ehrenamtlich.

Christophorus Hospizverein
Bad Tölz – Wolfratshausen
Neuer Platz 20 · 82538 Geretsried
Tel. 08171-999155 · Fax 08171-999156
info@christophorus-hospizverein.de

Spendenkonto
KRSPK Bad-Tölz – Wolfratshausen
Nr. 55 49 60 61 · BLZ 700 543 06

www.christophorus-hospizverein.de

Daheim in guten Händen Verlässlich. Regelmäßig. Engagiert. Ambulanter Pflegedienst der Caritas



In den eigenen 4 Wänden umsorgt zu werden, welcher pflegebedürftige Mensch wünscht sich das nicht? Ihm und seinen Angehörigen bieten wir dabei professionelle Hilfe an, ein **ganzheitliches Pflegekonzept**: Grund- und Behandlungspflege, Palliativ- Pflege und hauswirtschaftliche Versorgung.

Wir pflegen Sie unabhängig von Konfession, sozialer und wirtschaftlicher Situation, an jedem Ort, jeden Tag, mehrmals täglich. Wir bieten, Rufbereitschaft, Verhinderungspflege und fachliche Beratung in allen Fragen zur Pflege an.

Caritas Sozialstation, Bad-Tölz- Wolfratshausen
Graslitzer Str.13, 82538 Geretsried
Tel.: 08171- 98 30 10, Fax: 08171-98 30 17
E-Mail: antia.ruppert-kubitz@caritasmuenchen.de



Geretsried: die senioren- freundliche Isarstadt.



Senioren- und Pflegeheim

GUT SCHWAIGWALL

Familiär, fürsorglich, individuell, mitten in der Natur...
...für ein behagliches, selbstbestimmtes Leben. Fordern Sie unseren Prospekt an!

Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall GmbH
Gut Schwaigwall · D-82 538 Geretsried
Telefon 081 71 / 1 76 10 · Telefax 1 61 66
E-Mail: info@schwaigwall.de
Internet: www.schwaigwall.de

„Miteinander leben!“

Beratung und Kontaktadressen

Bei den nebenstehenden Adressen erhalten Sie Auskünfte, Informationen und Beratung über gesetzliche Ansprüche und Hilfsangebote im Alter.

- **Stadtverwaltung Geretsried**
Hr. Herrmann, Karl-Lederer-Platz 1, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 62 98 49
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 08.00 - 12.00 Uhr, Do. 14.00 - 18.00 Uhr
- **Seniorenbeirat des Landkreises Bad Tölz - Wolfratshausen**
Beratung für Senioren, Vorsitzender Rupert Englbrecht
Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83 646 Bad Tölz
Telefon: 0 80 41 / 505-280, Telefax: 0 80 41 / 505-290
e-Mail: christiane.baeumler@lra-toelz.de
Internet: www.lra-toelz.de
- **VdK-Kreisverband Bad Tölz - Wolfratshausen e.V.**
Beratung für Senioren und Menschen mit Behinderung, Frau Anita Reindl-Prochnau
Karwendelstraße 5, 83 646 Bad Tölz
Telefon: 0 80 41 / 76 12 53, Telefax: 0 80 41 / 7 61 25 40
e-Mail: kv-badtoelz@vdk.de
Internet: www.vdk.de
- **Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Bad Tölz - Wolfratshausen e.V.**
Beratung für Senioren und Menschen mit Behinderung
Jeschkenstraße 30, 82 538 Geretsried
Telefon und Telefax: 0 81 71 / 3 17 95
E-Mail: awo-kv-toelz-wor@t-online.de
Internet: www.awo-obb.de
- **Mobile Seniorenhilfe des Landkreises**
Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83 646 Bad Tölz
Fr. Müller-Jansen für den Nord-Landkreis
Telefon: 0 80 41 / 505-236, Telefax: 0 80 41 / 505-373
Sprechzeiten: Mo. - Do. 09.00 - 12.00 Uhr



Beratung und Kontaktadressen

- **Caritas Seniorenberatung**
Graslitzer Straße 13, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 98 30 20,
Telefax: 0 81 71 / 98 30 17
E-Mail: monika.huppelsberg@caritasmuenchen.de
Internet: www.caritas-geretsried.de
- **Diakonisches Werk**
Soziale Beratung, Altenhilfe, Erholungshilfe
Steiner Ring 157, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 14 29
- **Christophorus Hospizverein Geretsried e.V.**
Neuer Platz 20, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 99 91 55,
Telefax: 0 81 71 / 99 91 56
E-Mail: info@christophorus-hospizverein.de
Internet: www.christophorus-hospizverein.de
- **Kontaktstelle „Alt und Selbstständig“**
Beratung älterer Menschen und Angehöriger
Am Schlossplatz 6, 83 646 Bad Tölz
Telefon: 0 80 41 / 7 14 14
Telefax: 0 80 41 / 80 79 10
E-Mail: kontaktstelle@caritas-toelz.de



Freizeitgestaltung / Seniorentreffs

Sie lieben die
Geselligkeit,
wollen mal
raus aus dem
Alltag und
andere Men-
schen treffen?
Dann kommen
Sie doch zu
diesen Veran-
staltungen:

- **Stadtbücherei Geretsried**



Adalbert-Stifter-Straße 13, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 9 04 93
Die Stadtbücherei bietet ca. 40.000 Medien, wie
Bücher, Zeitschriften, CDs, DVDs usw. zum Verleih an.

- **Stadtbücherei / „Ich für Dich“ – Monokel**

Jeweils an Samstagen ab 13.30 Uhr geselliger
Nachmittag mit Kaffee / Kuchen und kulturellem
Programm.
Termine werden im Isar Kurier bekanntgegeben.
Ansprechpartnerin: Frau Dorothea Campos,
Telefon: 0 81 71 / 8 08 25

- **Senioren-Tagesstätte in der Jahnstraße 4**

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag, 13.00 - 17.00 Uhr
Es werden Unterhaltung sowie Karten- oder Brett-
spiele angeboten.

- **Senioren-Tanz im Saal in der Jahnstraße 4**

Ca. 4 x im Jahr / Termine und Uhrzeiten werden im
Isar Kurier bekanntgegeben.

- **Sommerfest Geretsried**

Seniorentag der Stadt Geretsried:
Montag, ab 12.00 Uhr im Festzelt an der Jahnstraße

- **Weihnachtskaffee**

Termine und Uhrzeiten werden im Isar Kurier
bekanntgegeben.

Freizeitgestaltung / kirchliche Seniorenangebote

- **Katholische Kirche / Heilige Familie**

Johannisplatz 21, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 98 28-0
Jeden Dienstag von 14.00 - 17.00 Uhr
Unterhaltung und Spiele für Senioren

- **Katholische Kirche / Maria Hilf**

Joh.-Seb.-Bach-Straße 2, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 15 96
Jeden Dienstag von 15.00 - 17.00 Uhr
Unterhaltung und Spiele für Senioren

- **Evangelische Kirche / Petrus Kirche**

Egerlandstraße 39, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 20 26
Jeden Mittwoch 15.00 - 17.00 Uhr
Unterhaltung und Spiele oder
Themennachmittage

- **Evangelisch-freikirchliche Gemeinde /
Christuskirche**

Jeschkenstraße 4, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 30 99
Jeden Mittwoch 18.30 - 20.00 Uhr
Seniorengesprächsrunde „Die Bibel im
Gespräch“



Freizeitgestaltung / Seniorentreffs

● „Frauentreff“

Gemütliche Plauderstunden unter Frauen bei Kaffee und Kuchen; im Sommer werden gemeinsame Ausflüge unternommen.

Ansprechpartner: Frau Elisabeth Klemm,

Telefon: 0 81 71 / 2 60 91

jeden 1. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr

Pfarrheim in Gelting, Wolfratshauer Straße 1

● „Seniorenkreis“

Gemütliche Unterhaltung bei Kaffee und Kuchen; im Sommer werden gemeinsame Ausflüge unternommen.

Ansprechpartner: Frau Maria Karner,

Telefon: 0 81 71 / 1 08 75

jeden 3. Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr

Pfarrheim in Gelting, Wolfratshauer Straße 1

● Hilfe am PC

Viele ältere Mitbürger entdecken den Personal Computer (PC) mit seinen vielfältigen Möglichkeiten für sich. Oft haben sie aber Schwierigkeiten bei der Handhabung von Hard- und Software.

Ehrenamtliche Helfer bieten gegen eine geringe Aufwandsentschädigung kompetente Hilfe an.

● Senioren-Computer-Gruppe

Landratsamt Bad Tölz / Wolfratshausen

Kontakt: Frau Waltraud Bauhof, Telefon: 0 80 27 / 77 41

● VHS Volkshochschule Geretsried

Im Frühjahr und zum Herbst verteilt die Stadt Geretsried das Programmheft der VHS an jeden Haushalt. Es bietet viele interessante Themen aus zahlreichen Bereichen an. Alle Einzelheiten entnehmen Sie bitte dem Programm.

Ambulante Pflegedienste



● Caritas-Sozialstation Alten- und Krankenpflege

Graslitzer Straße 13, 82 538 Geretsried

Telefon: 0 81 71 / 98 30 10,

Telefax: 0 81 71 / 98 30 17

E-Mail: sozialstation@caritas-toelz.de

Internet: www.caritas-geretsried.de

● Bayerisches Rotes Kreuz

Drosselweg 4, 82 538 Geretsried

Telefon: 0 81 71 / 93 45-0 oder -14,

Telefax: 0 81 71 / 93 45-24

E-Mail: info@kvbad-toelz.brk.de

Internet: www.brk-toel-wor.de

● Krankenpflege ReHa Resi Harth

Jeschkenstraße 63 c, 82 538 Geretsried

Telefon: 0 81 71 / 30 49, Telefax: 0 81 71 / 52 93 42

E-Mail: resi_harth@gmx.de

● Alten- und Krankenpflagedienst Monika und Irene

Steiner Ring 42, 82 538 Geretsried

Telefon: 0 81 71 / 3 24 46, Mobil: 01 60 / 1 10 25 81

E-Mail: monikauirene@aol.com

Ambulante Pflegedienste

- **Pflegen zu Hause Anne Leonhardt**
Isardamm 103 b, 82 538 Geretsried
Telefon: 081 71 / 6 41 19, Telefax: 081 71 / 9 97 31 50
- **Hand in Hand Betreuung zu Hause**
Postfach 1222, 82 538 Geretsried
Telefon: 081 71 / 36 48 43
E-Mail: handinhandpflege@aol.de
- **Ambulante Krankenpflege Barbara Foral**
Egerlandstraße 2, 82 538 Geretsried
Telefon: 081 71 / 5 25 17, Telefax: 081 71 / 34 06 12
E-Mail: info@pflegedienst-foral.de
Internet: www.pflegedienst-foral.de
- **Kranken- und Pflegedienst für Jung und Alt**
Frau Renate Trenkle-Wagner
Karl-Lederer-Platz 22, 82 538 Geretsried
Telefon: 081 71 / 4 99 11, Telefax: 081 71 / 4 99 58
E-Mail: info@eurokaufhaus.net
Internet: www.pflegezentrale.com
- **Ambulante Krankenpflege Thomas Freiseisen**
Lisztweg 10, 82 538 Geretsried
Telefon: 081 71 / 90 91 87



Mobile Seniorenhilfe

Eine wichtige Ergänzung zu pflegerischen Anbietern sind die mobilen sozialen Hilfsdienste. Ihre Aufgabe ist es, älteren Menschen zu helfen, ihre Eigenständigkeit zu bewahren.

- **Mobile Seniorenhilfe des Landkreises**
Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83 646 Bad Tölz
Frau Müller-Janssen für den Nord-Landkreis
Telefon: 080 41 / 505-236,
Telefax: 080 41 / 505-373
Sprechzeiten: Mo. - Do. 09.00 - 12.00 Uhr
- **Bayerisches Rotes Kreuz**
Moosbauerweg 6a, 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 081 71 / 43 06-0,
Telefax: 081 71 / 43 06-24
Rettungsdienst und Krankentransporte,
Telefon: 1 92 22
E-Mail: info@kvbad-toelz-brk.de
Internet: www.brk-toel-wor.de
- **Malteser-Hilfsdienst gGmbH**
Hans-Urmiller-Ring 24 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 081 71 / 4 36 30,
Telefax: 081 71 / 43 63 63
E-Mail: klaus.staltmeier@maltanet.de
Internet: www.malteser.de



Pflegebegleitung / Nachbarschaftshilfen

Pflegebegleiter sind Ansprechpartner für pflegende Angehörige. Sie erleichtern die Kontakte zu Behörden und Pflege-Einrichtungen und ermutigen zur Selbstpflege im häuslichen Umfeld.

In gewissen Lebenssituationen würde es helfen, wenn Ihnen jemand bei Einkäufen, Behördengängen usw. zur Seite steht oder einfach nur Zeit für ein Gespräch oder zum Vorlesen hat.

- **VdK – Geretsried**
 Günther Fuhrmann, 82 538 Geretsried
 Böhmerwaldstraße 7a, Telefon: 0 81 71 / 5 11 40
 Telefon (Handy): 0 151 / 59 99 09 55
 Mo. - Fr. 10.00 - 17.00 Uhr
- **Fachstelle für pflegende Angehörige**
 Unterstützung für pflegende Angehörige und Senioren mit Hilfebedarf
 Am Schlossplatz 6, 83 646 Bad Tölz
 Telefon: 0 80 41 / 7 14 14
- **„Ich für Dich“ Nachbarschaftshilfe des Caritas-Zentrums**
 Graslitzer Straße 13, 82 538 Geretsried
 Öffnungszeiten: Mo. - Do. 08.00 - 17.00 Uhr
 Telefon: 0 81 71 / 98 30 20, Telefax: 0 81 71 / 98 30 33
 E-Mail: monika.huppelsberg@caritasmuenchen.de
 Internet: www.caritas-geretsried.de



Haus-Notrufdienste

Der Haus-Notrufdienst gibt Ihnen Sicherheit rund um die Uhr. Er ermöglicht z.B. bei plötzlicher Verschlechterung einer Erkrankung Hilfe zu holen. Haus-Notruf-Systeme bieten an:

- **Bayerisches Rotes Kreuz, Hausnotruf**
 Schützenstraße 7, 83 646 Bad Tölz
 Telefon: 0 80 41 / 76 55-0,
 Telefax: 0 80 41 / 76 55-24
 Rettungsdienst und Krankentransporte,
 Telefon: 1 92 22
 E-Mail: info@kvbad-toelz-brk.de
- **Malteser Hilfsdienst gGmbH, Hausnotruf**
 Hans-Urmiller-Ring 24, 82 515 Wolfratshausen
 Telefon: 0 81 71 / 43 63-0,
 Telefax: 0 81 71 / 43 63-63
 E-Mail: klaus.staltmeier@maltanet.de
 Internet: www.malteser.de
- **SOPHIA – Zu Hause leben mit Sicherheit**
 Tölzer Straße 13, 83 607 Holzkirchen
 Telefon: 0 80 24 / 9 02 66-0
 Telefax: 0 80 24 / 9 02 66-66
 E-Mail: info@sophia-suedbayern.de
 Internet: www.sophia-suedbayern.de



Haushaltshilfen

Wenn Sie einzelne Verrichtungen in Ihrem Haushalt nicht mehr selbst erledigen können, benötigen Sie eventuell eine Haushaltshilfe. Es gibt folgende Anbieter:

- **Caritas-Zentrum**
 Graslitzer Straße 13, 82 538 Geretsried,
 Frau Huppelsberg
 Telefon: 0 81 71 / 98 30-20,
 Telefax: 0 81 71 / 98 30-27
 E-Mail: monika.huppelsberg@caritasmuenchen.de
 Internet: www.caritas-toelz.de
- **Malteser-Hilfsdienst gGmbH**
 Hans-Urmiller-Ring 24, 82 515 Wolfratshausen
 Telefon: 0 81 71 / 4 36 30,
 Telefax: 0 81 71 / 43 63 63
 E-Mail: klaus.staltmeier@maltanet.de
 Internet: www.malteser.de
- **Bayerisches Rotes Kreuz**
 Schützenstraße 7, 83 646 Bad Tölz
 Telefon: 0 80 41 / 76 55-0,
 Telefax: 0 80 41 / 76 55-24
 E-Mail: info@kvbad-toelz-brk.de



Alten- und Pflegeheime / Betreutes Wohnen

Es ist schön, wenn man sein Leben in den eigenen vier Wänden meistern kann. Sollte dies trotz der nebenstehend aufgeführten Hilfen nicht mehr möglich sein, bieten sich diese Häuser an:

- **Seniorenresidenz / Betreutes Wohnen Egerlandstraße**
 Die Wohnungen sind senioren- und behindertengerecht gebaut. Auf Wunsch kann der BRK-Betreuungsservice in verschiedenen Stufen gebucht werden.
 Alle Wohnungen sind Eigentumswohnungen, die vom Eigentümer direkt oder über Makler (z.B. Boothe Immobilien, Schneider & Prell u.v.a.m.) gemietet werden können.
- **Senioren- und Pflegeheim Schwaigwall**
 Schwaigwall 1, 82 538 Geretsried,
 Telefon: 0 81 71 / 1 76 10
 Internet: www.schwaigwall.de
 Das Haus bietet auch Kurzzeit-Pflegeplätze an.
- **Caritas-Altenheim St. Hedwig**
 Adalbert-Stifter-Straße 56, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 5 26 12
 Das Haus bietet auch Kurzzeit-Pflegeplätze an.
- **Pflegeheim GmbH St. Ursula**
 Sudetenstraße 5, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 30 67 und 0 81 71 / 82 06
 Das Haus bietet auch Kurzzeit-Pflegeplätze an.
- **Senioren-domizil „Haus Elisabeth“**
 Vollstationäres Pflegeheim
 (Eröffnung 01.11.2009)
 Johann-Sebastian-Bach-Straße 16,
 82 538 Geretsried
 Telefon: 07 31 / 4 09 69-0
 E-Mail: info@compassio.de
 Internet: www.compassio.de



Sanitätshäuser / Orthopädie / Ergotherapie

- **Helfrich Manfred Maßschuhe**
Rotkehlchenweg 8, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 25 22
- **Sanitätshaus 44 / Blattner**
Böhmerwaldstraße 44, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 38 74 87
- **Piegsa Gesundheitshaus / Orthopädietechnik**
Adalbert-Stifter-Straße 2, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 90 99 44
- **Ergotherapeutische & Logopädische Praxis**
Eva-Maria Schwaier & Tom Wildensee
Staatlich anerkannte Ergotherapeuten
Breslauer Weg 121, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 90 94 29



Krankengymnastik / Physiotherapie / Massagen

- **Krankengymnastik Frank Foral**
Krankengymnastik, Physiotherapie,
Massage, Fango, Manuelle Therapie,
Lymphdrainage, Elektrotherapie
Jeschkenstraße 13, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 52 95 10
- **Krankengymnastik**
Dobromir Slawinski
C.-M.-v.-Weber-Weg 34, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 52 94 47
- **Gesundheitszentrum Geretsried**
Praxis für Physiotherapie, Rehabilitation
und Prävention
Adalbert-Stifter-Straße 2, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 99 75 70
- **Krankengymnastik Angelika Riedle**
Jahnstraße 1, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 5 22 01
- **Krankengymnastik / Osteopathie**
Scheuchl und Irnich
Egerlandstraße 80, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 38 76 85
- **Krankengymnastik**
Annusch Wenus-Damian
Krankengymnastik und Massagen
Sudetenstraße 51, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 8 16 38
- **Massagepraxis Nikolaus Schöfmann**
Fasanenweg 4a, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 67 79



Caritas Altenheim St. Hedwig Geretsried

- Zentrumsnah und eingebettet in ein großzügiges Waldgrundstück bietet das Caritas-Altenheim St. Hedwig 104 rüstigen und hilfebedürftigen älteren Menschen ein Zuhause.
- Allen Bewohnern stehen Einzelzimmer zur Verfügung.
- Zu unseren Mitarbeitern gehört seit vielen Jahren die Ordensgemeinschaft der „Dienerinnen vom Kinde Jesu“/Kroatien.

Adalbert-Stifter-Straße 56, 82538 Geretsried Tel. 0 81 71/38 61 80 o. 386 18-12,
Fax 386 18-27 · E-Mail: st-hedwig@caritasmuenchen.de

Sport / Fitness / Bewegung

Sie fühlen sich
fit und möch-
ten es auch
bleiben?
Bewegung tut
gut und macht
Spaß:

- **Hallenschwimmbad Geretsried**
Jahnstraße 6, Telefon: 0 81 71 / 52 96 08
Seniorenswimmen / Wassergymnastik:
Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr
Warmwassertag (31 °C) / Wassergymnastik:
Mittwoch 14.00 - 21.00 Uhr
- **Sportverein TuS Geretsried**
Geschäftsstelle: Jahnstraße 4, 82 538 Geretsried,
Telefon 0 81 71 / 5 11 85
Internet: www.tus-geretsried.de

Senioren-Sport in der Turnhalle der Isardamm- Schule

Isardamm 14
Montag 15.00 - 16.30 Uhr

Senioren-Sport in der Turnhalle der Franz-Marc- Schule

Robert-Schumann-Weg 5
Donnerstag 15.45 - 17.00 Uhr

Koronar-Sport in der Turnhalle der Adalbert- Stifter-Schule

Adalbert-Stifter-Straße 14
Mittwoch 20.00 - 21.30 Uhr

Darüber hinaus bietet der TuS Geretsried an:
spezielle Sportgruppen für Funktionelle Gymnas-
tik für Frauen ab 50 Jahre, Reha-Sport für Wirbel-
säule, Sport nach Krebserkrankungen u.v.a.m.
Die Geschäftsstelle informiert Sie gerne:
Telefon 0 81 71 / 5 11 85.



Im Fitness-
Studio trainie-
ren Sie indivi-
duell und nach
Ihren eigenen
Bedürfnissen.
Ein ausgebilde-
ter Trainer erar-
beitet für Sie
einen persön-
lichen Trainings-
plan.

Sport / Fitness / Bewegung

- **Reha-Sportfreunde Geretsried (RSF)**
Frau Ilse Hauder, Telefon: 0 81 71 / 85 25
Bosseln, Pétanque, Reha-Sport, Schwimmen

Kegeln in den Ratsstuben Geretsried

Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr

Gymnastik / anschließend „Wer will Bosseln?“

Turnhalle der Karl-Lederer-Hauptschule
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr

- **Sportverein SV Gelting**

Josef Saller, Telefon: 0 81 71 / 2 94 61

Hockergymnastik

Turnhalle in Gelting, Leitenstraße
Dienstag 10.00 - 11.00 Uhr

Senioren-Gymnastik

Turnhalle in Gelting, Leitenstraße
Dienstag 16.30 - 17.30 Uhr

- **Club Vital / Zentrum für Sport & Gesundheit**
Sudetenstraße 73, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 91 91 00
Internet: www.clubvital.de

- **Fitness-Studio Impuls**

Bürgermeister-Graf-Ring 13, 82 538 Gelting
Telefon: 0 81 71 / 1 65 05
Internet: www.fitness-studio-impuls.de

- **Fitness-Forum und Squashpoint**

Breslauer Weg 103, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 30 44

Mahlzeiten-Heimservice / Lebensmittel-Lieferservice

Klar, die selbst zubereitete Mahlzeit schmeckt natürlich am besten. Aber wenn man sie nicht mehr selbst zubereiten kann, braucht man Hilfe. Dafür gibt es Anbieter mit verschiedenen Möglichkeiten:

- **Bayerisches Rotes Kreuz**
Drosselweg 4, 82 538 Geretsried
Warm- und Tiefkühlkost-Auslieferung
Telefon: 0 81 71 / 93 45-25,
Telefax: 0 81 71 / 93 45-24
oder:
Telefon: 0 81 71 / 43 06-25,
Telefax: 0 81 71 / 43 06-24
oder:
Telefon: 0 80 41 / 76 55-0,
Telefax: 0 81 71 / 76 55-24
E-Mail: info@kvbad-toelz.brk.de
Internet: www.brk-toel-wor.de
- **Malteser Hilfsdienst Mahlzeitendienst gGmbH**
Warm- und Tiefkühlkost-Auslieferung
Hans-Urmiller-Ring 24, 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 0 81 71 / 43 63-0, Telefax: 0 81 71 / 43 63-63
E-Mail: klaus.staltmeier@maltanet.de
Internet: www.malteser.de
- **Bofrost Vertriebs LI GmbH**
82 547 Eurasburg, Telefon: 0 81 79 / 94 78 00.
Die Firma liefert auf Wunsch ca. alle 3 Wochen kostenlos Tiefkühl-Fertiggerichte frei Haus, die man sich portioniert selbst warmmachen kann. Im Angebot stehen auch Gerichte für Diabetiker und Vegetarier.
- **Gaststätten / Mittagstisch**
Viele Gaststätten und Restaurants bieten zur Mittagszeit ein preiswertes Mittagsmenü an.
- **Edeka Markt**
Breslauer Weg 113, 82 538 Geretsried

Dieser Markt ist senioren-gerecht konzipiert:



Apotheken

- **Alpen Apotheke**
Tegernseeweg 6, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 8 04 29
- **Arkadenapotheke**
Sudetenstraße 14, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 42 69
- **Iris-Apotheke**
Egerlandstraße 76, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 90 96 20
- **Isar-Apotheke**
Johann-Sebastian-Bach-Straße 13a,
82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 14 99
- **Johannis Apotheke**
Johannisplatz 16, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 03 37
- **Paracelsus Apotheke**
Egerlandstraße 56, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 00 71
- **Stern Apotheke**
Sudetenstraße 13, 82 538 Geretsried
Telefon 0 81 71 / 3 12 73



Optiker / Hörgeräte



- **Burghardt Optik, Inh. Roland Brandl**
Sudetenstraße 15, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 13 54,
Telefax: 0 81 71 / 9 01 72
- **Emberger Optik und Akustik GmbH**
Egerlandstraße 54, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 13 95
Sudetenstraße 10, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 5 26 58
- **Galli Optik**
Jeschkenstraße 13, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 38 07 57
- **Müller Winfried Optikstudio**
Egerlandstraße 59, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 63 20 20
- **Wedershoven Optik**
Adalbert-Stifter-Straße 79, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 42 31
Telefax: 0 81 71 / 83 71

Hörgeräte:

- **Hörgeräte Seifert GmbH**
Egerlandstraße 48, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 21 74
- **Emberger Optik und Akustik GmbH**
Egerlandstraße 54, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 13 95



Friseure / Heimservice



- **Die 3 Friseure** 
Elbestraße 25, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 64 93 33
- **Friseur Pia's Hair & Beauty GmbH** 
Joh.-Seb.-Bach-Straße 11a,
82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 29 67
- **Friseur H-Galeria**
Jahnstraße 2, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 38 08 68
- **Friseur Marlis Frisierkommode**
Böhmerwaldstraße 21, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 8 15 34
- **Friseur Haar Design Erika**
Tegernseeweg 3, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 86 59
- **Friseur Salon Gerdi's Hairstyling**
Sudetenstraße 8, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 90 98 97
- **Friseur Salon Grieser**
Sudetenstraße 9, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 8 07 49
- **Friseur Salon Illgen** 
Johannisplatz 8, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 6 06 90
- **Friseur Salon Steiner**
Richard-Wagner-Straße 100, 82 538 Geretsried
Telefon 0 81 71 / 3 12 67

Friseure / Heimservice

- **Friseur Salon Yesim**
 Altvaterstraße 63, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 3 13 89
- **Friseur Salon Top Haar**
 Karl-Lederer-Platz 22, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 6 22 86
- **Friseur Salon Figaro**
 Loisachweg 5a, 82 538 Geretsried/Gelting
 Telefon: 0 81 71 / 1 08 74
- **Friseurteam Mary Rose**
 Neuer Platz 22, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 54 25
- **Friseurstudio Stindl**
 Isardamm 101, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 6 02 53
- **Friseurteam HaarGenau GmbH**
 Adalbert-Stifter-Straße 65, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 91 95 29



Fußpflege / Podologie

- **Kosmetik-Nagelstudio,
Nicole-Nagel-Ruof**
 Rosenweg 48, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 67 90
- **Arkadenapotheke Fußpflege /
Frau Stocker**
 Sudetenstraße 14, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 3 42 69
- **Fußpflege Sylvia Huber**
 Achenseeweg 14, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 26 72 86
- **Art of Wellness Gabriele Sternkopf**
 Egerlandstraße 1, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 38 02 80
- **Praxis für Podologie
Marianne Grunenberg**
 Alpenstraße 24, 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 58 71
- **Studio für Fußpflege Gabriele Beck**
 Adalbert-Stifter-Straße 39,
 82 538 Geretsried
 Telefon: 0 81 71 / 91 93 33
- **Medizinische Fußpflege
Helga Olschowski**
 Böhmerwaldstraße 44, 82 538 Geretsried
 Telefon: 01 72 / 9 79 98 19



Gartenpflege / Hausdienst Fahrdienste

Ein gepflegter Garten ist etwas wunderbares. Aber die Pflege von Haus und Garten kann beschwerlich werden. Diese Profis helfen Ihnen:

- **Garten- und Landschaftsbau Schmidt**
Malvenweg 7, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 9 60 52
- **Garten- und Landschaftsbau Lang GmbH**
Jeschkenstraße 16, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 5 24 10

Ältere Menschen, für die öffentliche Verkehrsmittel schwer zugänglich bzw. erreichbar sind, können Fahrdienste in Anspruch nehmen. Für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Fahrdienste:

- **Landratsamt Bad Tölz - Wolfratshausen Sozialhilfverwaltung**
Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83 646 Bad Tölz
Telefon: 0 80 41 / 5 05-230
Sprechzeiten: Do. u. Fr. 07.30 - 12.00 Uhr
E-Mail: manuela.sander@lra-toelz.de
Internet: www.lra-toelz.de
- **Bayerisches Rotes Kreuz**
Moosbauerweg 6a, 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 0 81 71 / 43 06-0, Telefax: 0 81 71 / 43 06-24
Rettungsdienst/Krankentransporte, Telefon: 1 92 22
E-Mail: info@kvbad-toelz-brk.de
Internet: www.brk-toel-wor.de
- **Malteser Hilfsdienst gGmbH**
Hans-Urmiller-Ring 24, 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 0 81 71 / 4 36 30, Telefax: 0 81 71 / 43 63 63
E-Mail: klaus.staltmeier@maltanet.de
Internet: www.malteser.de

Fahrdienste

- **Taxiunternehmen Kottysch**
Lauterbachstraße 3a, 82 538 Geretsried/Gelting
Telefon: 0 81 71 / 4 32 00
Telefax: 0 81 71 / 43 20 10
- **Taxi Mai**
Rotkehlchenweg 4, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 3 12 12
- **Taxi Schwuchow**
Königsdorfer Straße 28, 82 515 Wolfratshausen
Telefon: 0 81 71 / 91 02 22



Vollmachten / Betreuungs- und Patientenverfügung

Für jeden Menschen, gleich welchen Alters, kann das Vorhandensein einer derartigen Vollmacht und Verfügung herausragende Bedeutung erlangen. Sie wird durch Unfall, Krankheit oder Alter relevant.

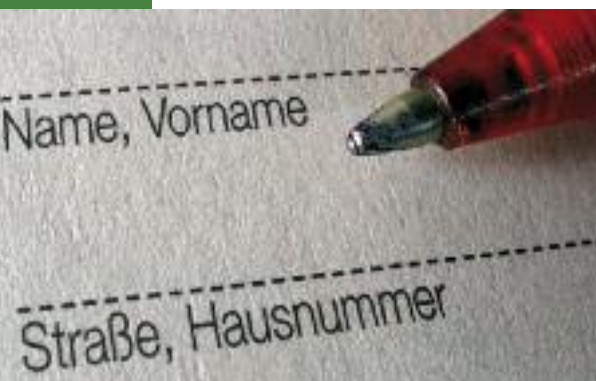
- Hilfe und Anleitung bietet die Broschüre des Bayerischen Staatsministeriums der Justiz „Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter durch Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung“. Die Broschüre ist im Buchhandel unter der Buchnummer ISBN 978-3-406-57518-1 (in der Buchhandlung Ulbrich, Geretsried, Karl-Lederer-Platz) für EUR 3,90 erhältlich oder kann auf der nachstehenden Internetseite:

<http://www.verwaltung.bayern.de/Broschueren-bestellen-.196-1067726.1928150/index.htm>

als Download bezogen werden.

Die Broschüre will dazu beitragen, die Notwendigkeit einer Vorsorge für den rechtlichen Betreuungsfall stärker als bisher im Bewusstsein der Bürgerinnen und Bürger zu verankern. Sie soll gleichzeitig konkrete Vorschläge für denjenigen liefern, der sich zu einer Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung und möglichst auch zu einer hiermit kombinierten Patientenverfügung entschließt.

Weitere Informationen erhalten Sie zudem von einem Rechtsanwalt.



Hospiz / Trauerhilfe

Die ehrenamtlichen Hospiz-Mitarbeiter unterstützen und begleiten Sie in Ihrer Zuwendung für Schwerkranke und Sterbende.

Wenn das Leben zu Ende ist, können die Angehörigen sich für den letzten Weg des/der Verstorbenen an nebenstehende Einrichtungen wenden.

- **Christophorus Hospizverein Bad Tölz - Wolfratshausen e.V.**
Neuer Platz 20, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 99 91 55
Telefax: 0 81 71 / 99 91 56
E-Mail: info@christophorus-hospizverein.de
Internet: www.christophorus-hospizverein.de

- **Bestattungsinstitut Klein**
Graslitzer Straße 23, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 69 11

- **Trauerhilfe Denk**
Adalbert-Stifter-Straße 65, 82 538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 9 00 11



