



Gemeinde
Poing



**Älter
werden
in Poing**

Liebe Poingerinnen und Poinger,



die Neuauflage der Poinger Seniorenbrochure ist eine umfangreiche Orientierungshilfe rund um das Thema „Älter werden in Poing“. Derzeit leben rund 3.660 Bürgerinnen und Bürger in unserer Gemeinde, die 60 Jahre und älter sind. Diese Lebensphase ist einerseits oft geprägt von einem höheren Zeitbudget für Freizeitaktivitäten und bürgerschaftlichem Engagement, andererseits können aber mit steigendem Alter Unterstützung, Hilfen und Pflege an Bedeutung gewinnen.

In dieser Broschüre finden Sie in kompakter Form alles Wissenswerte sowohl zu Aktivangeboten als auch zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten, Finanzhilfen und Wohnen im Alter – zuhause oder in einer Einrichtung.

Um dem demographischen Wandel aktiv zu begegnen, hat die Gemeinde mit ihrem eigenen Seniorenteam Fachkräfte, die Ihnen bei Fragen und Anliegen sowie bei Interesse für ehrenamtliches Engagement gerne zur Verfügung stehen.

Aktuelle Informationen erhalten Sie zweiwöchentlich mit dem Poinger Ortsnachrichtenblatt und jederzeit auf der Gemeinde-Homepage www.poing.de. Dort finden Sie auch einen umfangreichen Veranstaltungskalender mit den Angeboten der Gemeinde sowie viele Aktivitäten der Poinger Vereine, Kirchen und weiterer Organisationen.

Poing soll Ihnen allen ein Ort sein, an dem Sie sich ein Leben lang wohlfühlen. Ich wünsche Ihnen, dass Sie beim Lesen und Nachschlagen in der Broschüre viele hilfreiche und wertvolle Informationen erhalten.

Ihr

A handwritten signature in blue ink, which appears to read "Th. Stark".

Thomas Stark
Erster Bürgermeister

Inhalt

4		Aktivangebote
14		Beratungsangebote
20		Finanzhilfen
22		Zuhause gut versorgt
30		Pflegeeinrichtungen
32		Unterstützungsangebote
37		Notrufe



Gemeinde Poing – Seniorenbüro

www.poing.de/senioren

Das Seniorenteam der Gemeinde Poing organisiert bzw. führt in Kooperation mit anderen Institutionen sowie gemeinnützigen Vereinen und Wohlfahrtsverbänden zahlreiche Veranstaltungen für Senioren, pflegende Angehörige und interessierte Bürger durch.

- **Projekt „zusammen digital“**
Max-Mannheimer-Bürgerhaus, Bürgerstraße 1
Montag 15:30–17 Uhr
- **Stammtisch „Strickbrunch“**
Café des ZiM im Bürgerhaus
Dienstag 9–12 Uhr
- **Seniorenachmittag**
Gemeinderäume in der Anzinger Straße 1
Mittwoch 14–16 Uhr
- **Offener Treff**, monatlich im Café des ZiM
- **Boule-Turnier**, monatlich auf dem Doppelspielfeld am Marktplatz
- **Inklusive Veranstaltungen** für Menschen mit Demenz und pflegende Angehörige
- **Veranstaltungen im Jahreskreis**

Informationen zu geplanten Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Ortsnachrichtenblatt bzw. der Gemeinde-Homepage.

Haben Sie Lust und Zeit sich ehrenamtlich im Seniorenbereich zu engagieren?

Bitte nehmen Sie mit dem Team Seniorenarbeit Kontakt auf. Die vielfältigen Aktivitäten und Veranstaltungen, die die Gemeinde anbietet, wären ohne die Unterstützung unserer unterschiedlichen Helferteams nicht möglich. Sie können Ihre Fähigkeiten einbringen, neue Kompetenzen erwerben, sind Teil eines engagierten Teams, erfahren Freude, Spaß, Anerkennung und ganz viel Dankbarkeit von unseren Gästen.

- **Team „Service“:** sorgt für die Vor- und Nachbereitung sowie die Durchführung von Veranstaltungen
- **Team „Kuchenfreude“:** sorgt für Gaumenfreuden zu den Aktivitäten/Veranstaltungen
- **Team „Musik“:** sorgt für Schwung und Unterhaltung bei den Aktivitäten/Veranstaltungen
- **Team „Seniorenpaten“:** sorgt für regelmäßige soziale Kontakte
- **Ehrenamtlicher Fahrdienst** für Poinger mit Mobilitätseinschränkungen

Gemeinde Poing
Seniorenbüro im Bürgerhaus
Frau Bachmann / Herr Sterker
Bürgerstraße 1, 1. Stock
85586 Poing

08121 9794-440 oder -441
senioren@poing.de



Seniorenbeirat

Seniorenbeirat Poing

www.poing.de/senioren

Aufgabe des Seniorenbeirates ist die Beratung der Gemeindeverwaltung, Unterstützung der Seniorensachkräfte und die Gewinnung von Mitmenschen für ehrenamtliche Tätigkeiten. Der Seniorenbeirat führt Veranstaltungen durch und organisiert Freizeitgruppen für Senioren. Die Gruppenleiter freuen sich über jegliche Hilfe und Unterstützung – bitte sprechen Sie einfach den betreffenden Ansprechpartner an.

- **Kegeln**

Montag 15–18 Uhr

Dienstag 16–19 Uhr

■ Franz Langlechner, 08121 8568

■ Christl Klein, 08121 79708

- **Radlgruppe**

(1–2 x im Monat)

■ Franz Langlechner, 0160 8075116

■ franz@langlechner.de

- **Konzertbesuche**

(6 x jährlich – max. 40 Karten)

■ Karin Mattick, 08121 81728

- **Wandergruppe**

(1 x im Monat)

■ Hans Hoesch, 08121 8316

■ wanderhans.poing@gmx.de

- **Neue Gruppen**

Es besteht jederzeit die Möglichkeit, neue Gruppen für neue Interessen zu bilden

■ Hans Hoesch

■ 08121 8316



Sozialverband VdK Poing

www.vdk.de/ov-poing

Der VdK bietet Beratung und Unterstützung in schwierigen sozialen Situationen an. Durch rechtliche Beratung bei Problemen mit Behörden unterstützt der VdK zusätzlich bei Antragstellungen für Rente, Pflege, Schwerbehinderung und damit verbundene Themen.

- **Pflegestammtisch**, 1 x monatlich montags
- **Ortsteilwanderungen durch Poing**, alle 2 Wochen Di.
- **Sprechstunde Behörden-Lotsen**, 1 x monatl. mittwochs
- **Stammtisch mit und für Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen**, 1 x monatlich mittwochs
- **Gute Laune Frauentreff**, 1 x monatlich donnerstags
- **Tagesfahrten**, 2–3 x pro Jahr

■ Sozialverband VdK Poing

■ Maria Boge-Diecker

■ Nelkenweg 3

■ 85586 Poing

0151 20108598

ov-poing@vdk.de



Zentrum in der Mitte (ZiM)

www.familienzentrum-poing.de

Das ZiM ist ein zentraler Ort der Begegnung, Unterstützung, Erfahrung, Vernetzung und Familienbildung. Wir sind ein offenes Haus, in dem jeder willkommen ist, unabhängig von Herkunft, Alter, Geschlecht, Religion und politischer Einstellung.

- **Strickbrunch**, dienstags 9–12 Uhr
- **Seniorenachmittag** mit musikalischer Begleitung
- **regelmäßige Spiele-Nachmittage**
- **Veranstaltungen und Feste**
- **verschiedene Kurse und Workshops**, wie z.B. Erste-Hilfe Schulungen
- **offener Treff im Familiencafé** mit preiswerten Speisen und Getränken

■ Zentrum in der Mitte

■ Bürgerstraße 1

■ 85586 Poing

08121 71771

info@zim-poing.de



Gemeindebücherei Poing

www.buecherei-poing.de

Die Bücherei verfügt über 16.000 Medien, unter anderem Romane in Großdruck, Hörbücher und Zeitschriften.

- **Verleih von E-Book-Readern:** Nutzer können Bücher aus unserer digitalen Bücherei ausleihen und die Schriftgröße selbst einstellen
- **Lesebrillen** können an der Theke ausgeliehen werden
- **Für Leser mit Sehschwäche** stellen wir den Kontakt zur Blinden-Hörbücherei in München her
- **Bei nicht vorhandenen Neuerscheinungen** versuchen wir, Ihre Wünsche zu erfüllen

Gemeindebücherei Poing
Marktstraße 4b
85586 Poing

08121 9794-940
buecherei@poing.de

Mo. / Di. / Do.
15–19 Uhr
Mittwoch
10–12 Uhr / 15–20 Uhr
Freitag
10–15 Uhr



Literaturhaus am Marktplatz

www.poing.de/literaturhaus

Treffpunkt für Bücherfreunde

- **offene kostenlose Bibliothek** für jeden Bürger mit einem sich ständig wandelnden Literaturangebot für Groß und Klein
- **Gestaltung durch die Bürger**, da die Regale von ihnen gefüllt werden
- **Sie können jedes Buch behalten**, aber auch neue Lektüren zur Verfügung stellen
- **Geöffnet rund um die Uhr**

Gemeinde Poing
Am Marktplatz im Ortszentrum

08121 9794-125
kultur@poing.de



vhs Vaterstetten e.V. – Außenstelle Poing

www.vhs-vaterstetten.de

Die Volkshochschule Vaterstetten e.V. ist eine öffentliche Einrichtung der Erwachsenenbildung, die für Menschen aller Altersgruppen offen ist und eine Fülle von Kursen anbietet. Gerade das Miteinander von jüngeren und älteren Menschen und ihr Austausch über das gemeinsame Interessensgebiet machen dabei den besonderen Reiz aus.

- **Bewegungskurse**
- **Sprachkurse**
- **Studium Generale**
- **Kultur- und Kreativangebote**
- **Angebote und Kurse**, auch speziell für ältere Menschen

Das vhs-Team hilft dabei, den passenden Kurs für jede Altersgruppe zu finden. Das vhs-Haus in Poing ist zentral gelegen, behindertengerecht gebaut, bietet einen Aufzug und verfügt über Hörhilfen.

vhs Vaterstetten e.V. – Außenstelle Poing
Friedensstraße 5
85586 Poing

08106 3590-35 (für Poing -91)
service@vhs-vaterstetten.de

Öffnungszeiten Poing:
Montag und Donnerstag 9–12 Uhr
Dienstag: 17–19 Uhr

Öffnungszeiten Service-Team Vaterstetten:
Montag–Freitag 9–12 Uhr
Montag–Donnerstag 16–19 Uhr



Sportgemeinschaft Poing e.V.

www.sg-poing.de

Die SG Poing bietet ein großes Sportangebot an, das von allen Altersklassen genutzt werden kann. Die im Folgenden genannten Sportangebote sind explizit für ältere Erwachsene ausgerichtet, aber gerne darf auch jeder Senior in unser Sportprogramm schauen, ob noch weitere Angebote ansprechend sind.

- **Krafttraining für Damen jeden Alters**

Kraftraum
Montag und Mittwoch 8 Uhr

- **Krafttraining für Damen und Herren**

Kraftraum
Montag 10 Uhr

- **Yoga ab 60 Jahren**

Multifunktionaler Raum
Dienstag 9–11 Uhr

- **Seniorengymnastik/Tanz im Sitzen**

Vereinsraum Anzinger Straße 1
Freitag 9:30–11 Uhr

Sportgemeinschaft Poing e.V.

Plieninger Straße 22
85586 Poing

08121 973897
info@sg-poing.de



TSV Poing – Tanz & Fitness

www.tsv-poing.eu/sportangebote/tanz-fitness

Der TSV Poing bietet im Bereich Tanz & Fitness abwechslungsreiche Kurse für jedermann an. Die meisten Angebote stehen Mitgliedern und Nicht-Mitgliedern offen.

- **Wellness-Workout Ü60**

Turnhalle Rathausstraße 3a
Montag 19–20 Uhr

- **Fitness-Workout Ü60**

Multifunktionsraum, Plieninger Straße 22
Mittwoch 19–20 Uhr

- **Fitness-Mix Ü50**

DFH Halle C, Plieninger Straße 22
Mittwoch 18–19 Uhr

- **TANZ-Dich-Fit Ü50**

Bürgerhaus Raum 4, Bürgerstraße 1
Mittwoch 9–10 Uhr

- **Zumba Gold**

Multifunktionsraum, Plieninger Straße 22
Freitag 18:45–19:45 Uhr

TSV Poing

Plieninger Straße 22
85586 Poing

08121 8500
tanz-fitness@tsv-poing.eu



Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Poing

www.christuskirche-poing.de

Unsere Angebote stehen jedem offen, unabhängig von Herkunft und Konfession – wir laden Sie herzlich ein, vorbeizuschauen!

- **Bastelkreis**
Donnerstag 9 Uhr
Kontakt: Frau Steidle, 089 9031880
- **Seniorenheimgottesdienste**
Monatlich im Seniorenzentrum Poing,
Marktstraße 7, 85586 Poing
- **Tanzen ab der Lebensmitte**
Dienstag 15 Uhr (außer in den Ferien)
Kontakt: Frau Gramich, 08083 1511
nanigramich@yahoo.de
- **Besuche** auf Wunsch durch Pfarrer Simonsen.
Bitte vereinbaren Sie einen Termin über unser Büro
(bitte Anrufbeantworter nutzen)
- **Gemeindenachmittag,**
1x im Quartal, montags 15–17 Uhr

Christuskirche Poing
Gebrüder-Asam-Straße 6
85586 Poing

08121 971736
pfarramt.poing@elkb.de

Genaue Termine werden auf der Homepage und im Gemeindeblatt bekannt gegeben.



Katholische Pfarrei St. Michael Poing

www.pfarrei-poing.de

In St. Michael und in der Pfarrkirche Seliger Pater Rupert Mayer finden Gottesdienste und Liturgie durch das Kirchenjahr statt. Außerdem bieten wir christliche Bildungs- und Jugendarbeit und leisten mit der Caritas Hilfe für Menschen in Not.

- **Krankensalbung** nach telefonischer Vereinbarung
- **Senioren-gottesdienste** mit Krankensalbung in der Fasten- und Adventszeit
- **Senioren-gottesdienste im Seniorenzentrum**
mit Kommunionausteilung jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat um 15:30 Uhr
- **Seelsorgliche Gespräche** nach Vereinbarung
- **Krankenbesuchsdienst:** Ehrenamtliche besuchen Sie nach Anmeldung und bringen Ihnen die Krankenkom-munion
- **Katholischer Deutscher Frauenbund,** Zweigverein Poing, mit vielfältigen Angeboten

Pfarrei St. Michael Poing
Schulstraße 36
85586 Poing

08121 81343
st-michael.poing@ebmuc.de

Öffnungszeiten:
Mo, Di, Fr 8:30–11:30 Uhr | Do 15–17 Uhr
Mittwoch geschlossen

Gottesdienst St. Michael:
Di, Mi, Fr 8 Uhr | Sonntag 9 Uhr
Gottesdienst Pfarrkirche Sel. Pater Rupert Mayer:
Do, Sa 19 Uhr | Sonntag 10:30 Uhr



Seniorenbüro der Gemeinde Poing

www.poing.de/senioren

Das Seniorenbüro der Gemeinde Poing befindet sich im 1. OG im Max Mannheimer Bürgerhaus und ist mit dem Fahrstuhl barrierefrei zu erreichen. Das Team Seniorenarbeit der Gemeinde Poing bietet fachkundige neutrale Information und Beratung per E-Mail, telefonisch, im Seniorenbüro oder auf Wunsch zuhause zu vielfältigen Themen an:

- **Freizeitangebote und Versorgungsmöglichkeiten** für ältere Menschen in Poing
- **Pflegeversicherung** und andere sozialrechtliche Leistungen (z.B. Beantragung Schwerbehindertenausweis)
- **Informationen** über seniorengerechte Wohnraumanpassung und Hilfsmittelversorgung
- **Beratung** für pflegende An- und Zugehörige
- **Umgang mit und Information über Unterstützungsmöglichkeiten** bei demenziellen Erkrankungen
- **Information über Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung**
- **Vermittlung** an weiterführende Organisationen, Fachberatungen, Einrichtungen und Dienste

Gemeinde Poing
Seniorenbüro im Bürgerhaus
Frau Bachmann / Herr Sterker
Bürgerstraße 1, 1. Stock
85586 Poing

08121 9794-440 oder -441
senioren@poing.de

Sprechstunden:
Dienstag 9–12 Uhr
Donnerstag 14–16 Uhr

Rentenberatung

www.poing.de/rentenberatung

Rentantrag und Rentenberatung: Beratung zu Altersrenten, Hinterbliebenenrenten und Erwerbsminderungsrenten in der Gemeinde Poing. Die Beratung wird zweimal die Woche durch einen ehrenamtlichen Versicherungsberater der Dt. Rentenversicherung Bayern Süd angeboten.

Gemeinde Poing
Bürgerhaus, Raum 3 im Obergeschoss
Bürgerstraße 1
85586 Poing
08121 9794-162

Beratungszeiten:
Montag 8–12 Uhr
Donnerstag 15–19 Uhr

Telefonische Terminvereinbarung erforderlich.

Behindertenbeauftragte

www.poing.de

Die ehrenamtlichen Behindertenbeauftragten der Gemeinde Poing bieten Beratung und Hilfe bei allen Fragen von Menschen mit Behinderung und Handicaps.

Gemeinde Poing
Thomas Petschenka / Markus Himpel
Bürgerstraße 1
85586 Poing

08121 9794-920
behindertenbeauftragte@poing.de

Termine nach vorheriger Vereinbarung. Bitte hinterlassen Sie unbedingt eine Rückrufnummer und Ihren Namen.



PflGESTERN Seniorenservice

www.pflegesternngmbh.de

Die Beratungsstelle des PflGESTERN Seniorenservice bietet pflegebedürftigen Personen und deren Angehörigen umfassende Beratungs- und Unterstützungsangebote. Der Ratsuchende erhält eine kompetente und neutrale Beratung.

PflGESTERN Seniorenservice gGmbH
Marktstraße 5b
85586 Poing

08121 256-256
bwzh-poing@pflegesternngmbh.de

Sprechzeiten:
Montag, Mittwoch, Freitag 9:30–12:30 Uhr
sowie nach Vereinbarung



Zentraler Sozialdienst des Landratsamts Ebersberg

Psychosoziale Beratung für Personen im SGB II- (Bürgergeld) oder SGB XII- (Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung) Leistungsbezug.

- **Anspruchsberatung**
- **Beratungsgespräche** zu verschiedenen Lebensbereichen (z.B. finanzielle Probleme, Trennung, psychische Probleme etc.)
- **Vermittlung** an entsprechende Fachstellen
- **Präventive Hausbesuche** für alle Senioren im Landkreis (unabhängig vom Leistungsanspruch)

Zentraler Sozialdienst
Eichthalstraße 5
85560 Ebersberg

08092 8230
zentraler-sozialdienst@lra-ebe.bayern.de



Pflegestützpunkt Ebersberg

www.demografie.lra-ebe.de/pflegestuetspunkt/pflegestuetspunkt-ebersberg

Kostenlose, neutrale und unabhängige Pflege- und Wohnberatung.

- **Ansprechpartner** für alle Fragen rund um die Themen Pflege und altersgerechtes Wohnen
- **Beratung** Vorort im Bürgerhaus Poing (wöchentlich)
- **Auf Anfrage auch Hausbesuche möglich**
- **Ausstellung für altersgerechtes Wohnen** im Kompetenzzentrum in Grafing

Pflegestützpunkt Ebersberg
Marktplatz 2
85567 Grafing

08092 823702
pflegestuetspunkt@lra-ebe.de



Vor-Ort-Beratung des Bezirks Oberbayern

www.bezirk-oberbayern.de/Beratung-vor-Ort

Der Bezirk Oberbayern bewilligt als Träger der Eingliederungshilfe Teilhabeleistungen für Menschen mit Behinderungen. Außerdem ist er überörtlicher Träger der Sozialhilfe und damit zuständig für die ambulante und stationäre Hilfe zur Pflege pflegebedürftiger Menschen.

- **Donnerstag:** Sprechtag im Pflegestützpunkt Ebersberg in Grafing
- **Beratung** u.a. zu Leistungen der ambulanten und stationären Hilfe zur Pflege
- **Offene Sprechstunde von 10–12 Uhr**
- **Persönliche Beratungstermine** nach Terminvereinbarung

Bezirk Oberbayern
Pflegestützpunkt Ebersberg
Marktplatz 2 089 2198-21050
85567 Grafing beratung-ebe@bezirk-oberbayern.de



Betreuungsstelle Ebersberg

www.lra-ebe.de

Beratung rund um rechtliche Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

- **Kostenlose Beratung** zur Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung
- **Beglaubigung** von Unterschriften bei Vorsorgevollmachten
- **Bietet Vorträge und Sprechstunden** zu oben genannten Themen an

Betreuungsstelle Ebersberg
Landratsamt Ebersberg
Eichthalstraße 5
85560 Ebersberg

08092 823563
betreuungsstelle@lra-ebe.de

Fachstelle Senioren und Inklusion im Landratsamt Ebersberg

<https://demografie.lra-ebe.de>

- **Fortschreibung und Umsetzung des Seniorenpolitischen Gesamtkonzepts** (z.B. Seniorenwegweiser für den Landkreis Ebersberg)
- **Förderung der Seniorenarbeit** und Unterstützung der kommunalen Seniorenvertretungen
- **Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention** auf Landkreisebene (z.B. Barrierefreiheit)
- **Lotsenfunktion**

Landratsamt Ebersberg
Fachstelle Senioren und Inklusion
Marienplatz 11
85560 Ebersberg

08092 823538
demografie@lra-ebe.de



Caritas Zentrum / Landkreis Ebersberg

www.caritas-ebersberg.de

Die Pflege einer nahestehenden Person stellt für pflegende Angehörige oftmals eine große Herausforderung und Belastung dar. Das Team der Caritas steht Ihnen mit einem vielfältigen Angebot mit Rat und Tat zur Seite.

- **Gesprächskreise für pflegende Angehörige**
- **Entlastung durch geschulte Helfer zu Hause**
- **Kurs EduKation Demenz:** Wissensvermittlung zu Demenzerkrankungen und deren Auswirkungen auf das Alltagsleben
- **Ambulanter Pflegedienst (siehe S. 29)**

Caritas Außenstelle Markt Schwaben
Färbergasse 32
85570 Markt Schwaben

08121 220710 und 08092 2324110
cz-ebe@caritasmuenchen.org



München und Oberbayern

SpDi – Sozialpsychiatrische und Gerontopsychiatrische Fachberatung Ebersberg

www.spdi-ebersberg.de

Beratung für psychisch belastete und ältere Menschen sowie deren Angehörigen.

- **Haus- und Klinikbesuche**
- **Freizeit- und Kontaktgruppen**
- **Unterstützung und Begleitung** im Umgang mit der aktuellen Lebenssituation
- **Einsatz von Angeboten** zur Unterstützung im Alltag (Alltagsbegleitung)

Sozialpsychiatrischer Dienst Ebersberg
Siegartstraße 21
85560 Ebersberg

08092 853380
spdi-ebersberg@diakonie-muc-obb.de



Landratsamt
Ebersberg

Landratsamt Ebersberg – Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

www.lra-ebe.de/leben/soziales

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung erhalten bedürftige Personen,

- **die ihren gewöhnlichen Aufenthalt** im Inland haben und
- **die das Rentenalter** gemäß den Bestimmungen der gesetzlichen Rentenversicherung erreicht haben oder
- **die das 18. Lebensjahr vollendet haben** und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage dauerhaft voll erwerbsgemindert sind und es unwahrscheinlich ist, dass diese volle Erwerbsminderung behoben werden kann, und ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus Einkommen und Vermögen bestreiten können

Der Antrag ist bei Ihrer Stadt- beziehungsweise Gemeindeverwaltung zu stellen. Die Entscheidung über Ihren Antrag erfolgt anschließend im Landratsamt beim Sozialamt.

Sozialamt Ebersberg
Eichthalstraße 5
85560 Ebersberg

08092 823-0
sozialamt-leistung@lra-ebe.de

Rückfragen bei der Gemeinde Poing:
08121 9794-162
soziales@poing.de

Wohnungswesen und Versicherungsamt

www.lra-ebe.de/leben/soziales

Wohngeld: Einkommensschwächere Haushalte erhalten unter bestimmten Voraussetzungen Wohngeld als staatlichen Zuschuss zu den Wohnkosten. Wohngeld kann gewährt werden als

- **Mietzuschuss zu den Kosten der Wohnung**
- **Lastenzuschuss für Eigentümer von Wohnungen**
- **Mietzuschuss zum Wohnteil der Heimkosten**

Landratsamt Ebersberg
Wohngeldstelle
Eichthalstraße 5
85560 Ebersberg

08092 823-723
wohngeldbehoerde@lra-ebe.de

Sozialwohnungen und einkommensorientiert geförderte Wohnungen (EOF)

Geförderte Wohnungen werden über das Landratsamt an berechtigte Wohnungssuchende vermittelt.

08092 823-281/-449/-638/-823
wohnungsamt@lra-ebe.bayern.de

Renten- und Versicherungsamt

Das Versicherungsamt im Landratsamt berät Sie in allen Fragen zur Sozialversicherung, insbesondere zu Rentenfragen. Telefonische Terminvereinbarung unter:

Versicherungsamt im Landratsamt
08092 823-429/-658
rente@lra-ebe.bayern.de



Pflegestern Seniorenservice

www.pflegesterngmbh.de

Ziel ist es, allen so viel Selbstständigkeit wie möglich und so viel Unterstützung wie nötig zu geben, um selbstbestimmt so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden – und damit eingebettet im gewohnten und vertrauten sozialen Umfeld wohnen bleiben zu können. Die Beratungsstelle in Poing koordiniert alle Hilfen und kann frühzeitig bei Veränderungen in der häuslichen Situation unterstützen und Lösungsmöglichkeiten aufzeigen.

- **Betreutes Wohnen zu Hause:** Beratung, Organisation und Koordination von Hilfen im Alltag
- **Wohnen mit Service:** seniorengerechte Appartements, mit dem Komfort einer vollwertigen Wohnung in Kombination mit einer professionellen Unterstützung für ein barrierefreies Wohnen im Alter
- **Individuelle Organisation** von Hilfestellungen, Besuchsdiensten und Fahrdiensten
- **Einsatz von geschulten Demenz Helfern**
- **Förderung der sozialen Kontakte** durch ein abwechslungsreiches Monatsprogramm
- **Mittagstisch im Seniorenheim**
- **Ambulanter Pflegedienst**, siehe Seite 28

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Gruber Straße 46b
85586 Poing

08121 256-256
bwzh-poing@pflegesterngmbh.de

Sprechzeiten:
Montag, Mittwoch, Freitag 9:30–12:30 Uhr



Nachbarschaftshilfe Poing Pliening e.V.

www.deine-nbh-poing.de

Als gemeinnütziger Verein bieten wir eine Vielzahl an sozialen und pflegerischen Diensten für alle Altersgruppen in Poing und Pliening. Mit professionellen Dienstleistungen unterstützen wir Sie in Ihrem Zuhause.

- **Betreutes Wohnen zu Hause:**
Sicherheit und Begleitung für ältere Menschen
- **Ambulante Pflege:**
Professionelle Pflege durch qualifizierte Fachkräfte
- **Hauswirtschaftliche Hilfe:**
Unterstützung bei der Haushaltsführung, Reinigung und Gartenarbeit
- **Mobiler Mittagstisch:**
Täglich frisch gekochte Mahlzeiten bequem nach Hause geliefert
- **Pflege- und Sozialberatung**
- **Persönlicher Kontakt**

Nachbarschaftshilfe Poing Pliening e.V.
Hauptstraße 15
85586 Poing

08121 7671940
info@deine-nbh-poing.de



Malteser Hilfsdienst

www.malteser-egersberg.de

- **Hausnotruf rund um die Uhr:** auf Knopfdruck wird die Servicezentrale alarmiert, die umgehend die erforderliche Hilfe veranlasst
- **Menüservice:** ausgewogenen Menüs (auch vegetarische, für Diabetiker geeignete und pürierte Kost), täglich oder tageweise warm ins Haus oder auf Wunsch wöchentlich tiefkühlfrisch zum flexiblen Fertiggaren
- **Fahrdienst:** im Landkreis Ebersberg begleitete Fahrten, z.B. zu medizinischen Terminen oder aus privatem Anlass (sitzend im PKW oder im Rollstuhlfahrzeug)
- **Online-Pflegekurs:** umfassendes Wissen rund um die häusliche Pflege für Pflegende, Pflegebedürftige und weitere Interessierte; die Pflegekassen übernehmen die Kosten für diese anerkannte Schulung (§ 45 SGB XI)
- **Herzenswunsch-Krankenwagen:** Erfüllung der Wünsche von unheilbar kranken Menschen; die Fahrten werden von speziell geschulten Ehrenamtlichen begleitet und sind für die erkrankte Person und ihre Begleitung kostenfrei

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Kreisgeschäftsstelle Erding Freising Ebersberg
Landshuter Straße 55
85435 Erding

08122 9955177
sozialdienste.ost-oberbayern@malteser.org



BRK-Kreisverband Ebersberg

www.kvebersberg.brk.de

Der BRK-Kreisverband Ebersberg bieten Ihnen vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten für Ihren Alltag. Ob im Pflegebereich oder bei den Angeboten für Senioren von Essen auf Rädern bis zum Hausnotruf – das BRK Ebersberg ist immer für Sie da. Menschen mit Behinderung finden ein umfangreiches Freizeitprogramm und verschiedene Beratungsangebote und auch den Fahrdienst für alle Lebenslagen buchen Sie ganz einfach bei uns.

- **Hausnotruf**
- **Ambulante Pflege**
- **Essen auf Rädern**
- **Fahrdienst**
- **Hilfe im Haushalt**
- **Pflegeberatung**
- **Angebote der offenen Behindertenarbeit**

BRK-Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5
85560 Ebersberg

08092 20950
info@kvebersberg.brk.de



Mittagstisch

www.pflegesterngmbh.de

Von Montag bis Freitag bieten wir einen offenen Mittagstisch für Senioren an. Viele Senioren nutzen dieses Angebot gerne und regelmäßig.

In netter Gesellschaft und gemütlicher Atmosphäre können Sie Ihr Essen genießen oder Ihr 3-Gänge-Menü mit nach Hause nehmen.

- **Anmeldung erfolgt über die Beratungsstelle**
- **Schmackhaftes, frisches und ausgewogenes Essen**
- **Auswahl zwischen zwei verschiedenen Menüs**
- **Gäste, Besucher und Angehörige sind willkommen**

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Marktstraße 5b
85586 Poing

08121 256-256
bwzh-poing@pflegesterngmbh.de



Mobiler Mittagstisch

www.deine-nachbarschaftshilfe.de

Hier kommt Gutes auf den Tisch – für alle Altersgruppen in Poing und Pliening. In Kooperation mit der NBH Vaterstetten können wir Ihnen täglich Ihren Mittagstisch frisch gekocht in der Küche von Feinkost-Käfer und heiß geliefert von der NBH anbieten.

- **Gesunde und gute Ernährung** mit persönlichem Kontakt
- **Täglich zwei warme Menüs** zur Auswahl
- **Gekühlte Hauptgerichte** in der BistroBox
- **Lieferung in Thermoboxen** auf hochwertigem Mehrweggeschirr

08106 3684-71
dienste@deine-nachbarschaftshilfe.de



Malteser Menüservice

www.malteser-menueservice.de

Lecker, vielfältig, zuverlässig

Große Auswahl an ausgewogenen Menüs für jeden Geschmack und jede Ernährungsvorgabe.

- **Vollkost, Diabetiker-geeignete Kost oder Schonkost**
- **Vegetarische Menüs**
- **pürierte Kost**

Wir liefern täglich oder tageweise warm ins Haus oder auf Wunsch wöchentlich tiefkühlfrisch zum flexiblen Fertiggaren im Ofen oder in der Mikrowelle.

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Landshuter Straße 55
85435 Erding

08122 9955177
menueservice.ost-oberbayern@malteser.org



Essen auf Rädern

schiewwww.kvebersberg.brk.de

Ab und zu mal nicht kochen müssen oder täglich versorgt werden – das BRK Ebersberg bringt das Mittagessen zu Ihnen nach Hause.

- **Auswahl** aus über 200 verschiedenen Tiefkühlmenüs
- **Spezielle Kostformen** wie leichte Vollkost, pürierte Menüs oder für Diabetiker, Allergiker, Vegetarier uvm.
- **Wöchentliche Auslieferung** der vorbestellten Essen

Sie können jeden Tag essen, was und wann Sie möchten. Bei Interesse beraten wir Sie gerne und lassen Ihnen einen Katalog zukommen.

BRK-Kreisverband Ebersberg
Zur Gass 5
85560 Ebersberg

08092 209523
info@kvebersberg.brk.de



Ambulante Pflege

www.pflegesterngmbh.de

Unser ambulanter Pflegedienst in Poing bietet Personen mit Unterstützungsbedarf alle notwendigen Pflege- und medizinischen Leistungen – kompetent, zuverlässig und dank örtlicher Nähe auch besonders schnell. Unser Fokus liegt dabei zusätzlich auf dem Erhalt und der Förderung des sozialen Umfelds unserer Klienten.

- **Grund- und Behandlungspflege**
- **Beratung** zu Leistungen der Pflegeversicherung
- **Pflegekontrollbesuche** nach §37 3 SGB XI
- **Wundversorgung**

08121 7028030
pflegedienst-poing@pflegesterngmbh.de



Pflegeambulanz Richard Mautner

www.pflegeambulanz-richard-mautner.de

Ambulanter Pflegedienst.

- **Grundpflege**
- **Medizinische Behandlungspflege**
- **Pflegeberatung**
- **Verhinderungspflege**

Pflegeambulanz Richard Mautner
Schwanenstraße 27d
85586 Poing

08121 4767736
info@pflegeambulanz-richard-mautner.de



Caritas Ambulanter Pflegedienst

www.caritas-ambulanter-pflegedienst-egersberg.de

- **Leistungen der Pflegeversicherung:** Unterstützung bei der Körperpflege, pflegerische Betreuungsmaßnahmen
- **Leistungen der Krankenversicherung:** Medikamentengabe, Injektionen, Wundverbände, Kompression
- **Verhinderungspflege:** Vertretung der Pflegenden Angehörigen bei Urlaub, Krankheit usw.
- **Beratungsbesuche und Pflegeanleitung**

Caritas Außenstelle Markt Schwaben
Färbergasse 32
85570 Markt Schwaben

08121 220711
ambulante-pflege-egersberg@caritasmuenchen.org

Pflegedienstleitung:
08092 23241-15



Ambulanter Pflegedienst

www.deine-nbh-poing.de

Mit fachlicher Kompetenz, langjähriger Erfahrung und verlässlicher Betreuung sorgen wir für eine qualitativ hochwertige Pflege in der vertrauten Umgebung.

- **Qualifizierte Kranken- und Altenpflege**
- **Professionelle Palliativversorgung**
- **Verhinderungspflege**
- **Individuelle Beratung** zu Pflegegraden, Demenzhilfe und Pflegeproblemen
- **Anleitung für Angehörige** zur sicheren häuslichen Pflege

Nachbarschaftshilfe Poing Pliening e.V.
Hauptstraße 15
85586 Poing

08121 7671940
pflege@deine-nbh-poing.de



Tagespflege „Seniorentreff Finsing“

www.pflegesterngmbh.de

Wir bieten pflegebedürftigen Senioren von Montag bis Freitag Betreuung und Beschäftigung in gemütlicher Atmosphäre an. Zu den Angeboten gehören z.B. Sitzgymnastik, Kegeln, Kochen, Backen, kreatives Gestalten, Zeitungsrunde, Gedächtnistraining, Spaziergehen, gemeinsames Singen, Feste feiern und vieles mehr. Bei Bedarf gibt es einen Fahrdienst mit Kleinbussen.

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Münchner Straße 8
85464 Finsing

08121 2206112
tagespflege-finsing@pflegesterngmbh.de

Montag–Freitag 8–16 Uhr



Seniorenzentrum Poing

www.pflegesterngmbh.de

Stationäre Pflegeeinrichtung im Herzen von Poing.

- **Gemütliches Zuhause** in überwiegend Einzelzimmern in drei Wohngruppen mit großzügiger Außenanlage
- **Vielfältiges Angebot an Aktivitäten**
- **Ruhige aber sehr zentrale Lage**, um auch noch eigenständig Unternehmungen durchzuführen
- **Seniorencafé im Erdgeschoss**, ehrenamtlich betrieben, jeden Nachmittag nicht nur für die Heimbewohner und deren Angehörige, sondern für alle Poinger Senioren geöffnet

Pflegestern Seniorenservice gGmbH
Marktstraße 7
85586 Poing

08121 256401
hl-poing@pflegesterngmbh.de



Wohngemeinschaft für Intensivpflege „Am Reuterpark“

www.akb-pflegedienst.de

Die Intensivpflege-WG bietet neben der qualitativ hochwertigen Versorgung Geborgenheit, Gemeinschaft und einen Alltag nach eigenen Vorstellungen.

- **12 Einzelzimmer** mit Bad
- **Gemütliche Gemeinschaftsbereiche** und Garten
- **Intensiv- und Beatmungspflege** durch Pflegefachpersonal rund um die Uhr
- **Selbstbestimmter Alltag** und individuelle Gestaltung der Freizeitaktivitäten

Wohngemeinschaft für Intensivpflege „Am Reuterpark“
Frau Elster
Waldstraße 1
85586 Poing

0800 30655002
ueberleitung@deutschefachpflege.de



Comunitas intensiv & ambulant GmbH

www.comunitas-pflege.de

Intensivwohngemeinschaft

- **24 Stunden Intensivpflege**
- **Heimbeatmung**
- **Tracheostomaversorgung**
- **Überwachung der Vitalfunktionen:**
Sauerstoffsättigung, Puls, Blutdruck, Temperatur

Comunitas intensiv & ambulant GmbH
Frau Bruhn
Neufarner Straße 34
85586 Poing

08104 6496767
bruhn@comunitas-pflege.de



Gemeinde Poing – Seniorenpaten

www.poing.de/senioren

Sie wünschen sich regelmäßig netten Besuch? Dann ist eine Seniorenpatin/ein Seniorenpate genau das Richtige.

- **Wir nehmen uns Zeit** für Gespräche und gemeinsame Aktivitäten
- **Wir spielen gemeinsam** Karten- bzw. Brettspiele oder lesen auf Wunsch vor
- **Wir gehen zusammen spazieren** und genießen die Natur im Jahreskreis
- **Kostenloses Angebot** entsprechend der Verfügbarkeit von ehrenamtlichen Seniorenpaten

Kontakt:
siehe Seite 5



Gemeinde Poing – IsarCard65

www.poing.de/terminreservierung

Die IsarCard65 ist ab einem Alter von 65 Jahren für Bürgerinnen und Bürger mit dem Erstwohnsitz in Poing tageweise ausleihbar.

- **Das Ticket gilt für das Gesamtnetz** des MVV im Rahmen der dortigen Bedingungen
- **Ausleihbedingungen und das Buchungsportal** finden Sie auf der Gemeinde-Homepage
- **Das Ticket kann persönlich oder telefonisch** bei den Ausgabestellen reserviert werden

Buchungs- und Ausgabestellen:
Fachbereich Generationen und Bildung
Friedensstraße 3a 08121 9794-403

Rathaus Poing
Rathausstraße 3
Bürgerbüro (Erdgeschoss) 08121 9794-154



Poinger Tafel in der Christuskirche

www.poinger-tafel.de

Wir helfen Senioren, die in Armut leben oder von dieser bedroht sind. Die Poinger Tafel verteilt überschüssige Nahrungsmittel an Bedürftige und mildert akute Not.

- **Ausgabe von Lebensmitteln an Bedürftige**
- **Möglichkeit zum ehrenamtlichen Engagement**
- **Nahrungsmittelspenden und finanzielle Unterstützung erwünscht**

Poinger Tafel
Frau Bloch
Gebrüder- Asam-Straße 6
85586 Poing

0177 6935219
poingertafel@aol.com

Mittwoch 10–11 Uhr



Poinger helfen Poingern

Poinger helfen Poingern unterstützt einkommensschwache Mitbürgerinnen und Mitbürger der Gemeinde Poing unter der Schirmherrschaft der evangelischen Christuskirche.

Weitere Informationen finden Sie auf der oben angegebenen Homepage. Dort ist auch eine Bankverbindung für Spenden hinterlegt.

Poinger helfen Poingern
Frau Bloch

0177 6935219
poingertafel@aol.com



Förderverein Poinger Seniorenzentrum e.V.

- **Anschaffung unterstützender Hilfsmittel** für die Bewohner des Seniorenzentrums
- **Alle 14 Tage Singen und gemütliches Beisammensein** im Seniorencafé
- **Fundgrube** „Poinger helfen Poinger Senioren“, Leitung Marianne Lorenz
- **Organisation von Ausflügen**

Förderverein Poinger Seniorenzentrum
Frau Reinhardt
Prof.-Zorn-Straße 2
85586 Poing

0162 3491532
dchf.reinhardt@t-online.de



Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg e.V.

www.hospizverein-ebersberg.de

Trauertreff „Lichtblick Poing“

- **Offenes Angebot** für alle Trauernden jeden letzten Samstag im Monat
- **Geschützter Raum** für Ihre Trauer
- **Zwei Stunden Austausch** in einer wertschätzenden und achtsamen Atmosphäre
- **Geleitet** von zwei erfahrenen Hospiz- und Trauerbegleiterinnen

Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg e.V.
Ignaz-Perner-Straße 9
85560 Ebersberg

08092 256985
kontakt@hospizverein-ebersberg.de



Malteser
...weil Nähe zählt.

„Café Malta“ Kirchheim

www.malteser-muenchen-demenz.de

Das Café Malta bietet Menschen mit Demenz einen Nachmittag mit festen Ritualen und gemeinsamen „Kaffeeeklatsch“. Singen und Spiele für kognitives Training schenken Vertrautheit und Verlässlichkeit.

- **Jeden Freitag von 14–17 Uhr** in der Cantate-Kirche
- **30 Euro Kostenbeitrag pro Nachmittag** (Erstattung ab Pflegegrad 1 durch die Pflegekasse möglich)
- **Fahrdienst wird angeboten**
- **Kleine Ausflüge im Jahresverlauf**

Café Malta Kirchheim
Frau Pointner
Martin-Luther-Straße 5
85551 Kirchheim

0151 12189085
dietlinde.pointner@malteser.org



Krisendienste Bayern

www.krisendienste.bayern

Erste Hilfe für die Seele.

- **Täglich, rund um die Uhr, kostenfrei**, altersunabhängig, telefonisch in über 120 Sprachen
- **Für alle Menschen innerhalb Bayerns**, die selbst von einer psychischen Krise betroffen sind, sowie deren Angehörige
- **Bei Bedarf sind mobile Krisenhelfer verfügbar**, die persönlich vor Ort unterstützen

Krisendienste Bayern
0800 655 3000



Ehrenamtlicher Fahrdienst für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen

In Poing haben sich engagierte Bürgerinnen und Bürger zusammengefunden, um mit Unterstützung der Gemeinde einen ehrenamtlichen Fahrdienst zu organisieren. Das Angebot richtet sich an Menschen, die wegen Behinderung oder Krankheit in ihrer Mobilität eingeschränkt sind und keine Bezugspersonen vor Ort haben, die Fahrdienste übernehmen könnten. Es werden keine Krankenfahrten durchgeführt.

Rahmenbedingungen:

- Niedrigschwelliges Angebot von Bürgern für Bürger
- Die Fahrten sollen ortsnah bleiben und sind kostenlos
- Der Fahrgast muss noch in der Lage sein, selbständig von der Wohnung in das Auto zu kommen
- Es besteht kein Anspruch auf Beförderung

Der Fahrdienst befindet sich derzeit noch im Aufbau. Für nähere Informationen wenden Sie sich bitte an das Team Seniorenarbeit (siehe Seite 5).

Welche Fahrdienste werden angeboten?

- Arztbesuche und Therapien
- Fahrten zum Einkauf und zu Dienstleistungen
- Fahrten zur Kirche, zum Friedhof oder zu Veranstaltungen

Polizei
110

Feuerwehr, Notarzt, Rettungsdienst
112

Unfall- und Notfallbetreuung LK Ebersberg
0172 8914001

Polizeiinspektion Poing
08121 99170

Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern
116 117

Krisendienst Psychiatrie (kostenlos)
0800 655 3000

Giftnotruf München
089 19240

Kreisklinik Ebersberg
08092 820

Gehörlosentelefon Notruf (Schreibtelefon)
089 19294

Telefonseelsorge (evangelisch und katholisch)
0800 1110 111

Gaswache
089 153 016

Wasser und Abwasser Störmeldung
0175 2617 697

Seniorenbrochure

Diese Seniorenbrochure finden Sie auch unter
www.poing.de/seniorenbrochuere.

Ortsbrochure

Die Poinger Ortsbrochure mit detaillierten Infos und Adressen in und um die Gemeinde können Sie bequem im Rathaus abholen oder online finden unter
www.poing.de/ortsbroschuere.



Impressum

Herausgeber:

Gemeinde Poing
Rathausstraße 3
85586 Poing
V.i.S.d.P.: Erster Bürgermeister Thomas Stark

Layout: Susanne Großmann – Grafik Design

Bildnachweis: Titel: iStock - Kar-Tr,
Rücktitel: iStock - Piksel

Druck: WIRmachenDRUCK GmbH

Papier: Recyclingpapier, Blauer Engel, FSC



DEIN LOKALES GESCHENK



Alle Infos finden Sie unter
www.poinggutschein.de



