

Mobilität

Abhol- und Begleitdienst

Fahrten zum Arzt bzw. Besorgungen (im Privatauto)

Anmeldung und Information: Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

Ambulanter Pflegedienst

Unser Pflegeteam betreut Sie mit Engagement und Kompetenz.

Unser ambulantes Pflegeteam bietet Ihnen professionelle und einfühlsame Hilfen. Die direkte Abrechnung mit Ihrer Kranken- und Pflegekasse ist möglich.

Pflegedienstleitung: Benjamin Armbruster, T 622 31 00 0, Rosenstr. 100
E-Mail: pflge@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Die Versorgung umfasst sämtliche Hilfestellungen des täglichen Lebens.

Beratungseinsätze

Als zugelassener Pflegedienst führen wir die regelmäßigen Besuche nach § 37 Abs. 3 SGB XI durch und beraten Sie, was noch helfen könnte.

Verhinderungspflege und Krankenhausnachsorge

Nach einem Krankenhausaufenthalt oder wenn Ihre Pflegeperson Urlaub macht oder durch Krankheit verhindert ist, springen wir gerne ein und übernehmen die nötige Unterstützung. Die Kosten trägt u.U. Ihre Krankenkasse.

Information und Anmeldung

Nachbarschaftshilfe Taufkirchen e.V.

Geschäftsstelle Taufkirchen

Ahornring 119
82024 Taufkirchen
T (089) 66 60 91 80, F (089) 66 60 91 82
E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Öffnungszeiten Büro:

Montag bis Donnerstag	8.30 - 11.30 Uhr
Freitag	9.30 - 11.30 Uhr
Dienstagnachmittag	15.00 - 17.00 Uhr

Geschäftsstelle Unterhaching

Hofmarkweg 6
82008 Unterhaching
T (089) 611 12 73
E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Öffnungszeiten Büro:

Dienstag und Donnerstag	10.00 - 15.00 Uhr
-------------------------	-------------------

www.nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Unsere Projekte werden gefördert vom



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Festhalten,
was verbindet.
Bayerische Dementenstrategie



Landratsamt
München



Wegweiser für ältere Menschen und ihre Angehörigen

Aktiv, fit und gesund im Alter - das wünschen wir uns alle! Zeit für sich zu haben, Zeit etwas Neues auszuprobieren und zu unternehmen.

Möchten Sie sich für andere engagieren? Bei uns kann sich jeder so einbringen, wie es seine Zeit, Kräfte, Interessen und Begabungen erlauben. Für Ideen Ihrerseits sind wir offen, sprechen Sie uns einfach an.

Aber auch wenn es mal nicht mehr so gut geht, bei Einschränkungen oder gar Pflegebedürftigkeit bestehen viele Möglichkeiten, aktiv zu bleiben und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Auch Einsamkeit muss nicht sein.

Und nicht zuletzt werden zahlreiche Hilfen angeboten, die das Wohnen zu Hause in vertrauter Umgebung und eine pflegerische Versorgung ermöglichen. Auch die Unterstützung Ihrer Angehörigen liegt uns dabei besonders am Herzen.

Alt und Jung zusammen

Freuen Sie sich über Zeit und Aufmerksamkeit, die Ihnen geschenkt wird! Oder aber Sie geben selbst etwas zurück und engagieren sich. Gemeinsam etwas Schönes erleben... in einer ehrenamtlichen Patenschaft profitieren immer beide Seiten. Probieren Sie es aus!

Patenschaften und Telefonpatenschaften für Senioren

Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

E-Mail: luetke-holz@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Zeit für Kinder & Coaching für Jugendliche & Schnupfenfee für kleine Rotznasen

Britta von Baer, T 6 66 09 18 38

E-Mail: vonbaer@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Freizeit und Geselligkeit

Besuchen Sie anregende Veranstaltungen und genießen Sie Kontakte mit Gleichgesinnten. Die aktuellen Termine finden Sie in unserem Monatsprogramm oder unter: www.nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Mittagstisch im Haus der Nachbarschaftshilfe

Genießen Sie unsere frisch zubereiteten Speisen in netter Gesellschaft von Montag bis Donnerstag von 12.00 - 13.00 Uhr. Auch Abholung ist möglich. Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag, T 666 09 18 5.

Spielenachmittag für Seniorinnen und Senioren

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, 15.00 - 17.00 Uhr, Haus der Nachbarschaftshilfe Elisabeth Lang, T 723 66 27

Bunter Spielenachmittag für Jung und Alt

Jeden 1. und 3. Montag im Monat, 14.30 - 17.30 Uhr, Haus der Nachbarschaftshilfe Eva Blust, T 612 19 78

Die heißen Nadeln (von September bis Juni)

Jeden 1. und 3. Donnerstag, 14.30 - 17.00 Uhr, Haus der Nachbarschaftshilfe Ingrid Bölke, T 6 12 16 14 & Lydia Patterson, M 0152 04 14 54 05

Liedersingen mit Akkordeonbegleitung

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 15.00 - 16.30 Uhr, Haus der Nachbarschaftshilfe

Infocafé

1x im Monat, mittwochs, 14.00 - 15.00 Uhr, Eschenstr. 40
Nette Kontakte in unserer Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen, mit einem Fachvortrag zu verschiedenen Themen.

Seniorenausflüge in die nähere Umgebung

1x im Monat, speziell für Menschen mit Einschränkung. Abholservice möglich.
Rudolf Läßer, T 62 42 30 04

Gesundheit und Prävention

Halten Sie sich fit, tun Sie etwas für Ihr Wohlbefinden!

Fit und beweglich im Alter (mit Sturzprophylaxe)

Jeden Montag, 9.00 - 10.00 Uhr, Eschenstr. 40.
Physiotherapeut Alexander Bartle, Anmeldung: T 666 10 03 90

Taiji-Qigong

Kurs jeden Donnerstag, 10.45 - 11.45 Uhr, Haus der Nachbarschaftshilfe
Michael Mrva, M 0151 / 23 33 26 13, E-Mail: mrva@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Beratung und Unterstützung für Angehörige

Bei uns finden Sie kompetente Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Versorgung, Pflege und Betreuung.

Beratung für ältere Menschen und ihre Angehörigen

In unserer Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen, Eschenstr. 40
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 9.30 - 12.30 Uhr,
Ohne Anmeldung. Am besten rufen Sie uns vorher an!
Eugen Lindt & Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90
E-Mail: beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Jeden 3. Mittwoch im Monat, 14.30 - 16.30 Uhr, Annett Lütke-Holz, T 666 10 03 90

Pfleges Schulung

Praxisnahe Schulung vor Ort, eine Abrechnung über die Pflegekasse ist möglich.
Benjamin Armbruster, T 622 31 00 0
E-Mail: pflege@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Versorgung und Betreuung

Liebevolle Ansprache und ein offenes Ohr für Sorgen und Nöte sind für uns selbstverständlich. Eine Abrechnung ist meist über Ihre Pflegekasse möglich.

Hilfen im Haushalt & Betreuung im Betreuten Wohnen zu Hause

In Taufkirchen: Bettina Meier, T 666 10 03 91,
In Unterhaching: Beate Huber, T 611 12 73
E-Mail: beratung@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Tagesbetreuung für pflegebedürftige Menschen und Menschen mit Demenz

Jeden Dienstag und Freitag, 9.00 - 16.30 Uhr, Eschenstr. 40. Mit Abholservice
Christiane Wagner, T 666 10 03 92 oder M 0152/53 65 40 49,
E-Mail: wagner@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de

Betreuung für Menschen mit Demenz

Qualifizierte Seniorenhelfer übernehmen stundenweise die Betreuung zu Hause.
Inge Weiß, T 666 10 03 90

Dies und Das

rettungsschrauber (Wasser- und Elektrizitätsarbeiten werden **nicht** ausgeführt.)
Ehrenamtliche unterstützen ältere Menschen bei kleineren Reparaturarbeiten.
Britta von Baer, T 6 66 09 18 38
E-Mail: vonbaer@nachbarschaftshilfe-tfk-uhg.de