

Ehrenamtsbörse Helfern beim Helfen helfen

Unterschleißheim beherbergt eine Vielzahl an interessanten, engagierten Vereinen und Institutionen in sozialen, kulturellen, sportlichen und anderen Bereichen. Erfreulicherweise gibt es genauso viele interessierte und aufgeschlossene Menschen, die gern ehrenamtlich helfen würden. Die Ehrenamtsbörse auf der Homepage der Stadt Unterschleißheim bringt diese Menschen zusammen.

Sollten Sie als Verein oder Organisation Bedarf an Helferinnen oder Helfern haben, können Sie Ihre offenen ehrenamtlichen Stellen auf dieser Seite einpflegen. Nutzen Sie hierfür einfach die „Stelle eintragen“-Funktion im Bereich der Stellenbörse für Ehrenamtliche. Ihr Gesuch erscheint umgehend nach der inhaltlichen Prüfung und Freigabe durch die Stadtverwaltung.

Als potenzielle Helferin oder potenzieller Helfer sehen Sie in der Stellenbörse für Ehrenamtliche auf der städtischen Homepage auf einen Blick, wo aktuell Ihre Hilfe und Ihr Engagement dringend gebraucht wird. Wenn Sie ein passendes Angebot gefunden haben, können Sie direkt mit den Stellen Kontakt aufnehmen und begleiten vielleicht schon bald eines der vielen wichtigen Ehrenämter in unserer Stadt.

www.unterschleissheim.de/familie-soziales-bildung/ehrenamtsboerse.html



Weitere Informationen finden Sie auf
www.unterschleissheim.de



Senioren-Wegweiser
für die Generation 60+

Hilfreiche Angebote und Adressen

INHALT

Ärzte / Hausärzte	Seite 4
Beratung	Seite 5 - 7
Begegnung und Freizeit	Seite 8
Begleitung und Unterstützung	Seite 9
Betreuungsangebote	Seite 10 - 11
Bildung und Kultur	Seite 12
Dienstleister mit Hausbesuchen	Seite 13
Hausnotruf	Seite 14
Öffentlicher Nahverkehr	Seite 15
Pflegedienste	Seite 16
Seelsorge	Seite 17
Sport- und Bewegungsangebote	Seite 18
Verpflegung / Essen auf Rädern	Seite 19
Wohnen	Seite 20
Nette Toilette	Seite 21
Beirat für Senioren	Seite 22
Weitere Ansprechpartner	Seite 23
Überörtliche Angebote	Seite 24
Gesundheit und Selbsthilfe	Seite 24
Notfallmappe	Seite 25
Notrufnummern	Seite 26
Impressum	Seite 27

VORWORT

Liebe Unterschleißheimerinnen und Unterschleißheimer!

Unsere Stadt ist Seniorenstadt! In Unterschleißheim lebt es sich gut und es lebt sich vor allem lang.

Damit Sie in Ruhe älter werden können, gibt es eine Menge Angebote für Sie. Ich denke, wir möchten alle so lange wie möglich gesund und beweglich bleiben – und das am besten im gewohnten Umfeld zu Hause.

Wir laden Sie daher ein, aktiv zu bleiben, Kontakte zu pflegen und sich Unterstützung zu holen, wenn Sie sie brauchen. In der neu aufgelegten Broschüre finden Sie Begegnungs- und Freizeitstätten, Bildungs-, Kultur- und Freizeitmöglichkeiten, zudem Beratungsstellen und Ansprechpartner bei Fragen rund um die Gesundheit. Vielleicht haben Sie ja auch Lust, sich ehrenamtlich zu engagieren – im Heft gibt es die Infos dazu.

Wir sind uns sicher: Sie werden Neues entdecken. Und bestimmt sieht man sich ja auch bei den Veranstaltungen der Vereine und der Stadt wie bei der Senioren-Infobörse oder beim Seniorennachmittag auf dem Volksfest. Oder – vielleicht am schönsten – mit allen Generationen wie im Valentinspark an den Geräten.

Jetzt bleibt uns noch, Ihnen eine gute Lektüre zu wünschen.



Christoph Böck

Christoph Böck
Erster Bürgermeister
Stadt Unterschleißheim



Sonja Lehnert

Sonja Lehnert
Vorsitzende des Beirats für Senioren

ÄRZTE / HAUSÄRZTE

Frau Maria-Christina Breu, Praktische Ärztin

Anschrift: Lohwaldstraße 12 a, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3105262 und 089 3108472

Hausärzte am Bahnhof, Fachärzte für Allgemeinmedizin

Herr Jan Michael Siepe, Frau Dr. Christina Strobl, Frau Ilona Dreier

Anschrift: Pater-Kolbe-Straße 7, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3174748 und 3150034
E-Mail: praxis@habdocs.de
Internet: www.habdocs.de

ZAM, Zentrum für Allgemeinmedizin

Herr Dr. med. Friedrich Kiener, Herr Dr. med. Helmut Eder

Anschrift: Siedlerstraße 86, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101112 und 089 3211070
Mail: info@kiener-eder.de
Internet: www.kiener-eder.de

ZAM, Zentrum für Allgemeinmedizin

Standort: Lindenstraße 28, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3105249
Mail: info@zam-filiale.de
Internet: www.zam-filiale.de

Hausärztliche Praxisgemeinschaft

Dr. Nils Kleffmann, Internist

Frau Joyce Castiel Bohlen

Anschrift: Alleestraße 12, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3106595
E-Mail: bohlenkleffmann@gmail.com

Hausarztpraxis am Maxfeld, Allgemeinmedizin

Herr Michael R. Maria Schwandner

Anschrift: Maxfeldhof 5, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3108116
Internet: www.hausarztpraxis-am-maxfeld.de

BERATUNG

AWO Begegnungszentrum für Senioren

Beratung für Senioren und Angehörige

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

AWO Telefonische Pflegeberatung

Telefon : 0800 607010 (gebührenfrei)
Internet: www.awo-pflegeberatung.de

Caritas-Dienste Landkreis München

Soziale Beratung Unterschleißheim

Anschrift: Im Klosterfeld 14 b, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 32183221
E-Mail: soziale-beratung-unterschleissheim@caritasmuenchen.org
Internet: www.caritas-soziale-dienste-schleissheim-garching.de

Seniorenberatung Online (Demenzberatung)

Anschrift: Valerystraße 96, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 32158775
E-Mail: pwagner@seniorenberatung-online.de
Internet : www.seniorenberatung-online.de

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Seniorenhilfe „Zu Hause gut versorgt“

Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3707356
E-Mail: buero@nbh-ush.de
Internet : www.nbh-ush.de

VdK Ortsverband Unterschleißheim

Außensprechtage mit Beratung

Anschrift: Sportplatzstraße 27, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101621
E-Mail: ov-lohhof@vdk.de
Internet: www.vdk.de/ov-lohhof

BERATUNG

Landratsamt München

Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München

Paritätischer Wohlfahrtsverband Bayern e.V.

Frau Erdinger

Anschrift: Mariahilfplatz 17, 81541 München

Telefon: 089 62212128

E-Mail: christine.erdinger@paritaet-bayern.de

Internet: www.muenchen.paritaet-bayern.de

Rechtliche Beratung - Betreuungsstelle

Frau Fürmann

Anschrift: Mariahilfplatz 17, 81541 München (Postadresse)

Telefon: 089 62211772

E-Mail: fuermannE@lra-m.bayern.de

Internet: www.landkreis-muenchen.de

Aufsuchende Seniorenberatung (Hausbesuche und telefonisch)

A - E Frau Sonja Burchert

Telefon 089 6221 1967

E-Mail: BurchertS@lra-m.bayern.de

F - Z Frau Christine Thümmler

Telefon: 089 6221 1352

E-Mail: ThuemmlerC@lra-m.bayern.de

Anschrift: Mariahilfplatz 17, 81541 München (Postadresse)

Internet: www.landkreis-muenchen.de

Pflegestützpunkt

Anschrift: Hanns-Schwindt-Straße 17, Ebene 0, Raum 0.029, 81829 München

Telefon: 089 6221 4399

E-Mail: pflegestuetzpunkt@lra-m.bayern.de

BERATUNG

Pflegeservice Bayern

Beratungsangebot der gesetzlichen Pflegekassen

Anschrift: Waltherstraße 2, 90429 Nürnberg

Telefon: 0800 7721111 (gebührenfrei)

E-Mail: service@pflegeservice-bayern.de

Internet: www.pflegeservice-bayern.de

Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen

Wohnberatung und Wohnungsanpassung

Anschrift: Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen Stadtteilarbeit e.V.

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

Telefon: 089 3570430

E-Mail: info@komz-wohnen.de

Internet: www.komz-wohnen.de

Bitte vorherige Terminvereinbarung!



BEGEGNUNG UND FREIZEIT

AWO Begegnungszentrum für Senioren

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

AWO-Ortsverein Unterschleißheim Lohhof

Schwerpunkt Seniorenarbeit
1. Vorsitzender Dr. Edward Bednarek
Anschrift: Ahornstraße 1 a, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 37065477
E-Mail: dr.bednarek@gmail.com

Pfarrverband Unterschleißheim St. Ulrich und St. Korbinian Seniorenkreis St. Ulrich

Anschrift: Eschenstraße 48, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101963
E-Mail: buero@st-ulrich-ush.de
Internet: www.st-ulrich-ush.de

Seniorentreff St. Korbinian

Anschrift: Bezirksstraße 25, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3218480
Internet: www.korbinian.de

Seniorenkino im Capitol Kino Unterschleißheim

Infos zu den Spielterminen und Reservierungen per Telefon
Anschrift: Alleestraße 24, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 18911921
E-Mail: info@capitol-lohhof.de
Internet: www.capitol-lohhof.de

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim

CHORUS DEMENTIAE
Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 37073571
E-Mail: vrichmann@nbh-ush.de
Internet: www.nbh-ush.de

BEGLEITUNG UND UNTERSTÜTZUNG

Caritas-Dienste Landkreis München

Beratungsstelle für Psychische Gesundheit 60+

Anschrift: Im Klosterfeld 14 b , 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 32183231
E-Mail: spdi-schleissheim-garching@caritasmuenchen.org
Internet: gerontopsychiatr-dienst-caritas-schleissheim-garching.de

Evangelische Kirchengemeinde Unterschleißheim-Haimhausen

Zeitgeister Unterschleißheim (Praktische Hilfen)

z. B. Fahrdienste, kleine handwerkliche Tätigkeiten
Anschrift: Alleestraße 57 a, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 693143532
E-Mail: zeitgeister-ush@web.de
Internet: www.zeitgeister-ush.de

LebensWert - Christlicher Pflegeverein Unterschleißheim e.V. (Begleitung und Betreuung)

Anschrift: Stadionstraße 30, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 15990662
E-Mail: lebenswert@t-online.de
Internet: www.lcpm.de

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Seniorenhilfe „Zu Hause gut versorgt“

z.B. Hilfe im Haushalt, Betreuungsleistungen, Besuchsdienste
„Haus und Hof“ – kleine handwerkliche Hilfen
Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 37073571
E-Mail: buero@nbh-ush.de
Internet: www.nbh-ush.de

Repair-Café Unterschleißheim

(bis auf weiteres jeden 1. Freitag im Monat im Maria-Magdalena-Haus)
Anschrift: Gerhard-Hauptmann-Straße 10, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3544414
E-Mail: repair-cafe@truffelli.de
Internet: www.reparatur-initiativen.de/repair-cafe-unterschleissheim

BETREUUNGSANGEBOTE

AWO Begegnungszentrum für Senioren

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

Treffpunkt für Schlaganfallbetroffene

Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de

Angehörigengruppe in Kooperation mit der Fachstelle für pflegende Angehörige

Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de

Caritas-Dienste Landkreis München

Sozialpsychiatrische Dienste Schleißheim-Garching

Trauercafé „Café Animus“

Gruppe für trauernde Angehörige in der Tagesstätte für psychische Gesundheit

Anschrift: Alleestraße 27, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 32183231
E-Mail: nicola.tschunke@caritasmuenchen.org
Internet: www.caritas-tagesstaette-schleissheim-garching.de

Der Paritätische Bayern

Haus am Valentinspark - Tagespflege

Anschrift: Monikaweg 3, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3178520
E-Mail: valentinspark@paritaet-bayern.de
Internet: www.valentinspark.de

BETREUUNGSANGEBOTE

Hospizgruppe „Wegwarte“

Regionalgruppe der IGSL-Hospiz e.V.
Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 92772520 oder 0176 56717781
E-Mail: hospizgruppe-wegwarte@gmx.de
Internet: www.hospizgruppe-unterschleissheim.de

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Besuchsdienst, stundenweise Betreuung bei Demenzerkrankung
Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 37073571
E-Mail: buero@nbh-ush.de
Internet: www.nbh-ush.de



AWO Begegnungszentrum für Senioren

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

Stadt Unterschleißheim

FORUM Unterschleißheim - Kulturamt

Anschrift: Rathausplatz 1, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 31009249
089 31009200 (TicketShop)
Internet: www.forum-unterschleissheim.de

Stadtbibliothek Unterschleißheim

Anschrift: Rathausplatz 1, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 31009210
E-Mail: stadtbibliothek@ush.bayern.de
Internet: www.forum-unterschleissheim.de/bibliothek

Volkshochschule im Norden des Landkreises München e.V.

Geschäftsstelle Unterschleißheim
Anschrift: Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 55051790
E-Mail: info@vhs-nord.de
Internet: www.vhs-nord.de

In 85716 Unterschleißheim

Friseur

Friseursalon Baumann, Rathausplatz 5, Tel.: 089 3104382 (Hol- und Bringdienst)
Susanne Fuchs, mobile Friseurmeisterin, Tel.: 0170 7335588

Fußpflege

Podologe Fabian Negele, Lindenstraße 23, Tel.: 0159 05187293
E-Mail: fabian.negele@yahoo.de
Internet: www.podologie-negele.de

Podologin Brigitte Geissler, Furtweg 13, Tel.: 089 90168197
Termine nach telefonischer Absprache

Physiotherapie / Krankengymnastik

Maren aan de Stegge, Landshuter Straße 20-22, Tel.: 089 3107077
E-Mail: kgpraxis.aandestegge@web.de
Internet: www.krankengymnastik-unterschleissheim.de

Kiechle Physiotherapie, Alleestraße 15, Tel.: 089 3105302
E-Mail: Physio-dok@web.de
Internet: www.physio-dok.de

Thera Lohhof Rein, Dominik Rein, Raiffeisenstraße 1a, Tel.: 089 32120430
Internet: www.thera-lohhof.de

Therapieforum Negele, Lindenstraße 23, Tel.: 089 3105285
E-Mail: info@therapieforum-negele.de
Internet: www.therapieforum-negele.de

HAUSNOTRUF

ASB Hausnotruf (Arbeiter-Samariter-Bund)

Anschrift: Adi-Maislinger-Straße 6-8, 81373 München
Telefon: 089 74363217
E-Mail: h.siebert@absmuenchen.de
Internet: www.derhausnotruf.de

BRK Kreisverband München „Hausnotruf“ Bayerisches Rotes Kreuz

Anschrift: Perchtinger Straße 5, 81379 München
Telefon: 089 2373275
E-Mail: hausnotruf@brk-muenchen.de
Internet: www.hausnotruf.brk-muenchen.de

Hausnotruf und mobile Notrudienste der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Regionalverband München

Anschrift: Schäftlarnstraße 9, 81371 München
Telefon: 089 7201161
E-Mail: hausnotruf.muenchen@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de/dienste-leistungen/angebote-fuer-privatpersonen/hausnotruf

Malteser Hilfsdienst gGmbH, Bezirk München, „Hausnotruf“

Anschrift: Bahnhofstraße 2 a, 82166 Gräfelfing
Telefon: 089 858080 200
E-Mail: malteser.graefelfing@malteser.org (Beratung und telefonische Termine)
Internet: www.malteser-hausnotruf.de



ÖFFENTLICHER NAHVERKEHR

Die Verkehrsunternehmen im MVV erweitern die barrierefreien Service-Angebote auf Bahnhöfen, an Haltestellen und in den Verkehrsmitteln kontinuierlich. Alle aktuell barrierefreien Zugänge finden Sie auf der Website des MVV unter nachfolgendem Link: www.mvv-muenchen.de ⇒ **Mobilitätsangebote**.

Fahrpläne liegen bei der Bürgerinformation im Rathaus aus, finden sich aber mit weiteren Informationen zu Anschlüssen an S-Bahn und U-Bahn auch unter www.unterschleissheim.de/wirtschaft-verkehr-internationales/oepnv.html.

Alle S-Bahnen sind mit einer Klapprampe ausgestattet, die vom Fahrer bedient wird. Rollstuhlfahrer und andere Bedürftige stellen sich an der Spitze des Zuges auf, damit der Fahrer sie sieht. Im Zug ganz vorne und ganz hinten – jeweils bei den Fahrerkabinen – gibt es sogenannte Mehrzweckbereiche, die unter anderem für Rollstuhlfahrer gut zugänglich sind.



PFLEGEDIENSTE

Ambulanter Pflegedienst der Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim

Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3707356
E-Mail: buero@nbh-ush.de
Internet: www.nbh-ush.de

Caritas Ambulanter Pflegedienst München Nord/Schleißheim/Garching

Anschrift: Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3, 80937 München
Telefon: 089 31606320
E-Mail: ambulante-pflege-nord-schleissheim-garching@caritasmuenchen.org
Internet: www.caritas-ambulanter-pflegedienst-muenchen-nord.de

Joyce Pflege team

Anschrift: Landshuterstraße 20-22, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 37066942
E-Mail: info@joyce-pflegeteam.de
Internet: www.joyce-pflegeteam.de

Im näheren Einzugsbereich:

AVZ Ambulanter Pflegedienst

Anschrift: Hauptstraße 17, 85778 Haimhausen
Telefon: 08133 939300
E-Mail: info@avz-pflegeteam@web.de
Internet: www.avz-pflegeteam.de

Mobile ambulante Krankenpflege Hannelore Siegl

Anschrift: Mittenheimer Straße 5, 85764 Oberschleißheim
Telefon: 089 3153212
E-Mail: pflege-schleissheim@t-online.de
Internet: www.pflege-schleissheim.de

SEELSORGE

Evangelische Kirchengemeinde Schleißheim-Haimhausen

Anschrift: Alleestraße 57 a, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3102114
E-Mail: pfarramt.unterschleissheim@elkb.de
Internet: www.unterschleissheim-evangelisch.de

Pfarrverband Unterschleißheim – St. Ulrich und St. Korbinian Pfarrei St. Ulrich

Anschrift: Im Klosterfeld 14, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3104615
E-Mail: buero@st-ulrich-ush.de
Internet: www.st-ulrich-ush.de

Pfarrei St. Korbinian

Anschrift: Bezirksstraße 25, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3218480
E-Mail: st-korbinian.lohhof@erzbistum-muenchen.de
Internet: www.korbinian.de

DITIB Türkisch – Islamische Gemeinde Unterschleißheim e.V.

Anschrift: Andreas-Danzer-Weg 32, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 32120330
E-Mail: 1812.vorstand@ditib-by-s.de



SPORT UND BEWEGUNGSANGEBOTE

AWO Begegnungszentrum für Senioren

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

Berg- und Wanderfreunde Lohhof e.V.

Günther Möchel (1. Vorsitzender)
Anschrift: Nördliche Ingolstädter Straße 21, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 0176 72215265
E-Mail: Berg-und-Wanderfreunde-Lohhof@t-online.de
Internet: www.berg-und-wanderfreunde-lohhof-ev.de

Sportverein Lohhof e. V. – Geschäftsstelle

Anschrift: Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101590
E-Mail: verwaltung@svlohhof.de
Internet: www.svlohhof.de

Sportverein Lohhof e. V. – Präventions- und Rehabilitationssport

Anschrift: Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101590
E-Mail: gesundheitssport@svlohhof.de
Internet: www.svlohhof.de/gesundheitssport

Sportverein Lohhof e. V. – Herzgruppe

Anschrift: Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3101590
E-Mail: herzgruppe@svlohhof.de
Internet: www.svlohhof.de/herzgruppe

Volkshochschule im Norden des Landkreises München e.V.

Geschäftsstelle Unterschleißheim
Anschrift: Landshuter Straße 20-22, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 55051790
E-Mail: info@vhs-nord.de
Internet: www.vhs-nord.de

VERPFLEGUNG / ESSEN AUF RÄDERN

AWO Begegnungszentrum für Senioren

„Senioren-Mittagstisch“

Anschrift: Pegasusstraße 18, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3107461
E-Mail: begegnungszentrum.unterschleissheim@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

„Essen auf Rädern“ Frischkost- und Tiefkühlkost

Anschrift: Alexander-Pachmann-Straße 40, 85716 Unterschleißheim
Telefon: 089 3707356
E-Mail: buero@nbh-ush.de
Internet: www.nbh-ush.de

Aus der Region:

BRK Kreisverband München „Essen auf Rädern“

Bayerisches Rotes Kreuz
Anschrift: Perchtinger Straße 5, 81379 München
Telefon: 089 2373140
E-Mail: EAR@brk-muenchen.de
Internet: www.brk-muenchen.de/angebote/alltagshilfen/essen-auf-raedern.de

Malteser Hilfsdienst gGmbH, Bezirk München

Essen auf Rädern und Mahlzeitenpatenschaften
Anschrift: Bahnhofstraße 2 a, 82166 Gräfelfing
Telefon: 089 858080200
E-Mail: malteser.graefelfing@malteser.org
Internet: www.malteser-bistum-muenchen.de



WOHNEN

Wohnungen der Stadt Unterschleißheim

Bauamt, Abt. Liegenschaften

Frau Kuhn

Telefon: 089 31009351

E-Mail: liegenschaft@ush.bayern.de

Internet: www.unterschleissheim.de

Gemeinnützige Paritätische Altenhilfe GmbH Unterschleißheim

„Haus am Valentinspark“, Pflege- und Seniorenzentrum

Anschrift: Monikaweg 3, 85716 Unterschleißheim

Telefon: 089 3178520

E-Mail: valentinspark@paritaet-bayern.de

Internet: www.valentinspark.de

Betreutes Wohnen, Wohnanlage Monikaweg 3

(11 Wohnungen über dem Pflege- und Seniorenzentrum)

Anschrift: Monikaweg 3, 85716 Unterschleißheim

Telefon: 0811 99959590

E-Mail: info@fw-immoverwaltung.de

Internet: www.fw-verwaltung.de

Anschrift Vermieter: FW Immobilienverwaltungs GbR

Rathausplatz 3

85399 Hallbergmoos

Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen

Wohnberatung und Wohnungsanpassung

Anschrift: Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen | Stadtteilarbeit e.V.

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

Telefon: 089 3570430

E-Mail: info@komz-wohnen.de

Internet: www.komz-wohnen.de ⇒ Bitte vorherige Terminvereinbarung!

BEINANDER e.V. Wohnen für Hilfe

Anschrift: Leonrodstraße 14 b, 80634 München

Telefon: 089 1392841920

E-Mail: wfh@beinander.org

Internet: beinander.org

“NETTE TOILETTE” - FREIE TOILETTENNUTZUNG IN TEILNEHMENDEN EINRICHTUNGEN



Das Konzept der „Netten Toilette“ basiert auf der Bereitschaft von Gastronomiebetrieben und anderen Einrichtungen, ihre Gästetoiletten der Allgemeinheit unentgeltlich zugänglich zu machen. Dies soll es den BürgerInnen ermöglichen, ohne Verzehrzwang die Toiletten in Gaststätten oder andernorts aufzusuchen. Zur Abdeckung des höheren Material- und Reinigungsaufwandes zahlt die Stadt den Einrichtungen eine monatliche Entschädigung.

Aktuell können Sie folgende Einrichtungen während der Öffnungszeiten nutzen:

Städtische/soziale Einrichtungen

- Freizeitbad AquariUSH
 - Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e. V.
 - Begegnungszentrum für Senioren
 - Waldfriedhof
 - Friedhof Nelkenstraße
- Hartmut-Herrmann-Weg 2
Alexander-Pachmann-Straße 40
Pegasusstraße 18
am Münchner Ring

Gaststätten

- Imbiss Grillpfanne
 - Heidestub'n
 - Café Cabalou
 - Parkgaststätte
 - Restaurant Athene
 - Drei Linden
 - Restaurant Sahaj
 - Bäckerei Backstern
 - Zum Mooser (Vereinsgaststätte Riedmoos)
 - B3 Gastronomie
 - Freetz
 - Onassis
 - Lenny's Pilsbar
- Edisonstraße 9
Heidestraße 16
Siedlerstraße 31
Stadionstraße 1
Max-Planck-Straße 7
Bezirksstraße 42
Carl-von-Linde-Straße 13-15
Maxfeldhof 5
Zum Hirschdamm 3
Sportplatzstraße 16 c
Weihenstephaner Straße 2 A
Rathausplatz 8
Alexander-Pachmann-Straße 1

Sonstige

- Capitol-Kino
 - Rewe Supermarkt
 - Kaufland
- Alleestraße 24
Emmy-Noether-Ring 38
Andreas-Danzer-Weg 2

Anmerkung

Alle Teilnehmer sind in der App Nette Toilette <http://app.die-nette-toilette.de> mit Hinweisen auf die Öffnungszeiten und auf Behindertengerechte WC's verzeichnet.

BEIRAT FÜR SENIOREN



Der Beirat ist Anlaufstelle und Interessenvertretung für alle älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger in Unterschleißheim und vertritt deren Interessen gegenüber der Stadtverwaltung und dem Stadtrat - unabhängig von politischen, konfessionellen oder verbandsgebundenen Neigungen.

Vorsitzende

Frau Sonja Lehnert
Telefon: 0160 95382281
E-Mail: sonja.lehnert@gmx.de

Seniorenbeauftragte und stellv. Vorsitzende

Frau Ruth Scherr
Telefon: 089 3101703
E-Mail: ruth.scherr@gmx.de

WEITERE ANSPRECHPARTNER

Rathaus, Stadt Unterschleißheim

Anschrift: Rathausplatz 1, 85716 Unterschleißheim
Internet: www.unterschleissheim.de

Information & Bürgerbüro

Telefon: 089 310090
E-Mail: buergerbuero@ush.bayern.de

Sachgebiet 34, Koordinationsstelle Seniorenarbeit

Telefon: 089 31009261
E-Mail: soziales@ush.bayern.de

Sozialamt: Sozial- und Rentenwesen, Sozialwohnungen

Telefon: 089 31009 -169, -181, -235
E-Mail: sozialamt@ush.bayern.de

Sozialreferenten der Stadt:

Frau Dr. Birte Bode, (Stadträtin, SPD)

Telefon: 0177 5789204
E-Mail: bbode@ush.bayern.de

Herr Stefan Krimmer (Stadtrat, CSU)

Telefon: 0151 23018275
E-Mail: skrimmer@ush.bayern.de

Frau Lissy Meyer (Stadträtin, Bündnis90/Die Grünen)

Telefon: 089 3104802
E-Mail: lmeyer@ush.bayern.de

ÜBERÖRTLICHE ANGEBOTE

Alzheimer Gesellschaft e.V., Landkreis München

Anschrift: Hauptstraße 42, 82008 Unterhaching

Telefon: 089 66059222

E-Mail: kontakt@aglm.de

Internet: www.aglms.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband Bayern e. V.

Fachstelle für pflegende Angehörige Landkreis München

Frau Erdinger

Anschrift: Mariahilfplatz 17, 81541 München

Telefon: 089 6221 2128

E-Mail: christine.erdinger@paritaet-bayern.de

Internet: www.muenchen.paritaet-bayern.de

Koordinationsstelle ambulant betreute Wohngemeinschaften in Bayern

Anschrift: Spiegelstraße 4, 81241 München

Telefon: 089 20189857

E-Mail: kontakt@ambulant-betreute-wohngemeinschaften.de

Internet: www.ambulant-betreute-wohngemeinschaften.de

GESUNDHEIT UND SELBSTHILFE

Auf der Homepage der Stadt Unterschleißheim können Sie sich über die vielfältigen Angebote zu den Themen Gesundheit und Selbsthilfe informieren. In dieser Rubrik finden Sie alle wichtigen AnsprechpartnerInnen und Angebote (Selbsthilfegruppen, Ärztinnen und Ärzte, Pflegedienste usw.), die Ihnen helfen, Ihr Wohlergehen so lange wie möglich zu erhalten.

www.unterschleissheim.de

⇒ Familie & Soziales & Bildung ⇒ Gesundheit und Selbsthilfe

NOTFALLMAPPE

Eine Notfallmappe ist vorgesehen für den Fall z. B. eines plötzlichen Herzinfarktes, eines Schlaganfalls oder auch eines schweren Unfalls, bei dem das Bewusstsein verloren wird und zumindest vorübergehend weder Auskünfte zur Person erteilt noch Entscheidungen getroffen werden können. Diese Notfallmappe enthält alle notwendigen Formulare zum Ausfüllen und kann beim Landratsamt München bestellt werden. Als Download finden Sie sie hier:

www.unterschleissheim.de

⇒ Familie & Soziales & Bildung ⇒ Rat & Hilfe ⇒ Notfallmappe

Landratsamt München

Anschrift: Mariahilfplatz 17, 81541 München

Telefon: 089 6221 0

E-Mail: poststelle@lra-m.bayern.de





NOTRUFNUMMERN

Feuerwehr	112
Notarzt/Rettungshubschrauber	112
Rettungsdienst/Krankentransport	112
Polizei Notruf	110
Polizei Oberschleißheim PI 48	089 315640
Sonstige Notrufe	
Apotheken-Notdienst	0800 0022833
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	0180 5191212
Frauen-Notruf	089 763737
Giftnotruf	089 19240
Spernotruf bei Verlust von Kredit- und EC-Karte (gebührenfrei)	116 116
Zahnärztlicher Notdienst München	089 7233093
Zentraler Privat-Zahnärztlicher Notdienst (ZPN)	0180 5996363
Sonstige Rufnummern	
Telefonseelsorge evangelisch (gebührenfrei)	0800 1110111
Telefonseelsorge katholisch (gebührenfrei)	0800 1110222
Störungsmeldestellen	
E.ON Bayern AG	089 370020
Gas (Stadtwerke München)	089 153016 oder 089 153017
Stadtwerke Unterschleißheim Wasserversorgung (Wasserrohrbruch)	089 31009241
Stördienst Rohrbrüche	089 66203
Strom Störungsbehebung	0941 28003366

Weitere Notrufnummern unter
www.unterschleissheim.de ⇒ Familie & Soziales & Bildung ⇒ Rat & Hilfe ⇒ Notrufe

Herausgeber

Stadt Unterschleißheim
Rathausplatz 1, 85716 Unterschleißheim
E-Mail: stadt@ush.bayern.de
Internet: www.unterschleissheim.de

Redaktion

- Beirat für Senioren
- Stadt Unterschleißheim, Sachgebiet 34, Koordinationsstelle Seniorenarbeit

Dieser Wegweiser wurde mit bestem Wissen und größtmöglicher Sorgfalt zusammengestellt. Für die Qualität und Leistungsfähigkeit der aufgeführten Einrichtungen und Dienste wird keine Gewähr übernommen.

Falls Ihnen in dieser Broschüre etwas fehlt oder Sie konstruktive Vorschläge für Verbesserungen haben, würden wir uns sehr freuen, wenn Sie uns eine kurze Rückmeldung an folgende E-Mail geben würden: soziales@ush-bayern.de

Bilder:

Deckblatt Senioren: ©Bildagentur PantherMedia /Arne Trautmann
S. 11 ©Bildagentur PantherMedia /Olaf Karwisch
S.7, S.14, S.15, S.19: ©Bildagentur Pixabay
S.17: Nuria Garcia

Stand: Dezember 2023

4. Auflage