

Wichtige Telefon-Nummern

Polizei	110	Rettungsdienst / Notarzt	112
Feuerwehr	112	Ärztl. Bereitschaftsdienst	116 117

ANNA	Altdorfs nette Nachbarn	0170 / 6238360 oder 0871/9538160
AWO		0871 / 9745880
Bayr. Rotes Kreuz		0871 / 962210
Caritas		0871 / 805100
Diakonie		0871 / 609100
Malteser Hilfsdienst		0871 / 923300
VdK		0871 / 923330

Seniorenbeirat in der Marktgemeinde

Dr. Eberhard Kluge	0871 / 34442	Vorsitzender
Salvatore Lando	015144824807	Stellvertreter
Ulrike Weichelt	0871 / 2767199	Schriftführerin
Karl Blechinger	0871 / 35452	Altdorf
Heinz Eichner	0871 / 34361	Eugenbach
Alexander Emich	0871 / 9751760	Altdorf - Süd
Renate Jeretzky	0871 / 35329	Seniorenheime
Otto Janak	0871/ 35381	

Seniorenbeauftragte der Marktgemeinde

Georg Nirschl	0871 / 34248	Vorsitzender
Maria Golsch-Weber	0871 / 9668446	Stellvertreterin
Michael Kapfhammer	0871 / 9357077	Stellvertreter

Seniorenbetreuung der kath. Pfarreien

Beate Kipper	0871 / 34485	Altdorf
Regina Licha	0871 / 32593	Eugenbach
Anneliese Teuchner	08704 / 1244	Pfettrach

Seniorenbetreuung der ev. Kirchengemeinde

Ilona Dreves	0871/76249	Behinderte
Ilona Wagner	0871 / 51766	Seniorentanz

Nachbarschaftstreff „DOM“

Mascha Sidorowa-Spilker	0871 / 1355898	Leitung
Valeria Kandlin	0871 / 34878	Seniorentreff

Alle weiteren Dienste - wie hauswirtschaftlicher Fachdienst und/ oder ambulante Pflege etc - entnehmen Sie bitte dem Seniorenwegweiser des Landkreises Landshut oder den gelben Seiten.

Senioren ***Aktuell***

Informationen des Seniorenbeirates in der Marktgemeinde Altdorf 1/18

Vorsätze für ein glückliches Jahr 2018

Am Beginn eines neuen Jahres ist es üblich, Überlegungen für die Zukunft anzustellen. Man weiß nicht, was einen erwartet, aber man ist sich sicher, dass sich die Zukunft so beeinflussen lässt, dass man von einem glücklichen und gelingendem Leben sprechen kann. Der frühere Pabst Johannes XXIII hat dazu ein paar Gedanken formuliert, die hier auszugsweise wiedergegeben werden sollen. Sein Rezept für ein glückliches Leben lautet wie folgt:

Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben, ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.

Nur für heute werde ich werde niemand kritisieren, ja ich werde nicht danach streben, die anderen zu verbessern, nur mich selbst.

Nur für heute werde ich mich an die Umstände anpassen, ohne zu verlangen, dass die Umstände sich an meine Wünsche anpassen.

Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einer guten Lektüre widmen; wie die Nahrung für das Leben notwendig ist, so ist die gute Lektüre notwendig für das Leben der Seele.

Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen, und ich werde es niemand erzählen.

Nur für heute werde ich etwas tun, das ich keine Lust habe zu tun; sollte ich mich in meinen Gedanken beleidigt fühlen, werde ich dafür sorgen, dass niemand es merkt.

Nur für heute werde ich ein genaues Programm aufstellen. Vielleicht halte ich mich nicht genau daran, aber ich werde es aufsetzen. Und ich werde mich vor zwei Übeln hüten: vor der Hetze und der Unentschlossenheit.

Nur für heute werde ich keine Angst haben. Ganz besonders werde ich keine Angst haben, mich an allem zu freuen, was schön ist, und an die Güte zu glauben.

In diesem Sinn wünscht der Seniorenbeirat Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, ein glückliches, gesundes, friedvolles und beschwerdearmes neues Jahr 2018

Information zur Pflegesituation

Wir werden alle älter und mit zunehmendem Alter ist die Bewältigung des Alltags sehr oft auch mit Einschränkungen verbunden. Die Statistik sagt aus, dass in Deutschland derzeit rund 3 Millionen Menschen älter als 80 Jahre alt sind. Ein großer Teil davon ist auf Pflege angewiesen, entweder auf häusliche Pflege durch Angehörige oder mobile Dienste oder auch durch stationäre Pflege in einem Heim.

Die mit all diesen Problemen verbundenen gesetzlichen Regelungen sowie deren Reformen seit 2015 waren der Inhalt eines Vortrags der Bezirksleiterin des VdK, Frau Eigner, auf Einladung des Seniorenbeirats Ende November. Schwerpunkt dabei waren die Regelungen nach dem Pflegestärkungsgesetz III, die seit Jahresbeginn 2017 in Kraft getreten sind. Die bis dahin geltenden drei Pflegestufen wurden nach den Neuregelungen in fünf Pflegegrade umgewandelt, wobei im niedrigsten Pflegegrad die Erkrankung Demenz berücksichtigt ist. Die bisherigen Einstufungen bleiben erhalten, bekommen nur eine neue Bezeichnung. Wer in eine Pflegestufe eingruppiert wurde, wird automatisch in den neuen Pflegegrad eingestuft, ohne dass er selbst etwas unternehmen muss. Auch die finanziellen Leistungen der Pflegekassen sind dabei berücksichtigt. Mit dem neuen Pflegebedürftigkeitsbegriff, verschwindet die unterschiedliche Behandlung von körperlich bedingten Beeinträchtigungen auf der einen Seite und geistig beziehungsweise seelisch bedingten Beeinträchtigungen auf der anderen. Bezog sich Pflegebedürftigkeit bis dahin vor allem auf körperlich bedingte Beeinträchtigungen, werden jetzt auch geistige und psychisch bedingte Beeinträchtigungen stärker berücksichtigt.

Es kommt also nicht mehr wie bisher nur vorrangig auf den zeitlichen Hilfebedarf bei körperlichen Verrichtungen an, sondern was zählt, sind der einzelne Mensch und das Ausmaß, in dem er seinen Alltag in den sechs dafür zentralen Lebensbereichen alleine bewältigen kann.

Wann ist ein Mensch pflegebedürftig? Diese Frage ist nicht einfach zu beantworten, denn Pflegebedürftigkeit hat ganz unterschiedliche Gesichter. Der neue, deutlich weiter gefasste Pflegebedürftigkeitsbegriff wird dieser Tatsache gerecht.

Die Einstufung erfolgt nach einem Punktesystem, bei dem der Gutachter folgende Lebensbereiche berücksichtigt:

Selbstversorgung, geistige und kommunikative Fähigkeiten, Verhaltensweisen und psychische Problemlagen, selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen – sowie deren Bewältigung und Gestaltung des Alltagslebens sowie soziale Kontakte.

Detaillierte Auskünfte und Beratungen über das Verfahren und die zu erwartenden Leistungen bekommen Sie bei den Krankenkassen, der Caritas, der Diakonie und beim VdK. Auch der Seniorenbeirat hilft Ihnen gerne weiter bei auftretenden Fragen.

Hier die wichtigen Veranstaltungen kurz und bündig:

06.01.18 Sa.	15.00 Uhr	Seniorenempfang der kath. Pfarrgemeinde und Gemeinde Auferstehungskirche im Bürgersaal Altdorf
16.01.18 Di.	14.00 Uhr	Seniorenachmittag der kath. Pfarrei Altdorf, Ort ist noch nicht festgelegt wegen Renovierung Pfarrheim
17.01.18 Mi.	19.00 Uhr	Von Sirtaki bis Seniorentanz. - Gesellige Tänze für Jung und Alt im Haus der Begegnung
24.01.18 Mi..	14.30 Uhr	Öffentliche Sitzung des Seniorenbeirats im Haus der Begegnung
25.01.18 Do.	14.00 Uhr	Seniorengruppe: Behinderte und ihre Freunde im Haus der Begegnung
30.01.18 Di.	14.00 Uhr	Seniorenachmittag der kath. Pfarrei Altdorf, Ort ist noch nicht festgelegt wegen Renovierung Pfarrheim
08.02.18 Do..	14.00 Uhr	Seniorengruppe: Behinderte und ihre Freunde im Haus der Begegnung
08.02.18 Do.	14.00 Uhr	Seniorenkreis Pfarrei Eugenbach, Gottesdienst anschließend 15.15 Uhr kleine Faschingsfeier, gestaltet vom Seniorenteam

Nicht vergessen:

Badefahrt nach Bad Gögging immer Montag!

Abfahrt: **12.45 Uhr**, Schmittnerhof Altdorf, Hauptstr.

Badezeit 2½ Stunden, Rückkehr gegen 17.15 Uhr

Preis: € 17,- (Busfahrt und Eintritt)

Boccia für und mit Frauen immer Donnerstag 10 Uhr

Nachbarschaftshilfe in unserer Marktgemeinde

ANNA ist derzeit sehr gefragt und wird dankbar in Anspruch genommen. Wichtig wäre es, wenn der Mitarbeiterkreis erweitert werden könnte. Deshalb bitten wir Sie um Ihre Mithilfe. Der Einsatz lohnt sich, denn den Hilfesuchenden wird geholfen und es werden durch die Hilfeleistungen ältere Menschen glücklich gemacht.

ANNA sucht engagierte und hilfsbereite Menschen, die gerne und unentgeltlich für hilfesuchende Menschen da sind! Es handelt sich immer um Einzelaktionen und nicht um Dauerverpflichtungen. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei der Leitungsgruppe (0170 / 6238360 oder 0871/9538160)