

Senioren Kompass

Stadtteil **Bogenhausen**



Herausgeber

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ) zusammen mit dem
Facharbeitskreis Alte Menschen Bezirk 13

Redaktion

Arbeitsgruppe des Facharbeitskreises Alte Menschen Bezirk 13:

Christina Dolenc, BSA 60+ LH München

Laura Mayer, WiAC e.V.

Steffen Lohrey, ASZ Bogenhausen, BRK-KV München

Carsten Raab, PflegeHilfePlus München-Oberbayern

Franziska Zwahr, compass Pflegeberatung

Fotos

ASZ Bogenhausen, Fotoworkshop / Neue Ziegelei Zentrum für Soziales und Kultur, Martin Feichtenbeiner /
www.iStockphoto.com (OGphoto, Thomas Shanahan, Jeja, lola1960, Jasmina007, Gaschwald, Kerrick, zozzzzo,
Thanabodin Jitrong, Sarsmis, ihsanyildizli, PPAMPicture, SeventyFour, Miljan Živkovi, Prostock-Studio, vm,
Lacheev, Ridofranz, vorDa, skynesher, Inside Creative House, KatarzynaBialasiewicz)

Gestaltung Heike Henig

Auflage 8.000 Stück

Diese Broschüre konnte dank der freundlichen Unterstützung des *Bezirksausschuss 13 Bogenhausen* bezuschusst werden.

Hinweis:

Im **Seniorenkompass Stadtteil Bogenhausen** sind in erster Linie Einrichtungen aufgeführt, die im Stadtteil Bogenhausen ansässig sind oder diesen mit ihren Dienstleistungen bedienen.

Der **Seniorenkompass Stadtteil Bogenhausen** erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Angaben wurden uns von den einzelnen Einrichtungen übermittelt. Für Anregungen und Hinweise zur Verbesserung sind wir Ihnen dankbar. Aus Gründen der leichten Lesbarkeit verzichten wir auf eine durchgängig geschlechtdifferenzierte Schreibweise. Die soll keine Benachteiligung der jeweils anderen Geschlechter implizieren.

Inhalt

Senioren Kompass Stadtteil Bogenhausen

1	Beratung und Information	9	
2	Ambulante Pflegedienste	17	
3	Kurzzeitpflege / Tagespflege	21	
4	Hilfe bei Demenzerkrankungen	25	
5	Palliativ- und Hospizversorgung	28	
6	Wohnen im Alter	31	
	· Alten- und Pflegeheime		
	· Wohnungsanpassung		
	· Wohnen im Viertel		
7	Weitere Hilfen für Zuhause	34	
	Nachbarschaftshilfe, Besuchsdienste, sonstige Hilfen		
8	Essen / Münchner Tafel	39	
9	Fahrdienste	42	
10	Treffpunkte	45	
11	Hausnotruf	51	
12	Zentrale Anlaufstellen	55	
	· Leben mit Behinderung		
	· Leben mit Suchtproblemen		
	· Leben mit psychischen Beeinträchtigungen & seelischen Problemen		
13	Wichtige Adressen und Notrufnummern	59	



Grußwort

Liebe Seniorinnen und Senioren,

das Älterwerden ist ein lebendiger Prozess voller Bewegung! Sie wissen es selbst am besten: Jeder Lebensabschnitt bringt neue Farben mit sich. Neue Interessen keimen auf, Aufgaben verändern sich – und auch wenn der Alltag manchmal neue Herausforderungen bereithält, bleibt eines gewiss: Wer sein Leben aktiv und bewusst gestaltet, gewinnt an Lebensqualität und Freude.

Genau hier möchten wir an Ihrer Seite stehen. Ob Sie neue Impulse für Ihre Freizeit suchen, sich engagiert in unseren Stadtteil einbringen möchten oder ganz gezielte Unterstützung für sich oder Ihre Angehörigen benötigen – dieser Senioren-Kompass ist Ihr persönlicher Wegweiser. Unser Herzensanliegen ist es, dass sich alle Generationen im Stadtteil Bogenhausen gut aufgehoben fühlen.

Ein großes Dankeschön gilt dem *Bezirksausschuss 13 Bogenhausen* für die großzügige Förderung dieser Broschüre. Die verbleibenden Restkosten wurden durch einen anonymen Spender aus dem ASZ *Bogenhausen* und durch Mitglieder des *Facharbeitskreises Alte Menschen* übernommen. Wir bedanken uns bei allen Beteiligten für die hervorragende Zusammenarbeit.

Wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg zu begleiten – mit Rat und Tat!

Herzliche Grüße

Steffen Lohrey & Martin Feichtenbeiner

Sprecher des *Facharbeitskreises Alte Menschen Bezirk 13*

Grußwort

Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Angehörige, Freunde und Nachbarn,

es freut mich sehr, Ihnen die aktualisierte Ausgabe des **Senioren Kompass Bogenhausen** präsentieren zu dürfen. Diese Broschüre ist ein verlässlicher Wegweiser durch das vielfältige Angebot an Beratungs-, Hilfs- und Begegnungsmöglichkeiten in unserem Stadtbezirk.

Ob Sie Unterstützung im Alltag benötigen, Fragen zur Pflege haben oder einfach Anschluss und Gesellschaft suchen – in dieser Broschüre finden Sie die richtigen Ansprechpartner. Unser gemeinsames Ziel ist es, dass Sie so lange wie möglich selbstbestimmt in Ihrer vertrauten Umgebung leben können.

Ein besonderes Highlight ist die neue **Neue Ziegelei** im Prinz-Eugen-Park: Dieses moderne Zentrum vereint ein weiteres Alten- und Service-Zentrum, Familienzentrum, Nachbarschaftstreff und Kulturangebote unter einem Dach – ein echter Gewinn für das Miteinander der Generationen.

Mein herzlicher Dank gilt dem *Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen*, dem *Facharbeitskreis „Alte Menschen Bezirk 13“* und allen ehrenamtlich Engagierten, die diesen Kompass möglich gemacht haben und täglich für unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger da sind.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und freue mich auf weitere gute Zusammenarbeit in unserem Stadtteil.

Florian Ring

Vorsitzender des *Bezirksausschusses 13 Bogenhausen*





1 Beratung und Information

- Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)
- Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)
- Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige
- Städtische Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege
- Betreuungsverein für Münchner Bürgerinnen und Bürger (BMB)
- Caritas Bogenhausen
- Gerontopsychiatrischer Dienst München Nord
- Sozialbürgerhaus
- Seniorenvertretung im 13. Stadtbezirk –
Geschäftsstelle des Seniorenbeirates der Landeshauptstadt München
- Seniorenbeirat der Landeshauptstadt München
- Sicherheitsberatung für Seniorinnen und Senioren –
Die Seniorenvertretung im 13. Stadtbezirk Geschäftsstelle München
- Gesundheitsladen München e.V.
- compass private pflegeberatung GmbH
- Israelitische Kultusgemeinde München und Oberbayern
- Münchner Forum für Islam e.V.
- Fachdienst für ältere Migrantinnen und Migranten
- rosaAlter –
Beratungs- und Vernetzungsstelle für lesbische, bisexuelle,
schwule, trans* und inter* Seniorinnen und Senioren

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0

asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-bogenhausen.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Zentrale Anlaufstelle- und Fachstelle für ältere Menschen, deren Angehörige und Bekannte
- Beratung, Unterstützung und Information zu allen Themen des Alters, auch in schwierigen Lebenslagen
- Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich
- Hausbesuche sind möglich
- Information, Beratung & Möglichkeit zum Ehrenamt
- Vermittlung & Koordination ergänzender Hilfen
- Informations- und Fachvorträge
- Präventive Hausbesuche
- Selbsthilfegruppe

Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)

Ruth-Drexel-Straße 34
81927 München

Tel: 089 - 23 73 73 19

asz-neueziegelei@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-neue-ziegelei.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Zentrale Anlaufstelle- und Fachstelle für ältere Menschen, deren Angehörige und Bekannte
- Beratung, Unterstützung und Information zu allen Themen des Alters, auch in schwierigen Lebenslagen
- Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich
- Hausbesuche sind möglich
- Information, Beratung & Möglichkeit zum Ehrenamt
- Vermittlung & Koordination ergänzender Hilfen
- Informations- und Fachvorträge
- Präventive Hausbesuche

Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige

Hiltenspergerstraße 62
80796 München

Tel: 089 - 24 20 77 82 08

beratungsstelle@paritaet-bayern.de
www.muenchen.paritaet-bayern.de

Träger:
Paritätischer Wohlfahrtsverband Bayern e.V.

- Persönl., telef. Beratung (kostenfrei & vertraulich) und Information rund um die Themen Alter & Pflege z.B. häusliche Versorgung mit ambulanten Hilfen, Wohnformen im Alter, Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten
- Hausbesuche sind möglich
- Angebot eines Besuchs- und Begleitdienstes für Menschen mit und ohne Demenz
- Postpatenprojekt (ehrenamtliches Unterstützungsangebot bei Postangelegenheiten)
- Vermittlung & Koordination ergänzender Hilfen
- Fachvorträge

Städtische Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege

Burgstraße 4
80331 München

Tel: 089 - 233 96 96 6

staedtsche_beschwerdestelle.altenpflege@muenchen.de
https://stadt.muenchen.de/infos/altenpflege-beschwerdestelle.html

Träger: Landeshauptstadt München

- Bearbeiten von Bürgerbeschwerden zu Problemen aus dem Bereich der Altenpflege
- Gemeinsam Lösungen finden bei Herausforderungen mit Pflegeheimen, ambulanten Pflegediensten sowie weiteren Wohn- und Versorgungsformen für ältere und pflegebedürftige Menschen
- Beratung bei allen Fragen rund um die professionelle, pflegerische Versorgung
- Kostenfreies Angebot der Landeshauptstadt München für Münchner Bürger*innen

Betreuungsverein für Münchner Bürgerinnen und Bürger (BMB) Perspektive e.V.

Gravelottestraße 8
81667 München

Tel: 089 - 458 32 49 01

bmb@perspektiveverein.de
www.perspektiveverein.de

Träger: Perspektive e.V.

- Beratung zum Thema „Vorsorge durch Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung“
- Werbung, Schulung und Beratung von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern
- Beratung zu gesetzlichen Betreuungen
- Vorträge

Caritas Bogenhausen, Soziale Beratung und Gemeindencaritas

Lüderstraße 10
81737 München

Tel: 089 - 67 82 02 0

soziale-beratung-bogenhausen@caritasmuenchen.org
barbara.hartmann-lohr@caritasmuenchen.org
www.caritas-muenchen-ost.de

- Beratungsstelle, allgemeine soziale Beratung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Clearing und Vermittlung an andere Fachdienste



Gerontopsychiatrischer Dienst München – Nord

Schleißheimer Straße 450a
80935 München

Tel: 089 - 45 22 35 240

sozialpsychiatrie@stiftung-zusammentun.de
www.stiftung-zusammentun.de/sozialpsychiatrie

Träger: Stiftung zusammen. tun.

Sozialbürgerhaus

Orleonsplatz 11
81668 München

Servicetelefon: 089 - 23 39 68 33

bsa60plus-orl.soz@muenchen.de

Träger: Landeshauptstadt München

- Psychosoziale Beratung und Begleitung (telefonisch, persönlich in unserer Einrichtung oder bei Ihnen zu Hause) für Menschen ab 60 Jahren
- Gruppenangebote
- Angehörigenberatung, Zusammenarbeit mit Ärzten und Kliniken (nur auf Ihren Wunsch)
- Information und Beratung zur Pflegeversicherung
- Vermittlung von anderen Hilfsangeboten

- Wir nehmen uns Zeit für Ihre Anliegen, Fragen und Bedarfe und überlegen gemeinsam wie sie unterstützt werden können
- Beratung zur häuslichen Versorgung
- Unterstützung bei wirtschaftlichen Notlagen und Vermittlung gesetzlicher und freiwilliger Leistungen
- Beratung bei Wohnungsproblemen
- Unterstützung bei vermittelnden und klärenden Gesprächen mit Angehörigen, Dritten und Hilfsdiensten

Die Seniorenvertretung im 13. Stadtbezirk Geschäftsstelle des Seniorenbeirat der Landeshauptstadt München

Burgstraße 4
80331 München

Tel: 089 - 233 21 166

seniorenbeirat.soz@muenchen.de
www.seniorenbeirat-muenchen.de

Träger: Landeshauptstadt München

- Parteiunabhängiges und ehrenamtliches Gremium als aktiver Bestandteil der Kommunalpolitik
- Münchens Interessensvertretung der Seniorinnen und Senioren
- Lotse zwischen älteren Menschen und Stadtrat, Stadtverwaltung, sozialen Verbänden und Einrichtungen

Mitglieder der Seniorenvertretung im 13. Stadtbezirk:

Elisabeth Robles Salgado
Seniorenbeirätin und erste stellv. Vorsitzende des Seniorenbeirats
Dorothea Grichtmaier
Stellv. Seniorenbeirätin
Franz Eckbauer
Seniorenvertreter und Vorsitzender des Fachausschusses Kultur

Seniorenvertreterinnen & Seniorenvertreter:
Hans Thomma
Brigitte Stengel
Lutz Heese
Matthias Werner
Bertram Hacker
Wilhelm Kling
Herbert Maass

Seniorenbeirat der Landeshauptstadt München

Burgstraße 4
80331 München

Tel: 089 - 233 21 166

seniorenbeirat.soz@muenchen.de
www.seniorenbeirat-muenchen.de

Träger: Landeshauptstadt München



Sicherheitsberatung für Seniorinnen und Senioren – in Kooperation mit dem Polizeipräsidium München Landeshauptstadt München, Seniorenbeirat

Burgstraße 4
80331 München

Tel: 089 - 233 21 166

seniorenbeirat.soz@muenchen.de
www.seniorenbeirat-muenchen.de

Träger: Landeshauptstadt München

- **Allgemeine Sprechstunde des Seniorenbeirats**
Jeden Donnerstag, 10 – 12 Uhr
Tel: 089 - 233 21 166
Mitglieder des Vorstands, des Seniorenbeirats und den Vertretungen aus den Stadtbezirken stehen Ihnen jeden Donnerstag zur Verfügung. Sie erhalten Hinweise zu Anlaufstellen und Zuständigkeiten für Ihre persönlichen Anliegen.

- **Energiesprechstunde**
Jeden dritten Montag im Monat, 10 – 12 Uhr
– ohne Anmeldung

Beratungen

- **Telefonische Rentenberatung:**
Jeden zweiten Montag im Monat, 10 – 12 Uhr.
Nur mit telefonischer Anmeldung: 089 - 233 21 166
- **Telefonische Anwaltserstberatung:**
Jeden ersten Dienstag im Monat,
nur mit telefonischer Anmeldung: 089 - 233 21 166
- **Patientenberatung des Gesundheitsladen München e.V.:**
Jeden dritten Dienstag im Monat, 10 – 13 Uhr.
Nur mit telefonischer Anmeldung: 089 - 18 91 37 24
- **Vorsorge-Beratung: Patientenverfügung, Vollmacht, Betreuungsverfügung:**
Jeden vierten Dienstag im Monat, 10 – 13 Uhr.
Anmeldung unter: 0176 - 48 30 22 52
- **Beratung des BDH Bundesverband Rehabilitation e.V. Kreisverband München:**
Jeden ersten Mittwoch im Monat, 10 – 12 Uhr.
Anmeldung unter: 0151 - 57 88 22 92

- Schutz vor Trickdiebstahl und Trickbetrug, vor falschen Polizisten und angeblichen Handwerkern
- Einbruchschutz
- Zivilcourage, Selbst- und Fremdschutz
- Sicherheit im Straßenverkehr sowie in öffentlichen Verkehrsmitteln
- Brandschutz im häuslichen Bereich
- Sicherheit im Internet und bei digitalen Anwendungen
- Einsatz des Smartphones in Notfällen

Gesundheitsladen München e.V.

Astallerstraße 14
80339 München

Tel: 089 - 77 25 65

mail@gl-m.de
www.gl-m.de

Träger: Gesundheitsladen München e.V.

Kostenfreie Beratung zu

- Rechte als Patientin oder Patient
- Probleme mit Ärzten oder Krankenhäusern
- Verdacht auf Behandlungsfehler
- Probleme mit der zahnärztlichen Versorgung, Zahnersatz oder den Kosten
- Fragen zur Krankenkasse, Versicherungsleistungen, Versicherungsschutz, Beitragsschulden
- Zuzahlungen, Härtefallregelungen
- Private Behandlungskosten (Individuelle Gesundheitsleistungen)
- Orientierung & Digitalisierung im Gesundheitswesen (z.B. elektronische Gesundheitsakte)
- Patientenverfügung & Vollmacht

1 x im Monat Beratung in den Räumen des Seniorenbeirats in der Burgstraße 4

- Themensprechstunde Lärm und Ruhe
- Vorträge zu allen Beratungsthemen
- Anonyme online Patient*innenberatung
- Die Räumlichkeiten sind barrierefrei

compass private pflegeberatung GmbH

Gustav-Heinemann-Ufer 74C
50968 Köln

Tel: 0800 - 101 88 00 (gebührenfrei)

info@compass-pflegeberatung.de
www.compass-pflegeberatung.de

Träger: compass private pflegeberatung GmbH

- Telefonische Pflegeberatung für alle Versicherten, für privat Versicherte außerdem per Videogespräch und im eigenen Zuhause
- Beratung zu Themenschwerpunkten: Demenz, Prävention für pflegende Angehörige, Vorsorge für die letzte Lebensphase, pflegebedürftige Kinder und Jugendliche
- Online-Terminbuchung und Rückrufservice über die Webseite



Israelitische Kultusgemeinde München und Oberbayern – Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige

St.-Jakobs-Platz 18
80331 München

Tel: 089 - 20 24 00 285 (Deutsch, Englisch, Hebräisch)
Tel: 089 - 20 24 00 286 / -283 (Russisch)

sozialabteilung@ikg-m.de
www.ikg-muenchen.de

- **Schwerpunkte**
Beratung und Information zu Themen rund um „Alter & Pflege“, häusliche Versorgung mit ambulanten Hilfen, teilstationäre Versorgung, Wohnformen im Alter, psychosoziale Anliegen, Demenz sowie altersbedingte psychische und körperliche Veränderungen, etc.

Weitere Angebote

- Beratung von Holocaust-Überlebenden, Postpatenprojekt (ehrenamtl. Unterstützungsangebot bei Postangelegenheiten)

Münchner Forum für Islam e.V.

Hotterstraße 16
80331 München

Tel: 089 - 21 26 93 66

info@islam-muenchen.de
www.islam-muenchen.de

- Interreligiöser Dialog
- Erwachsenenbildung
- Gottesdienste
- Seelsorge
- Moscheeführungen
- Aufklärungsarbeit

Fachdienst für ältere Migrant*innen – Fachdienste für Migration und Integration

Plecherstraße 6
81541 München

Tel: 089 - 62 02 16 22

fd-aeltere@diakonie-muc-obb.de
www.diakonie-muc-obb.de

Träger: Diakonie München & Oberbayern gGmbH

- Beratungsstelle für ältere Migrant*innen und ihre Angehörigen zu den Themen Aufenthaltsrecht, Rente, Gesundheit, Pflege, Wohnen und Finanzen
- Allgemeine Beratung zum Thema „Älterwerden und Migration“

rosaAlter

Lindwurmstraße 71 (Eingang im 1. Innenhof)
80337 München

Tel: 089 - 54 333 -119 (für lesbischen/bi-Bereich)
Tel: 089 - 54 333 -120 (für schwulen/bi-Bereich)
Tel: 089 - 54 333 -124 (für den trans*/inter*Bereich)

info@rosa-alter.de
www.rosa-alter.de

Träger: Münchner Aids-Hilfe e.V.

- Beratungsstelle für lesbische, bisexuelle, schwule, trans* und inter* Senior*innen sowie der An- und Zugehörige
- Unterstützung in unterschiedlichen Fragestellungen rund um das Älterwerden
- Vernetzung zu Gruppen/Angeboten aus der Community
- *Nachbarschaftshilfe unterm Regenbogen* – Ehrenamtliche Helfer*innen aus der LSBTIQ*-Community unterstützen Senior*innen im Alltag



2 Ambulante Pflegedienste

- Münchner Pflegebörse

Ambulante Pflegedienste

- Caritas Sozialstation München Ost
- Münchenstift GmbH –
Ambulanter Pflegedienst Bogenhausen
- Die Mitterfelder gGmbH – Ambulanter Pflegedienst
- PflegeHilfePlus München Oberbayern
- Diakonieverein Immanuel-Nazareth-Kirche e.V.
- Aktiv Pflege München Oskui und Gjek GbR
- Pflegedienst AGRAM GmbH
- Ambulanter Pflegedienst Vitolus Bogenhausen
- Apicur Pflegedienst
- AuCura Kranken- & Altenpflegedienst

Ambulante Pflegedienste

Münchner Pflegebörse

Bayerstraße 77c Rgb.
80335 München

Tel: 089 - 62 00 02 22

info@muenchnerpflegeboerse.de
www.muenchnerpflegeboerse.de

Träger: Trägerverein für regionale soziale Arbeit e.V.

- Übersicht über aktuell frei gemeldete, stationäre und Kurzzeitpflegeplätze
- Adressen ambulanter Pflegedienste, Informationen zu Beratungsangeboten und Wohnformen im Alter
- Übersicht über Palliativ- und Hospizversorgung
- Montag bis Freitag von 9 – 12 Uhr: Telefonische Unterstützung bei der Suche nach einer geeigneten Versorgung und einem freien stationären Pflegeplatz



Ambulante Pflegedienste

Caritas Sozialstation München Ost

Daphnestrasse 29
81925 München

Tel: 089 - 92 00 46 50

ambulante-pflege-ost@caritasmuenchen.org

Träger: Caritas Verband der Erzdiözese München Freising e.V.

- Häusliche Pflege
- Hauswirtschaft
- Verhinderungspflege
- Krankenpflege
- Individuelle Leistungen nach Vereinbarung

Münchenstift GmbH – Ambulanter Pflegedienst Bogenhausen

Effnerstrasse 76
81925 München

Tel: 089 - 99 83 32 30

pflegedienst.bogenhausen@muenchenstift.de
www.muenchenstift.de

- Sachkundige Pflege täglich von 6 – 22 Uhr: Hauswirtschaftliche und medizinische Versorgung nach ärztlicher Verordnung, auch an Sonn- und Feiertagen
- Unterstützung und Hilfe bei der Körperpflege
- Beratung und Hilfe beim Umgang mit Behörden und Kostenträgern, Vermittlung von Pflegehilfsmitteln
- Betreuungsleistungen nach SGB XI (Demenzbetreuung)
- Beratung nach § 37 Abs. 3 SGB XI bei Beziehen von Pflegegeld
- Übernahme hauswirtschaftlicher Dienste (nur in Kombination mit pflegerischen Leistungen)
- Begleitung bei Aktivitäten
- Versorgungsverträge mit allen Pflege- und Krankenkassen sowie anderen Kostenträgern (z.B. Sozialamt)

Die Mitterfelder gGmbH – Ambulanter Pflegedienst

Cosimastrasse 100
81927 München

Tel: 089 - 34 88 31

pdbogenhausen@die-mitterfelder.de
www.die-mitterfelder.de

Träger: Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk

- Ambulante Pflege zu Hause
- Grundpflegerische Unterstützung
- Medizinische Behandlungspflege und Wundmanagement
- Betreuung und Pflege
- Beratung zum Thema Pflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratungseinsätze nach §37 Abs. 3 SGB XI

PflegeHilfePlus München Oberbayern

Zugspitzstraße 68
85591 Vaterstetten

Tel: 08106 - 32 17 503

info@pflegehilfeplus-muenchen-oberbayern.de
www.pflegehilfeplus-muenchen-oberbayern.de

- 24-Stunden Betreuung
- Grundpflege
- Haushaltsführung
- Alltagsbegleitung

Diakonieverein Immanuel-Nazareth-Kirche e.V.

Fritz-Meyer-Weg 9
81925 München

Tel: 089 - 93 09 48 0

diakonie@immanuel-nazareth-kirche.de
www.immanuel-nazareth-kirche.de/diakonie

Träger: Diakonieverein Immanuel-Nazareth-Kirche e.V.

- Ambulante Pflege zu Hause
- Körperpflege
- Medizinische Behandlungspflege
- Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Verhinderungspflege
- Beratungseinsätze nach §37 Abs. 3 SGB XI
- Beratung rund um die Pflege

Aktiv Pflege München Oskui und Gjek GbR

Ostpreußenstrasse 54
81927 München

Tel: 089 - 92 92 80 3

info@aktivpflegemuenchen.de
www.aktivpflegemuenchen.de

- Grundpflege (nach SGB XI),
- Behandlungspflege (nach SGB V)
- Verhinderungspflege
- Betreuungsleistungen
- Beratungseinsätze /nach §37 Abs. 3 SGG XI
- Begleitung bei MDK Gutachten
- Beratung rund um die Pflege

Pflegedienst AGRAM GmbH

Brahmsstraße 32
81677 München

Tel: 089 - 47 07 73 01

agram.muenchen@gmail.com

www.agram-muenchen.de

- Ambulante Alten und Krankenpflege
- Außerklinische Intensivpflege

Ambulanter Pflegedienst Vitulus Bogenhausen

Hornsteinstraße 18
81679 München

Tel: 089 - 24 41 88 118

bogenhausen@vitulus.de

www.vitulus.de

- Ambulante Pflege zu Hause
- Grundpflege SGB XI
- Behandlungspflege SGB V
- Verhinderungspflege
- Beratungseinsätze

Apicur Pflegedienst

Daglfinger Straße 95
81929 München

Tel: 089 - 90 17 61 23

info@apicur.de

www.apicur.de

Träger: Herrmann und Bauer GbR

- Ambulante Pflege zu Hause
- Grundpflege SGB XI
- Behandlungspflege SGB V
- Verhinderungspflege
- Betreuungsleistungen
- Beratungseinsätze

AuCura Kranken- & Altenpflegedienst

Neckarstraße 7
81677 München

Tel: 089 - 81 30 00 52

- Medizinische Versorgung (Behandlungspflege)
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Individuelle Betreuung

3

Kurzzeitpflege / Tagespflege

- Haus an der Effnerstraße
- Münchner Pflegebörse
- Tagespflege Zaidmann Seniorenresidenz





MÜNCHENSTIFT– Haus an der Effnerstraße

Effnerstraße 76
81925 München

Tel: 089 - 99 83 30

bogenhausen@muenchenstift.de
www.muenchenstift.de

Träger: MÜNCHENSTIFT GmbH

- Wohnen mit Pflegeleistungen
- Kurzzeitpflege

Münchner Pflegebörse

Bayerstraße 77c Rgb
80335 München

Tel: 089 - 62 00 02 22

info@muenchnerpflegeboerse.de
www.muenchnerpflegeboerse.de

Träger: Trägerverein für regionale soziale Arbeit e.V.

- Übersicht über aktuell frei gemeldete stationäre und Kurzzeitpflegeplätze
- Adressen ambulanter Pflegedienste, Informationen zu Beratungsangeboten und Wohnformen im Alter
- Übersicht über Palliativ- und Hospizversorgung
- Montag bis Freitag von 9 –12 Uhr: Telefonische Unterstützung bei der Suche nach einer geeigneten Versorgung und einem freien stationären Pflegeplatz

Tagespflege Zaidmann Seniorenresidenz

Eugen-Jochum-Straße 4
81927 München

Tel: 089 - 38 17 36 41

zaidman-seniorenresidenz@zsr-m.de
tagespflege@zsr-m.de
www.zaidman-seniorenresidenz.de

Träger: Soziale Dienste München gemeinnützige GmbH

- Betreuungsangebot für pflegebedürftige und desorientierte oder psychisch veränderte Seniorinnen und Senioren
- Unterstützung und Beratung für die Angehörigen im psychosozialen Bereich, in rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten und Unterstützung bei Anträgen an Kostenträger, bei der Anpassung der Wohnräume und der Wahl von Pflegehilfsmitteln
- Vermittlung von Physio-, Ergotherapie, Fußpflege und Friseur
- Bewegungsangebote, Außenaktivitäten, Förderung und Erhalt alltagspraktischer Tätigkeiten
- Hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- Individuelle Betreuungsangebote
- Feste und Veranstaltungen (auch mit Angehörigen)
- Medizinisch-pflegerische Betreuung

Aronia Bogenhausen

Vollmannstraße 2
81925 München

Tel: 08841 - 62 77 338 (Zentrale Murnau)

info@blauweiss-intensivpflege.de
www.blauweiss-pflegedienst.de/aronia-bogenhausen

Träger: BlauWeiss Pflegedienst GmbH
Kocheler Str. 27, 82418 Murnau am Staffelsee

- Ambulanter Pflegedienst
- Intensivpflege
- Tagespflege
- Verhinderungspflege
- Betreutes Wohnen
- Beratungsbesuche





4

Hilfe bei Demenzerkrankungen

- Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)
- Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)
- Alzheimer Gesellschaft München e.V.
- Ambulanz für Neurokognitive Erkrankungen an der Klinik und Poliklinik für Neurologie
- Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige
- wohIBEDACHT e.V.

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0

asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-bogenhausen.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München



- Informations- und Fachvorträge
- Vermitteln von Hilfen für Betroffene und Angehörige

Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)

Ruth-Drexel-Straße 34
81927 München

Tel: 089 - 23 73 73 19

asz-neueziegelei@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-neue-ziegelei.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Informations- und Fachvorträge
- Vermitteln von Hilfen für Betroffene und Angehörige

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Josephsburgstraße 92
81673 München

Tel: 089 - 47 51 85

info@agm-online.de
www.agm-online.de

Träger: Alzheimer Gesellschaft München e.V.

- Kostenfreie Beratung und Begleitung rund um das Thema Demenz: Persönlich, telefonisch und virtuell
- Angebote für Angehörige und Betroffene: Betreuung zu Hause und in Gruppen, Aktivangebote und Gesprächsgruppen
- Vorträge und (Angehörigen-) Schulung
- Bereitstellung von Informationsmaterial
- Beratung in verschiedenen Alten- und Service-Zentren (Außensprechstunden)
- Vermittlung und Begleitung von Ehrenamtlichen (Helferkreis) und weitere Hilfen

Ambulanz für Neurokognitive Erkrankungen an der Klinik und Poliklinik für Neurologie

Einsteinstraße 1
81675 München

Tel: 089 - 41 40 42 75

<https://anke.nl.mri.tum.de/de>

Träger: TUM Klinik Rechts der Isar

- Gedächtnissprechstunde (Diagnostik)

Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige

Hiltenspergerstraße 62
80796 München

Tel: 089 - 24 20 77 82 08

beratungsstelle@paritaet-bayern.de
www.muenchen.paritaet-bayern.de

Träger: Paritätischer Wohlfahrtsverband Bayern e.V.

- Persönliche, telefonische Beratung und Information rund um die Themen Alter und Pflege z.B. häuslichen Versorgung mit ambulanten Hilfen, Wohnformen im Alter, Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten etc.
- Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich
- Hausbesuche sind möglich
- Angebot eines Besuchs- und Begleitedienst für Menschen mit und ohne Demenz
- Postpatenprojekt (ehrenamtliches Unterstützungsangebot bei Postangelegenheiten)
- Vermittlung und Koordination weiterführender Hilfen
- Fachvorträge

wohlBEDACHT e.V.

Höcherstraße 7
80999 München

Tel: 089 - 81 80 20 93 0

info@wohlbedacht.de
<https://wohlbedacht.de>

Träger: wohlBEDACHT e.V.

- Beratungsstelle für Seltene Demenzerkrankungen (BSD)
- FTD-Kompetenzzentrum Bayern
- Demenz-Nachtpflege (teilstationäres Angebot)
- Demenz-Krisendienst (für Mitglieder)
- *Kulturhäppchen* – Angebot für pflegende Angehörige und Freunde
- Schulungen für Angehörige, Interessierte und Fachpersonal
- Begegnungsstätte für Menschen mit und ohne Demenz
- Weitere Angebote in Kooperation mit der Tagespflege *RosenGarten* und der Selbsthilfeorganisation *Völlig anders e.V.*

5

Palliativ- und Hospizversorgung

- Christophorus Hospiz Verein e.V.



Christophorus Hospiz Verein e.V.

Effnerstraße 93
81925 München

Tel: 089 - 13 07 87 0

info@chv.org
www.chv.org

Träger: Christophorus Hospiz Verein e.V.



- **Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst**
Ehrenamtliche Begleitung und Palliative Beratung
- **Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV)**
Beratung, Koordination und Symptombehandlung zu Hause und im Heim
- **Palliativ-Geriatriischer Dienst**
Beratung und Unterstützung für Bewohner und Mitarbeiter in Münchner Pflegeheimen
- **Hospiz- und Palliativberatungsdienst für Menschen mit Behinderung**
- **Stationäres Hospiz**
Versorgung und Begleitung von Schwerstkranken, die nur noch kurze Zeit zu leben haben und eine Betreuung rund um die Uhr benötigen
- **Tagesangebot Tandem**
Begegnung, Austausch und Begleitung im Christophorus-Haus
- **Unterstützung in der Zeit der Trauer**
Beratung, Begleitung, offener Gesprächskreis, Seminare
- **Institut für Bildung und Begegnung**
Vorträge, Hausführungen, Seminare, Sprechstunde zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Podcast
- **Kultursensibilität**
Begleitung, Bildung, Vernetzung



6

Wohnen im Alter

- Münchner Pflegebörse

Alten- und Pflegeheime

- Haus an der Effnerstraße
- Zaidman-Seniorenresidenz

Wohnungsanpassung

- Beratungsstelle Barrierefreiheit der Bayerischen Architektenkammer
- Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen

Wohnen im Viertel

- Die Mitterfelder gGmbH –
Wohnen im Viertel & Wohncafé im Prinzeugenpark

Münchner Pflegebörse

Bayerstraße 77c Rgb.
80335 München

Tel: 089 - 62 00 02 22

info@muenchnerpflegeboerse.de
www.muenchnerpflegeboerse.de

Träger: Trägerverein für regionale soziale Arbeit e.V.

- Übersicht über aktuell frei gemeldete stationäre und Kurzzeitpflegeplätze
- Informationen zu Beratungsangeboten und Wohnformen im Alter
- Übersicht über Palliativ- und Hospizversorgung
- Montag bis Freitag von 9 – 12 Uhr: Telefonische Unterstützung bei der Suche nach einer geeigneten Versorgung und einem freien stationären Pflegeplatz

Alten- und Pflegeheime

MÜNCHENSTIFT– Haus an der Effnerstraße

Effnerstraße 76
81925 München

Tel: 089 - 99 83 30

bogenhausen@muenchenstift.de
www.muenchenstift.de

Träger: MÜNCHENSTIFT GmbH

- Wohnen mit Pflegeleistungen: Kurzzeitpflege, Gerontopsychiatrische Wohngruppen, Palliative Care
- Wohnen mit Service: Ärzte, therapeutische Angebote, Friseur, Fußpflege, katholischer und evangelischer Gottesdienst

Zaidman-Seniorenresidenz

Eugen-Jochum-Straße 4
81927 München

Tel: 089 - 38 17 36 31

puek@zsr-m.de
www.zaidman-seniorenresidenz.de

Träger: Soziale Dienste München gemeinnützige GmbH

- Wohn- und Pflegeangebot für jüdische und nichtjüdische Seniorinnen und Senioren
- 108 Plätze Wohnen mit Pflegeleistungen, inklusive offener Demenzabteilung
- Möglichkeit zur Kurzzeitpflege
- 19 Tagespflegeplätze
- 28 Wohnungen Betreutes Wohnen
- Seniorentreff mit Mittagstisch
- Friseur, Fußpflege, Physio, Kosmetik



Foto: Zaidman-Seniorenresidenz

Wohnungsanpassung

Beratungsstelle Barrierefreiheit der Bayerischen Architektenkammer

Waisenhausstraße 4
80637 München

Tel: 089 - 13 98 80 80

info@beratungsstelle-barrierefreiheit.de
www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de

Träger: Bayerische Architektenkammer

- Kostenfreie Erstberatung zur Wohnungsanpassung
- Beratung zu Möglichkeiten der finanziellen Förderung
- Allgemeine Informationen zur Barrierefreiheit



Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen

Konrad-Zuse-Platz 11 / 1. Stock
81829 München

Tel: 089 - 3 57 04 30

komz@komz-wohnen.de
www.komz-wohnen.de

Träger: Stadtteilarbeit e.V.

- Kostenlose Ausstellung Barrierefreies Wohnen
- Beratung zur Wohnungsanpassung
- Unterstützung bei Finanzierung und Umsetzung
- THEAmobil – Therapie und Hilfe im Alltag
- Präventive Hausbesuche für ältere Menschen

Wohnen im Viertel

Die Mitterfelder gGmbH – Wohnen im Viertel & Wohncafé im Prinz-Eugen-Park

Cosimastraße 100
81927 München

Tel: 0152 - 32 16 61 57

WiV-Bogenhausen@die-mitterfelder.de
www.die-mitterfelder.de

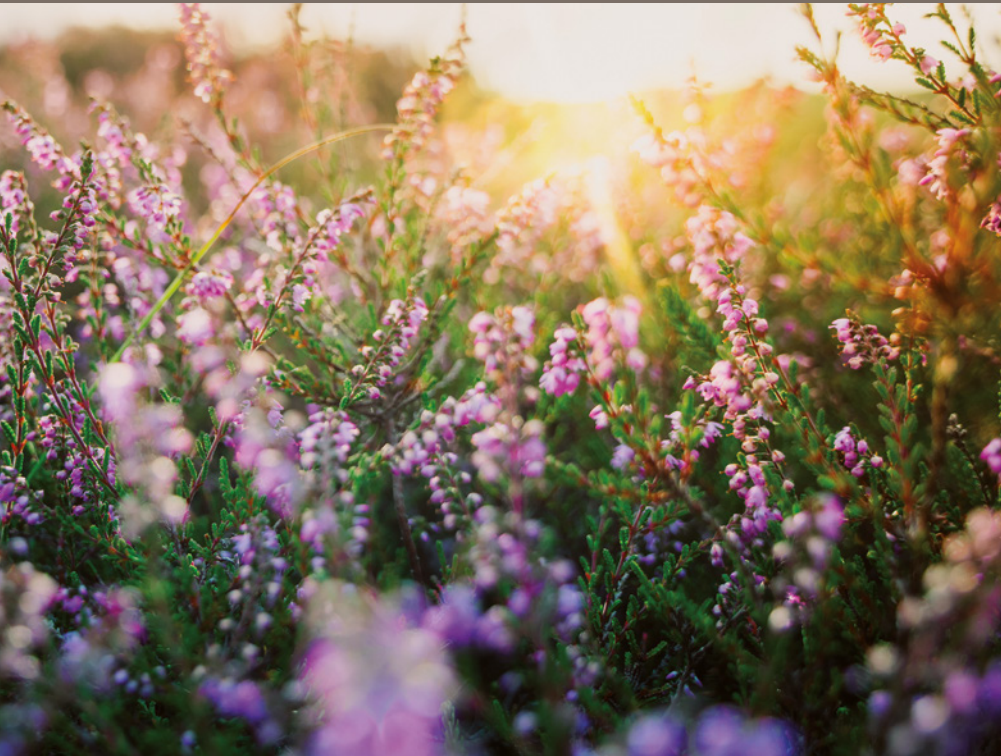
Träger: Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk

- In Kooperation mit der „München Wohnen“
- Wohnungen für hilfs- und pflegebedürftige Menschen
- Pflegewohnen auf Zeit
- Wohncafé, welches ein vielseitiges Freizeitangebot anbietet
- Senioren-Fitness, Fachvorträge, Spielesachmittage, Kaffee & Kuchen
- Informationen rund um das Thema Pflege
- Vermittlung von weiterführenden Hilfen

7

Weitere Hilfen für Zuhause

- Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)
- Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)
- Evang.-Luth. Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth
- Katholischer Pfarrverband Bogenhausen Süd
- WiAC e.V.- Wohnen im Alter im Cosimapark
- H-Team e.V.
- Malteser „Digital Dabei“ – Unterstützung mit digitalen Endgeräten



Weitere Hilfen für Zuhause

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0

asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-bogenhausen.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Vermittlung und Koordination weiterführender Hilfen
- Bürgerschaftliches Engagement, Bürger für Bürger (Besuchs- und Begleitsdienst, Einkaufshilfe)
- Präventive Hausbesuche
- Anschubfinanzierung für hauswirtschaftliche Unterstützung

Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)

Ruth-Drexel-Straße 34
81927 München

Tel: 089 - 23 73 73 19

asz-neueziegelei@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-neue-ziegelei.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Vermittlung und Koordination weiterführender Hilfen
- Bürgerschaftliches Engagement, Bürger für Bürger (Besuchs- und Begleitsdienst, Einkaufshilfe)
- Präventive Hausbesuche
- Anschubfinanzierung für hauswirtschaftliche Unterstützung



Evang.-Luth. Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth

Allensteiner Straße 7
81929 München

Tel: 089 - 93 09 48 60

pfarramt.immanuel-nazareth.m@elkb.de
www.immanuel-nazareth-kirche.de

- Nachbarschaftshilfe und Helferkreis „Wir helfen“
- Hilfsanfragen über die Diakoniestation unter: Tel. 089 - 93 09 48 0



Katholischer Pfarrverband Bogenhausen Süd

Gemeinde St. Johann von Capistran

Gotthelfstraße 3, 81677 München

Tel: 089 - 92 30 66 10

St-Johann-von-Capistran.muenchen@ebmuc.de

Gemeinde St. Rita

Daphnestraße 27, 81925 München

Tel: 089 - 92 87 03 3

St-Rita.muenchen@ebmuc.de

Gemeinde St. Klara

Friedrich-Eckart-Straße 9, 81929 München

Tel: 089 - 93 08 37 0

St-Klara.muenchen@ebmuc.de

www.erzbistum-muenchen.de/Pfarrei/pv-bogenhausen-sued

- Begleitung
- Besuche
- Einkäufe
- Hilfe bei Behördenangelegenheiten
- Unterstützung junger Familien

WiAC e.V. Wohnen im Alter im Cosimapark

Stolzingerstraße 40

81927 München

Tel: 089 - 96 28 00 84 oder

Tel: 089 - 99 63 85 86

info@wiacev.de

www.wiacev.de

- Anlaufpunkt für schnelle und unkomplizierte Unterstützung im Alltag
- Unterstützung im Alltag durch Hauswirtschaftliche Dienstleistungen
- Hilfe beim Schriftverkehr mit Behörden, Krankenkassen und Pflegekassen
- Fahrdienst für Arztbesuche, Einkäufe, Ausflüge oder Besuche von Verwandten
- Abrechnung privat sowohl über Pflegekassen möglich

H-Team e.V.

Plinganserstraße 19

81369 München

Tel: 089 - 747 36 20

info@h-team-ev.de

www.h-team-ev.de

- Ambulante Wohnraumhilfe (AWH) für Menschen im Stadtgebiet München, die Schwierigkeiten mit dem Wohnen haben
- Hilfe bei Problem wie bspw. ausgeprägtes Sammelverhalten, Vernachlässigung oder Verwahrlosung
- Hilfe zur Verhinderung von Wohnungsverlusten

Malteser „Digital Dabei“ – Unterstützung mit digitalen Endgeräten

Streitfeldstraße 1

81673 München

Tel: 089 - 43 60 85 00

malteser.muenchen@malteser.org

www.malteser-muenchen.de

Träger: Malteser Hilfsdienst e.V.

- Individuelle Unterstützung und im eigenen Tempo bei der Nutzung digitaler Endgeräte
- Abbau von Berührungsängsten
- Niedrigschwelliger Zugang zur digitalen Teilhabe
- Ehrenamtler kommen zu Ihnen oder man trifft sich an einem geeigneten Ort in der Umgebung





8

Essen / Münchner Tafel

Mittagstisch

- Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)
- Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)
- Münchner Menüservice

Essen auf Rädern

- Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München
- Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
- Malteser Menüservice

Wöchentliche Lebensmittelspenden

- Münchner Tafel e.V.

Mittagstisch

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0

asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-bogenhausen.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München



- Mittagstisch „Sozial, fair und lecker“
- 3 x Woche:
Dienstag, Mittwoch und Donnerstag
- Ermäßigung möglich

Alten- und Service-Zentrum Neue Ziegelei (ASZ)

Ruth-Drexel-Straße 34
81927 München

Tel: 089 - 23 73 73 19

asz-neueziegelei@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-neue-ziegelei.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Gemeinsamer Mittagstisch
- 3 x Woche:
Montag, Mittwoch & Donnerstag
- Ermäßigung möglich

Münchner Menüservice

Kirchseeonerstraße 3
81669 München

Tel: 089 - 62 02 03 77

menueservice@muenchenstift.de
www.muenchenstift.de

Träger: Münchenstift GmbH

- Frisch gekocht, kalt geliefert
- Vollkost, leicht Vollkost, vegetarische Kost oder Mehlspeisen
- Mindestabnahme 8 Essen pro Monat

Bayerisches Rotes Kreuz

Perchtingerstraße 5
81379 München

Tel: 089 - 2 37 31 40

ear@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/alltagshilfen/essen-auf-raedern.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Lieferung von Tiefkühlkost
- Über 200 Gerichte zur Auswahl
- Auch Sonderkost und bei Unverträglichkeiten

Johanniter Unfall Hilfe e.V.

Schäftlarnstraße 9
81371 München

Tel: 089 - 12 17 78 83

muenchen@johanniter.de
www.johanniter.de/muenchen/menu

Träger: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

- Täglich heiß geliefert oder
- Tiefkühlfrisch zum flexiblen Erwärmen
- Spezielle Kostformen bei diätetischer Anforderung oder Unverträglichkeit sowie Schluckbeschwerden

Malteser Menüservice

Bahnhofstraße 2a
82166 Gräfelfing

Tel: 089 - 85 80 80 200

malteser.graefelfing@malteser.org
www.malteser-muenchen.de

Träger: Malteser Hilfsdienst gGmbH

- Über 70 Gerichte von herzhaft über vegetarisch bis püriert
- Sie bestimmen, wann Sie essen, möchten keine Vertragsbindung und keine Mindestabnahmemenge
- Bei Bedürftigkeit besteht die Möglichkeit, dass die Kosten für den Menüservice durch eine Malteser Mahlzeiten-Patenschaft übernommen werden.

Wöchentliche Lebensmittelspenden

Münchner Tafel

Schäftlarnstraße 10
81371 München

Tel: 089 - 29 22 50

info@muenchner-tafel.de
www.muenchner-tafel.de

Träger: Münchner Tafel e.V.

- Wöchentliche Lebensmittelspenden für Menschen unterhalb des Existenzminimums
- Frisches Obst, Gemüse, Brot, Molkereiprodukte u.v.m.
- Infos & Anmeldungen montags und mittwochs von 14 – 16 Uhr:
Tel. 089 - 24 41 36 39 0
oder online unter
www.muenchner-tafel.de/hilfe-finden

9

Fahrdienste

- Bus & Bahn – Begleitservice München
- WiAC e.V. – Wohnen im Alter im Cosimapark
- Münchner Rollstuhltaxi
- Malteser Fahrdienst



Fahrdienste

Bus & Bahn – Begleitservice München

Luisenstraße 1
80333 München

Tel: 089 - 5 44 91 89 20

bbs@kmfv.de

www.kmfv.de/bus-und-bahn-begleitservice

Träger: Katholischer Männerfürsorgeverein e.V.



- Kostenloser Begleitservice für mobilitätseingeschränkte Fahrgäste bei Fahrten mit dem öffentlichen Nahverkehr von Tür zu Tür im Münchener Stadtgebiet
- Telefonische Anfrage 2 Werktage im Voraus: Montag bis Freitag von 8 – 16 Uhr

WiAC e.V. – Wohnen im Alter im Cosimapark

Stolzingerstraße 40
81927 München

Tel: 089 - 96 28 00 84 / 089 - 99 63 85 86

info@wiacev.de

www.wiacev.de

- Anlaufpunkt für schnelle und unkomplizierte Unterstützung im Alltag
- Fahrdienst für Arztbesuche, Einkäufe, Ausflüge oder Besuche von Verwandten
- Abrechnung privat sowohl über Pflegekassen möglich

Münchner Rollstuhltaxi

Tel: 089 - 84 93 88 28
Mobil: 01522 - 73 62 980

zoran@fahrdienst-zoric.de

www.fahrdienst-zoric.de

- Fahrdienst für Rollstuhlfahrer
- Treppensteiger-Dienste

Malteser Fahrdienst

Bahnhofstraße 2a
82166 Gräfelfing

Tel: 089 - 85 80 80 30 0

fahrdienst.graefelfing@malteser.de

www.malteser.de

Träger: Malteser Hilfsdienst gGmbH

- Arztbesuche, Behördengänge, Ausflüge oder der Besuch von Freunden
- Freundliche, sichere und zuverlässige Beförderung
- Unterstützung auch bei der Antragstellung auf Kostenübernahme durch die Krankenkasse oder das Sozialamt



10 Treffpunkte

- Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)
- Neue Ziegelei – Zentrum für Soziales und Kultur
- Die Mitterfelder gGmbH –
Wohnen im Viertel & Wohncafé im Prinzeugenpark
- Zaidman-Seniorenresidenz

Kirchengemeinden

- Evang.-Luth. Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth
- Kath. Stadtpfarramt St. Emmeram
- Evang. Luth. Vaterunserkirche
- Evang.-Luth. Dreieinigkeitskirche
- Kath. Pfarrei St. Thomas Apostel
- Kath. Pfarrei St. Lorenz
- Kath. Pfarrverband Bogenhausen Süd

Bildung und Kultur

- Verein für Stadtteilkultur im Münchner Nordosten e.V.
- Senioren Volkshochschule Ost
- Ökologisches Bildungszentrum München (ÖBZ)

Treffpunkte

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0

asz-bogenhausen@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/start/angebote/senioren/alten-und-servicezentren/asz-bogenhausen.html

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München



- Gruppen- & Kursangebote und Veranstaltungen im Programm „Ihr Wegbegleiter im Alter“
- Mittagstisch „Sozial, fair, lecker“
- Kaffee- und Spielenachmittage
- Spaziergänge, Ausflüge und Wanderungen
- Sprach- und Bewegungskurse
- Singen

Neue Ziegelei – Zentrum für Soziales und Kultur

Ruth-Drexel-Straße 34
81927 München

Tel: 089 - 23 73 73 19 (Soziales)

Tel: 089 - 23 73 73 24 (Kultur)

asz-neueziegelei@brk-muenchen.de
www.neueziegelei.de

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- **ASZ:** Gruppen- und Kursangebote und Einzelveranstaltungen im Programm „Ihr Wegbegleiter im Alter“
- Gemeinsamer Mittagstisch
- Kaffee- und Spielenachmittage, Spaziergänge, Ausflüge und Wanderungen, Sprach- und Bewegungskurse, Singen
- **Nachbarschaftstreff:** Treffpunkt für alle Nachbarinnen und Nachbarn im Quartier „Von Euch – Für Euch“ *Nachbarschaft – gemeinsame Entwicklung und Umsetzung von Ideen, Projekten und Aktionen*
- **Kulturzentrum:** Ort für Kreativität, Begegnung und kulturelle Vielfalt, Konzerte, Theater, Lesungen, Filme, Ausstellungen, Workshops, Versammlungen, kulturelles und gemeinschaftliches Engagement

Die Mitterfelder gGmbH – Wohnen im Viertel & Wohncafé im Prinzeugenpark

Cosimastraße 100
81927 München

Tel: 0152 - 32 16 61 57

WiV-Bogenhausen@die-mitterfelder.de
www.die-mitterfelder.de

Träger: Stiftung Kath. Familien- und Altenpflegewerk

- Wohncafé, welches ein vielseitiges Freizeitangebot anbietet
- Senioren-Fitness
- Weißwurstfrühstück
- Fachvorträge zu Pflege Themen
- Reisevorträge
- Spielnachmittage
- Kaffee & Kuchen, frische Waffeln

Zaidman-Seniorenresidenz

Eugen-Jochum-Straße 4
81927 München

Tel: 089 - 38 17 36 51

seniorentreff@zsr-m.de
www.zaidman-seniorenresidenz.de

Träger: Soziale Dienste München gemeinnützige GmbH

- Seniorentreff mit Mittagstisch
- Kulturelle Veranstaltungen
- Es besteht eine Ausweisungspflicht

Kirchengemeinden

Evang.-Luth. Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth

Allensteiner Straße 7
81929 München

Tel: 089 - 93 09 48 60

pfarramt.immanuel-nazareth.m@elkb.de
www.immanuel-nazareth-kirche.de

- Offener Treff: *Die Lebenskünstler – Ruhestand leben und gestalten*
Jeden zweiten Dienstag im Monat um 18.30 Uhr in *Immanuel*
- Seniorengruppe: *Treff60plus*
Jeden ersten und dritten Mittwoch um 15 Uhr

Kath. Stadtpfarramt St. Emmeram

Putzinger Straße 31a
81929 München

Tel: 089 - 93 99 71 80

st-emmeram.muenchen@ebmuc.de
www.sankt-emmeram.de

- *Ü66 Treff*
jeden dritten Donnerstag im Monat
- Buntes Programm
- Kaffee & Kuchen
- Gottesdienst mit Krankensalbung
- Halbtagesausflug im Herbst

Evang. Luth. Vaterunserkirche

Fritz-Meyer-Weg 11
81925 München

Tel: 089 - 95 55 82

pfarramt.vaterunserkirche@elkb.de
www.vaterunserkirche.de

- Ökumenischer Seniorentreff 2 x im Monat, wechselnd zwischen Vaterunserkirche (montags) und St. Thomas (dienstags)
- *Café durch-einander*
am ersten Sonntag im Monat
- Themenabende, Kinoabende, Lesungen in der Bücherei

Evang.-Luth. Dreieinigkeitskirche

Wehrlestraße 8
81679 München

Tel: 089 - 90 47 55 90

pfarramt.dreieinigkei.m@elkb.de
www.dreieinigkei-bogenhausen.de

- *Ökumenischer Frauenkreis*: Themen aus Religion, Politik & Literatur – abwechselnd in *Dreieinigkei* und *Heilig Blut*, jeden 2. oder 3. Mittwoch im Monat (außer i. d. Ferien)
- *Tischlein deck dich*: Wer nicht gerne alleine kocht und isst, ist herzlich eingeladen zum gemeinsamen kochen und genießen – jeden 2. Dienstag im Monat (außer i. d. Ferien)

Kath. Pfarrei St. Thomas Apostel

Cosimastraße 204
81927 München

Tel: 089 - 99 27 58 6

pfarrbuero@st-thomas-lorenz.de
www.st-thomas-lorenz.de

- Ökumenischer Seniorentreff: 2 x im Monat wechselnd zwischen *St. Thomas* (dienstags) und der *Vaterunser Kirche* (montags)
- Gesellige Treffen zu versch. Angeboten, zur Unterhaltung, musikalisch, religiös, Infos zu Lebensfragen, Sommerfest Adventsfeier
- 1 x jährlich Ökumen.Segnungsgottesdienst
- Immer mit Kaffee und Kuchen

Kath. Pfarrei St. Lorenz

Muspillistraße 31
81925 München

Tel: 089 - 95 95 39 06

pfarrbuero@st-thomas-lorenz.de
www.st-thomas-lorenz.de

Träger: Kath. Dt. Frauenbund – Zweigverein Oberföhring

- 1 x im Monat Treffen im Pfarrheim mit Angeboten zu verschiedenen Themen aus dem Glauben und zu Lebensfragen
- Faschingsfeier, Sommerfest, Adventfeier
- Gottesdienst und traditionelle Wallfahrt nach Maria Eich im September



Kath. Pfarrverband Bogenhausen Süd

Gemeinde St. Johann von Capistran
Gotthelfstraße 3, 81677 München
Tel: 92 30 66 10
St-Johann-von-Capistran.muenchen@ebmuc.de

Gemeinde St. Rita
Daphnestraße 27, 81925 München
Tel: 92 87 03 3
St-Rita.muenchen@ebmuc.de

Gemeinde St.Klara
Friedrich-Eckart-Straße 9, 81929 München
Tel: 93 08 37 0
St-Klara.muenchen@ebmuc.de

www.erzbistum-muenchen.de/Pfarrei/pv-bogenhausen-sued

- Gottesdienste
- Kirchenchöre
- St. Klara: Frauentreff
- St. Klara: Bibelkreis
- St. Johann von Capistran: Seniorenkreis „Treffpunkt Capistran“ 1 x im Monat donnerstags
- St. Klara: Seniorenkreis 14-tägig mittwochs um 15 Uhr
- St. Rita: Seniorentreff – 3 x pro Jahr

Bildung und Kultur

Verein für Stadtteilkultur im Münchner Nordosten e.V.

Oberföhringer Straße 156
81925 München

Tel: 089 - 95 41 59 08

post@nordostkultur-muenchen.de
www.nordostkultur-muenchen.de

- Tätig im Stadtbezirk 13 Bogenhausen und den Stadtteilen Oberföhring, Daglfing, Denning, Engelschalking, Johanneskirchen, Steinhausen und Zamdorf
- Führungen und Ausstellungen
- Führungen in der Alten Ziegelei Oberföhring über Webseite
- Bürozeiten im Bürgerpark Haus 1 Jeder erste Donnerstag im Monat von 16 – 17:30 Uhr

Senioren Volkshochschule Ost

Severinstraße 4
81541 München

Tel: 089 - 48 00 66 75 0

seniorenbildung.ost@mvhs.de
www.mvhs.de

- Bildung- und Begegnungsangebote i.d.R. tagsüber von 9 – 18 Uhr
- Programmerscheinung jeweils zum 1.2. und 1.9. / Ende Juni das Sommerprogramm
- Kurse, Vorträge, Vorsorgeangebote, Führungen, Exkursionen, Ausstellungen, Workshops und weitere Formate aus den Bereichen Gesellschaft, Politik, Stadtviertelthemen, Kultur, Kunst, Kunstgeschichte, Kreativität, Musizieren, Sprachen, MVHS unterwegs, Gesundheit, Kochkultur, IT und Digitales
- Programm „Surfen für alle“ mit Zuschüssen der Landeshauptstadt München
- 50% Ermäßigung für berechnigte Senior*innen möglich
- Ausgewählte Angebote zum halben Preis & gebührenfrei

Ökologisches Bildungszentrum München (ÖBZ)

Engelschalkinger Straße 166
81927 München

Tel: 089 - 93 94 89 61

oebz@mvhs.de
www.oebz.de/programm/Veranstaltungskalender

Träger: Münchner Volkshochschule GmbH & Münchner Umwelt-Zentrum e.V. (MUZ)

- Ort für lebenslanges Lernen und Begegnung: Getragen durch die Kompetenz der MVHS in Kooperation mit dem MUZ (Münchner Umweltzentrum)
- Das ÖBZ ist barrierefrei
- Sonntagscafé 1 x je Monat von Ehrenamtlichen organisiert
- Vielseitiges Kursprogramm für Seniorinnen und Senioren: von Garten-Workshops, Malen und Musik bis hin zu Upcycling, Klimaschutz und gesundem Leben v.m.



11 Hausnotruf

- BRK Hausnotruf
- Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
- ASB Hausnotruf
- Aicher Ambulanz GmbH
- Malteser Hausnotruf

BRK Hausnotruf

Perchtinger Straße 5
81379 München

Tel: 089 - 23 73 275

hausnotruf@brk-muenchen.de
www.hausnotruf.brk-muenchen.de

Träger: Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband München

- Erreichbarkeit rund um die Uhr
- Eigene Alarmzentrale in München
- Auf Wunsch Geräte der neuesten Generation, zum Beispiel Mobilgeräte und Smartwatches

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Schäftlarnstraße 9
81371 München

Tel: 089 - 72 01 12 60

hausnotruf.muenchen@johanniter.de
www.johanniter.de/hausnotruf

Träger: Regionalverband München

- Hausnotruf für zuhause und unterwegs
- Kurze Reaktionszeit, medizinisch ausgebildetes Personal ist schnell vor Ort
- Keine versteckten Kosten, ein Beitrag, alles drin!
- Keine Mindestlaufzeit, jederzeit monatlich kündbar



Arbeiter-Samariter Bund (ASB) Hausnotruf

Adi-Maislinger-Straße 6-8
81373 München

Tel: 089 - 74 36 32 22

service-hnr@asbmuenchen.de
www.derhausnotruf.de

Träger: Arbeiter-Samariter Bund München / Oberbayern e.V.

Malteser Hausnotruf – Schnelle Hilfe ist K(n)opfsache

Bahnhofstraße 2a
82166 Gräfelfing

Tel: 089 - 85 80 80 20 0

malteser.graefelfing@malteser.org
www.malteser.de/hausnotruf/

Träger: Malteser Hilfsdienst gGmbH

- Notrufzentrale 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr erreichbar
- Zuverlässiger und professioneller Bereitschaftsdienst
- Keine versteckten Zusatzkosten
- Kostenlose App für Angehörigen
- Bei Bedürftigkeit besteht die Möglichkeit, dass die Kosten für den Hausnotruf durch eine Malteser Patenschaft übernommen werden

Aicher Ambulanz Hausnotruf

Ehrenbreitsteinerstraße 20
80993 München

Tel: 089 - 14 38 56 34

service@aicher-ambulance.de
www.aicher-ambulance.de/

Träger: Aicher Ambulance GmbH

- Hausnotrufgerät für zu Hause
- Notrufuhr mit GPS und Ortungsfunktion für außerhalb



12 Zentrale Anlaufstellen

Leben mit Behinderung

- Büro der Behindertenbeauftragten und Fachstelle für Beratung und Antidiskriminierung
- Blickpunkt Auge Beratungsstelle München

Leben mit Suchtproblemen

- Caritas Fachambulanz für erwachsene Suchtkranke – Bereich für ältere Menschen
- Caritas Fachambulanz Integration/Alveni

Leben mit psychischen Beeinträchtigungen und seelischen Problemen

- Gerontopsychiatrischer Dienst München Nord
- Krisendienste Bayern

Leben mit Behinderung

Büro der Behindertenbeauftragten & Fachstelle für Beratung und Antidiskriminierung

Burgstraße 4
80331 München

Tel: 089 - 23 32 04 17

behindertenbeauftragter.soz@muenchen.de
<https://stadt.muenchen.de/infos/behindertenbeauftragte.html>

- Beratung und Unterstützung rund um das Thema Behinderung für Münchner*innen
- Beratung und Unterstützung rund um das Thema Diskriminierung
- Jedoch keine Rechtsberatung oder juristische Vertretung
- Unsere Beratung ist ein vertrauliches und kostenfreies Angebot der Landeshauptstadt München

Blickpunkt Auge Beratungsstelle München

Arnulfstraße 22
80335 München

Tel: 089 - 5 59 88 111

muenchen@bbsb.org
www.bbsb.org

Träger: Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. (BBSB)

Informationen & Beratung zu:

- Augenerkrankungen
- Sehhilfe und andere Hilfsmittel
- Rechtliche und finanzielle Ansprüche
- Tipps und Tricks zur Alltagsbewältigung
- Sichere Teilnahme im Straßenverkehr

Leben mit Suchtproblemen

Caritas Fachambulanz für erwachsene Suchtkranke – Bereich für ältere Menschen

Arnulfstraße 83
80634 München

Tel: 089 - 72 44 99 26 1

migrationsberatung@caritasmuenchen.org
www.caritas-nah-am-naechsten.de

Träger: Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.

- Kostenlose Beratung für Menschen, die sich Sorgen machen bezüglich ihres Alkohol- und Medikamentenkonsums und ihre Angehörige
- Vermittlung und Behandlung für Menschen mit problematischen Alkohol- und Medikamentenkonsum

Caritas Fachbereich Integration / Alveni

Arnulfstraße 83
80634 München

Tel: 089 - 72 44 99 261

infothek@caritasmuenchen.org
www.caritas-integration-alveni-muenchen.de/de

Träger: Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.



Gerontopsychiatrischer Dienst München Nord

Schleißheimer Straße 450a
80935 München

Tel: 089 - 45 22 35 240

sozialpsychiatrie@stiftung-zusammentun.de
www.stiftung-zusammentun.de/sozialpsychiatrie

Träger: Stiftung zusammen. tun.

Krisendienste Bayern – Hilfe in seelischen Krisen und psychiatrischen Notfällen

Täglich rund um die Uhr kostenfrei innerhalb Bayern erreichbar, auch an Sonnt- und Feiertagen

Tel: 0180 - 655 3000

Mehr Informationen unter:
www.krisendienste.bayern

- Der Sozialdienst Migration ist ein muttersprachliches Angebot für Münchner Migrant*innen, die einen nachholenden Integrationsbedarf aufweisen und eine intensive Beratung bzw. Bereuung benötigen
- Besonders betroffen sind: Senior*innen und Alleinerziehende
- Beratung auf Deutsch, Kroatisch und Italienisch

Leben mit psychischen Beeinträchtigungen und seelischen Problemen

- Psychosoziale Beratung und Begleitung für Menschen ab 60 Jahren – telefonisch, als Gespräch in unserer Einrichtung oder bei Ihnen zu Hause
- Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags
- Hilfestellung bei Ämtern und Behörden
- Information & Beratung zur Pflegeversicherung
- Vermittlung von anderen Hilfsangeboten
- Angehörigenberatung, Zusammenarbeit mit Ärzten & Kliniken (nur auf eigenen Wunsch)
- Gruppenangebote

- Hilfe in psychischen Krisen
- telefonische Beratung in über 120 Sprachen und in deutscher Gebärdensprache sowie mit Schriftdolmetschern
- **Wichtig:** Die Krisendienste Bayern sind telefonisch nur erreichbar, wenn der Anruf aus dem Mobilfunknetz oder dem Festnetz innerhalb Bayerns erfolgt.

13

Wichtige Adressen und Notrufnummern

Polizei
110

Feuerwehr / Notarzt
112

Giftnotruf
089 - 19 24 0

Ärztlicher Bereitschaftsdienst
116 117

Zahnärztlicher Notdienst
089 - 723 30 93

**Ökumenische Krisen- und
Lebensberatungsstelle**
089 - 22 00 41

TelefonSeelsorge
0800 - 11 10 111 katholisch
0800 - 11 10 222 evangelisch
www.telefonseelsorge.de

Malteser Plaudernetz
0800 - 330 1111
Täglich von 10 – 22 Uhr
www.plaudernetz.malteser.de

Behördennotruf
115

**Servicetelefon des Sozialre-
ferates der Landeshauptstadt
München**
089 - 23 39 68 33

Polizeiinspektion Bogenhausen
089 - 45 72 71 0
Prinzregentenplatz 16
81675 München
www.polizei.bayern.de

Taxizentrale Bogenhausen
089 - 216 10 oder
089 - 194 10

Tierrettung
0180 - 584 37 73

Kleintierklinik
089 - 21 80 26 50

Seniorenbeirat Bogenhausen
089 - 23 32 11 66

gefördert von der



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

BRK-Kreisverband
München

**Facharbeitskreis
Alte Menschen**
Bezirk 13



Senioren Kompass

Stadtteil **Bogenhausen**

Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen (ASZ)

Rosenkavalierplatz 9
81925 München

Tel: 089 - 46 13 34 64 0
asz-bogenhausen@brk-muenchen.de

Zur Website:



Mit freundlicher Unterstützung des
Bezirksausschuss 13 Bogenhausen

