Senioren-Mappe

Ihr verlässlicher Wegweiser für ein sicheres, würdevolles Leben zuhause in München



In Kooperation: Pflegeservice München e.V. & Münchner Pietät

Inhalt

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

PFLEGESERVICE MÜNCHEN E.V.

Über diese Mappe 03
Über uns & Leitbild 04
Ambulante Pflege zuhause 05
Demenz-Wohngruppen 06

RATGEBER FÜR ZUHAUSE

Sicher zuhause unterwegs 07
Gut vorgesorgt 08

UNSERE PARTNER

Retla – Telefon-Engel 09
Oberländer Apotheke 10
Vosstec – Haustechnik & Elektro 12
Mobile Fußpflege Natalie Ambrose 13
Senioren-Café am Romanplatz 14
Kasia Tyrka – Trauerrednerin 15
Trauerfloristik Christoph Anzer 16
Münchner Pietät – Bestattung 18

FAHRMAPPE MÜNCHEN

Wichtige Kliniken 20
So planen Sie Ihre Fahrt 21
Partner-Standorte 22

ZUM ABSCHLUSS

Dankeschön 23

WILLKOMMEN

Über diese Mappe

Liebe Leserin, lieber Leser,

diese Mappe ist Ihr persönlicher Wegweiser für ein **sicheres, selbstbestimmtes Leben zuhause in München.**
Wir vom **Pflegeservice München e.V.** haben verlässliche Partner aus der Region für Sie zusammengestellt – von der Apotheke über Fahrdienst und Haustechnik bis zu Hilfsmitteln und einfühlsamer Begleitung.

So ist diese Mappe aufgebaut

Den **Anfang macht der Pflegeservice München e.V.** mit ambulanter Pflege und unseren Demenz-Wohngruppen. Es folgen **unsere Partner für den Alltag** – Apotheke, Fahrdienst, Haustechnik & Elektrik, Schlüsseldienst, Hilfsmittel und ein geselliges Senioren-Café.
Den **Abschluss bildet die Münchner Pietät** als würdevolle Begleitung am Lebensende. Ganz am Ende finden Sie die **Fahrmappe München** mit den wichtigsten Haltestellen zu Kliniken und zu allen Partnern.

Ihre Vorteile auf einen Blick

- Alle wichtigen Partner an einem Ort – geprüft und empfohlen
- Persönliche Ansprechpartner statt langer Suche
- Unterstützung im Alltag – zuhause und unterwegs
- Begleitung in jeder Lebensphase – mit Herz und Verlässlichkeit

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

Pflegeservice München e.V.



Unser Leitbild

„Die Pflege von Menschen ist kein Beruf, sondern eine Berufung.“
Seit 2001 begleiten wir als **gemeinnütziger ambulanter Pflegedienst** Menschen in und um ganz München – mit Alten- und Krankenpflege zuhause und unseren Demenz-Wohngruppen. Uns leiten Wertschätzung, Empathie und Fürsorge ebenso wie Würde, Selbstbestimmung und echte Zeit für den Menschen.

Unsere Standorte in München - kommen Sie vorbei!

- **Laim**
  Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
- **Altperlach**
  Sebastian-Bauer-Straße 3 · 81737 München
- **Neuhausen-Nymphenburg**
  Romanstraße 70 · 80639 München

UNSERE LEISTUNG

Ambulante Pflege zuhause

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege



Pflege in den eigenen vier Wänden

Als erfahrener **ambulanter Pflegedienst** versorgen wir Sie zuverlässig zuhause – im gesamten Münchner Stadtgebiet und ohne Wartezeit. Unsere examinierten Pflegekräfte nehmen sich die Zeit, die gute Pflege braucht.

Das leisten wir für Sie

- Häusliche Kranken- und Behandlungspflege
- Grund- und Körperpflege / Altenpflege zuhause
- 24-Stunden-Rufbereitschaft, rund um die Uhr
- Pflegeberatung nach § 37 Abs. 3 SGB XI
- Verhinderungs- und Kurzzeitpflege
- Beratung und Entlastung für Angehörige

Pflegeservice München e.V.

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München

Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

Demenz-Wohngruppen

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege



Ein Zuhause, kein Heim

In unseren **ambulant betreuten Wohngruppen** leben Menschen mit Demenz in kleiner, familiärer Gemeinschaft – geborgen und rund um die Uhr begleitet. Hier zählt der Mensch, nicht die Krankheit.

Das macht unsere Wohngruppen besonders

- Kleine, familiäre Wohngruppen mit eigenem Zimmer
- Betreuung durch Fachkräfte rund um die Uhr
- Selbstbestimmter Alltag im eigenen Rhythmus
- Gemeinsames Leben: Garten, Marktplatz, Gemeinschaftstisch
- Lebenslanges Bleiberecht für alle Bewohner:innen
- Enge Einbindung der Angehörigen im eigenen Gremium

Pflegeservice München e.V.

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

Sicher zuhause unterwegs

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

Die meisten Stürze passieren im eigenen Zuhause – und viele lassen sich mit wenigen Handgriffen vermeiden.
Mobil bleiben ist das Ziel, nicht Stillsitzen.

Checkliste für Ihr Zuhause

- Stolperfallen entfernen: lose Teppiche, Kabel, Läufer
- Für gute Beleuchtung sorgen – nachts ein Nachtlicht im Flur
- Haltegriffe in Bad und WC anbringen
- Rutschfeste Matten in Dusche und Wanne
- Feste, geschlossene Hausschuhe mit gutem Halt
- Häufig Genutztes in greifbarer Höhe lagern
- Treppen mit Handlauf und markierten Stufen sichern
- In Bewegung bleiben – Kraft & Gleichgewicht stärken

Gut zu wissen: Bei Schwindel, Gangunsicherheit oder häufigen Stürzen bitte ärztlich abklären lassen.

Pflegeservice München e.V.
Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

RATGEBER · FÜR ZUHAUSE

Gut vorgesorgt

PFLEGESERVICE MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

Vorsorge nimmt schweren Momenten den Druck – für Sie und Ihre Angehörigen. Wer früh klärt, was zählt, bleibt selbstbestimmt und entlastet seine Liebsten.

Daran lohnt es sich zu denken

- Vorsorgevollmacht & Betreuungsverfügung festlegen
- Patientenverfügung schriftlich festhalten
- Wichtige Dokumente an einem Ort griffbereit
- Notfallkontakte gut sichtbar notieren
- Hausnotruf einrichten – Hilfe auf Knopfdruck
- Medikamentenplan aktuell halten
- Pflegegrad prüfen und beantragen
- Angehörige & Nachbarn einbeziehen

Sie wissen nicht, wo Sie anfangen sollen?
Wir beraten Sie gern persönlich – sprechen Sie uns einfach an.

Pflegeservice München e.V.

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

Telefon-Engel

RETLA
Lebensfreude im Alter





Ein Anruf gegen die Einsamkeit

Manchmal tut ein gutes Gespräch einfach gut. Die **ehrenamtlichen Telefon-Engel von Retla e.V.** schenken älteren Menschen regelmäßig Zeit, ein offenes Ohr und herzliche Gespräche – kostenlos und bequem von zuhause.
Ein Anruf, der den Tag heller macht und der Einsamkeit entgegenwirkt.

So einfach geht’s

- Regelmäßige Anrufe zu einer festen, vereinbarten Zeit
- Ehrenamtliche, einfühlsame Gesprächspartner
- Kostenlos und unverbindlich
- Einfach anrufen und anmelden

Liebe Seniorinnen und Senioren, wollen Sie ein gutes Gespräch?

Gleich bei den Telefon-Engeln anmelden: 089 18 91 00 26

Die Anmelde-Nummer ist von Montag bis Freitag zwischen 9 und 12 Uhr erreichbar. Es entstehen keine Mehrkosten, nur die normalen Telefongebühren

Oberländer Apotheke



Gemeinsam gut versorgt

Zwei Apotheken. Ein gemeinsamer Anspruch: eine zuverlässige Arzneimittelversorgung. Mit der **Oberländer Apotheke in Sendling** und der **Apotheke am Haderner Stern** in Hadern stehen wir für persönliche Beratung, pharmazeutische Kompetenz und eine zuverlässige Versorgung mit Arzneimitteln – mit einem besonderen Schwerpunkt auf der Zusammenarbeit mit dem Pflegeservice München e.V..

Pflege und Apotheke – Hand in Hand

Mit dem **Pflegeservice München e.V.** verbindet uns eine enge, eingespielte Zusammenarbeit. Benötigte Arzneimittel bestellt der Pflegedienst direkt bei uns; unsere Teams übernehmen die pharmazeutische Bearbeitung und Bereitstellung, sodass die Medikamente gesammelt abgeholt werden können. Für Patientinnen und Patienten bedeutet das: weniger Aufwand und eine Versorgung, bei der Pflege und Apotheke verlässlich ineinandergreifen.

Weiter auf der nächsten Seite: unsere Leistungen & beide Standorte

Leistungen & Standorte

Kurze Wege und direkte Ansprechpartner

Gerade bei regelmäßiger oder umfangreicher Medikation entstehen Rückfragen, Änderungen oder besondere Anforderungen. Durch die direkte Kommunikation zwischen Pflege und Apotheke lassen sich viele Anliegen schnell und unkompliziert klären – unsere Teams stehen den Pflegekräften als persönliche Ansprechpartner zur Seite.

Unsere pharmazeutischen Schwerpunkte

- **Arzneimittelversorgung & persönliche Beratung** – von der täglichen Versorgung bis zu Fragen zu Einnahme, Anwendung und Wechselwirkungen.
- **Medikationsanalyse & pharmazeutische Dienstleistungen** – strukturierte Betrachtung der gesamten Arzneimitteltherapie bei umfangreicher Dauermedikation.
- **Erfahrung mit besonderen Versorgungen** – u. a. Substitutionstherapie und Versorgung mit medizinischem Cannabis.

Apotheke am Haderner Stern

München-Hadern
Stiftsbogen 35

Oberländer Apotheke

München-Sendling
Daiserstraße 27





Zwei Standorte. Persönliche Ansprechpartner. Verlässliche Zusammenarbeit.

Mehr als Arzneimittel – zuverlässige Abläufe und gute Zusammenarbeit zwischen Apotheke, Pflege, Angehörigen und Praxen.

PARTNER · HAUSTECHNIK & ELEKTRO

Vosstec Services

Zuverlässige Technik rund ums Zuhause

Ein **familiengeführtes Team mit zwei Elektromeistern** kümmert sich zuverlässig um Elektro- und Haustechnik – von der Reparatur bis zur Wartung.

Ein persönlicher Ansprechpartner, auf den im Haushalt Verlass ist.



Das bietet Vosstec

- Elektroarbeiten durch geprüfte Elektromeister
- Instandsetzung & Wartung der Haustechnik
- Hausmeisterservice & Gebäudepflege
- Reinigungs- und Winterdienst
- Netzwerk aus Gewerkepartnern – alles aus einer Hand
- Persönlicher Ansprechpartner – schnell & flexibel

Vosstec Services · Andreas Voß

Ernst-Haeckel-Straße 79a · 80999 München

Tel. +49 151 17785587 · andreas.voss@vosstec-services.com

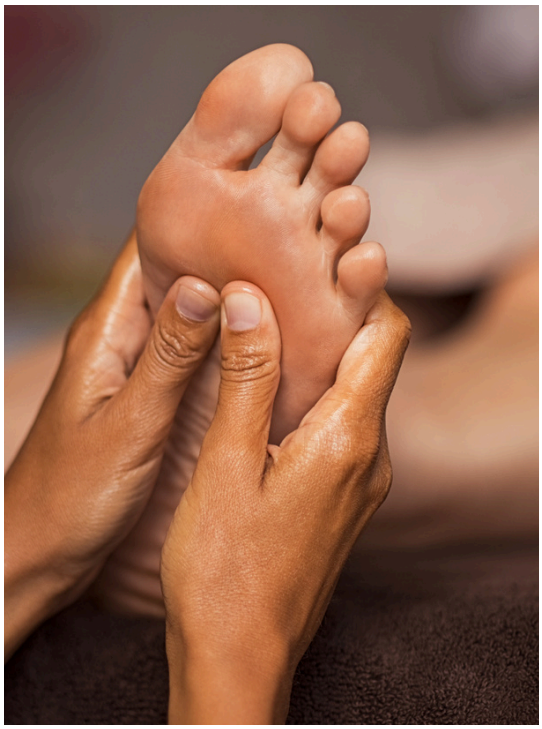
Mobile Fußpflege

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

Natalie Ambrose kommt zu Ihnen

Gesunde, gepflegte Füße tragen Sie durch den Alltag.

Natalie Ambrose ist **seit über 10 Jahren** mobile Fußpflegerin im Raum München – und kommt für Pflege und Entspannung **direkt zu Ihnen nach Hause.**



Das bietet Natalie Ambrose

- Mobile Fußpflege – wir kommen zu Ihnen nach Hause
- Über 10 Jahre Erfahrung im Raum München
- Fachgerechte, wohltuende Fußpflege
- Besonders schonend bei eingeschränkter Mobilität
- Preis je nach Behandlung ab 50 €
- Termine ganz einfach nach Vereinbarung

Termine nach Vereinbarung · Raum München
Tel. 0162 701 33 47

UNSER TREFFPUNKT · ESPRESSOTHEK

Senioren-Café

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

Jeden Mittwoch, 13:00 Uhr – Treffpunkt zum Austausch

Ein offener Treff für Senior:innen und Angehörige – zum Kennenlernen, Plaudern und Austauschen bei Kaffee und Kuchen, ganz ohne Anmeldung. Unser Pflegeservice-Büro ist direkt gegenüber, die Münchner Pietät nur wenige Schritte entfernt ums Eck.













Ein Treffpunkt zum Austausch

- Austausch unter Senior:innen und Angehörigen
- Gemütlich bei Kaffee und Kuchen am Romanplatz
- Bei Pflege- & Vorsorge-Fragen kommen wir & Münchner Pietät gern dazu

Espressothek Food Shop · Sevi Müller-Reiland

Romanstraße 81 · 80639 München (am Romanplatz)

Treff: mittwochs 13:00 Uhr · Tel. 089 10 11 96 67

PARTNER · TRAUERREDNERIN

Kasia Tyrka

Abschied nehmen mit Herz und Musik

Kasia Tyrka ist **freie Trauerrednerin und Sängerin.**

Mit Einfühlungsvermögen, Erfahrung und einem offenen Herzen begleitet sie Angehörige beim Abschiednehmen – und lässt einen geliebten Menschen in seiner ganzen Persönlichkeit noch einmal lebendig werden.



Was Kasia besonders macht

- Persönliche Trauerreden statt Worthülsen
- Begleitung mit Herz und Stimme – Musik, die berührt
- Mehrsprachig: Deutsch, Polnisch & Englisch
- Einfühlsame Begleitung der Angehörigen
- Würdevolle Abschiedsfeiern mit Raum für Erinnerung

„Persönlich, würdevoll – in der Sprache, die am nächsten ist.“

Kasia Tyrka · Freie Trauerrednerin & Sängerin

Tel. 0174 7420615 · in.liebe.kasia@gmail.com

Deutsch · Polnisch · Englisch · Großraum München & Freising

PARTNER · TRAUERFLORISTIK

Trauerfloristik & Grabschmuck






Ein letzter Blumengruß

Blumen sagen, wofür Worte fehlen. **Christoph Anzer** gestaltet **Grabschmuck** und **Trauerfloristik** individuell und mit viel Gefühl – als würdevollen, persönlichen Abschiedsgruß im Großraum München und Starnberg.

Unser Angebot

- Trauergestecke & Trauerkränze – individuell gefertigt
- Sargbouquet in Zusammenarbeit mit der Münchner Pietät
- Urnenschmuck für Feuer- und Seebestattung
- Grabgestecke als langlebige Alternative
- Trauerschleifen & -bänder mit persönlicher Inschrift
- Lieferung an alle großen Münchner Friedhöfe

Tel. 0176 8414 1069 · info@dekoration-inneneinrichter.de
Großraum München & Starnberg · dekoration-inneneinrichter.de

PARTNER · TRAUERFLORISTIK

Trauerfloristik & Grabschmuck

Impressionen







Blumen & Friedhöfe

Rosen, Lilien, Nelken, Hortensien, Pfingstrosen – in der Lieblingsfarbe oder nach den Blumen Ihres Menschen.

Lieferung u.a. an Wald-, West-, Nord-, Ost- und Neuen Südfriedhof – weitere Friedhöfe nach Absprache.

„In stiller Anteilnahme – wir sind in dieser Zeit für Sie da.“

Christoph Anzer · Trauerfloristik München

Tel. 0176 8414 1069 · info@dekoration-inneneinrichter.de

Großraum München & Starnberg · dekoration-inneneinrichter.de

Münchner Pietät

Die ganz persönliche Art der Bestattung



Wenn ein geliebter Mensch geht, zählt Menschlichkeit. **Monika Suder** und die **Münchner Pietät** begleiten Sie einfühlsam durch den Abschied – individuell, würdevoll und ganz nach den Wünschen Ihrer Familie.

Bestattung & Vorsorge

- Individuelle Trauerfeiern und persönliche Abschiednahme
- Bestattungsvorsorge – zu Lebzeiten klar geregelt
- Entlastung der Angehörigen in schweren Stunden
- Alle Formalitäten zuverlässig aus einer Hand





Münchner Pietät · Monika Suder

Notburgastraße 4 · 80639 München

Tel. 089 99 300 414 · Mobil 0172 898 44 44 · www.münchner-pietät.de

PARTNER · BESTATTUNG

Münchner Pietät

Unsere Leistungen

- Feuer-, Erd-, Baum-, See- & anonyme Bestattung
- Bestattungsvorsorge – zu Lebzeiten klar geregelt
- Individuelle Trauerfeiern & persönliche Abschiednahme
- Trauerbegleitung & Trauerhilfe – auch nach dem Abschied
- Überführung & Urnenversand, auch ins Ausland
- Bundesweite Bestattungen – wo immer der Sterbefall eintritt
- Beratung mehrsprachig & online (Tel., E-Mail, WhatsApp, Zoom)

Zwei Standorte für Sie da

Nymphenburg

Notburgastraße 4
80639 München
Tel. 089 99 300 414

Unterhaching

Hofmarkweg 12
82008 Unterhaching
Tel. 089 23 71 91 74







Wichtige Kliniken

Zu Klinik, Facharzt oder Reha – mit diesen Haltestellen kommen Sie entspannt ans Ziel.

Klinik & nächste Haltestelle

- **Rotkreuzklinikum München**
  Nymphenburger Str. 163 · Haltestelle Rotkreuzplatz (U1, Tram 12/20/21)
- **Krankenhaus Barmherzige Brüder**
  Romanstr. 93 · Haltestelle Romanplatz (Tram 12/16/17, Bus 51/151)
- **Klinikum Dritter Orden**
  Menzinger Str. 44 · Botanischer Garten / Maria-Ward-Str. (Tram 17)
- **München Klinik Schwabing**
  Kölner Platz 1 · U-Bahn Scheidplatz (U2/U3), Bus 140/141 bis Kölner Platz
- **München Klinik Neuperlach**
  Oskar-Maria-Graf-Ring 51 · U5 Neuperlach Zentrum, dann Bus 55/197/198
- **Klinikum Großhadern (LMU)**
  Marchioninistr. 15 · U6 Klinikum Großhadern (Endstation)
- **Klinikum rechts der Isar (TUM)**
  Ismaninger Str. 22 · Max-Weber-Platz (U4/U5, Tram 15/25)

Tipp: Die genaue Verbindung ab Ihrer Haustür finden Sie in der MVG-App oder unter mvg.de – gern helfen wir Ihnen auch persönlich weiter.

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

So planen Sie Ihre Fahrt

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

Gut geplant ist halb angekommen. Diese Angebote machen Bus & Bahn für Sie einfach – und sicher.

Ihre Fahrt – einfach gemacht

- **MVG-Fahrplanauskunft**
  Verbindung von Tür zu Tür – in der MVG-App oder unter mvg.de
- **Bus & Bahn Begleitservice München**
  Kostenlose persönliche Begleitung. Tel. 089 54 49 18 920 (Mo–Fr 9–16 Uhr)
- **Deutschland-Ticket & Ermäßigungen**
  Günstig durch ganz München – fragen Sie nach Senioren-Ermäßigungen
- **Lieber gefahren werden?**
  Fragen Sie uns nach einem Fahrdienst in Ihrer Nähe

Unsere Standorte & Apotheken

- **Pflegeservice Laim**
  Fürstenrieder Str. 165 · Tram 18 (Fürstenrieder Straße)
- **Pflegeservice Altperlach**
  Sebastian-Bauer-Str. 3 · Pfanzeltplatz (Bus) · Neuperlach Süd (S5/U5)
- **Pflegeservice Neuhausen-Nymphenburg**
  Romanstr. 70 · Haltestelle Romanplatz (Tram 12/16/17)
- **Oberländer Apotheke · Sendling**
  Daiserstr. 27 · Harras (U6, S-Bahn) · Margaretenplatz (Bus)
- **Apotheke am Haderner Stern**
  Stiftsbogen 35 · U-Bahn Haderner Stern (U6)

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

Partner-Standorte

So erreichen Sie unsere Partner vor Ort – mit der nächsten Haltestelle auf einen Blick.

Standort & nächste Haltestelle

- **Münchner Pietät – Nymphenburg**
  Notburgastraße 4, 80639 München
  Nächste Haltestelle: Schloss Nymphenburg (Tram 17)

- **Münchner Pietät – Unterhaching**
  Hofmarkweg 12, 82008 Unterhaching
  Nächste Haltestelle: S-Bahn Unterhaching (S3)

- **Christoph Anzer · Trauerfloristik**
  Frei-Otto-Straße 22, 80797 München
  Nächste Haltestelle: Leonrodplatz (Tram 12/20/21/29)

- **Espressothek Food Shop · Senioren-Café**
  Romanstraße 81, 80639 München
  Nächste Haltestelle: Romanplatz (Tram 12/16/17, Bus 51/151)

Tipp: Die genaue Verbindung ab Ihrer Haustür finden Sie in der MVG-App oder unter mvg.de – gern helfen wir Ihnen auch persönlich weiter.

ZUM ABSCHLUSS

Dankeschön

Diese Mappe ist mit viel Herz entstanden – damit Sie und Ihre Angehörigen sich zuhause gut aufgehoben, informiert und begleitet fühlen. **Für Ihr Vertrauen sagen wir von Herzen: Danke.**

Für unsere Leser:innen

Danke, dass Sie sich Zeit für diese Seiten nehmen. Wir hoffen, sie sind Ihnen im Alltag eine echte Hilfe – und ein Zeichen, dass Sie nicht allein sind.

Danke an die Münchner Pietät

Unser besonderer Dank gilt Monika und dem ganzen Team der Münchner Pietät für die starke Kooperation, das Vertrauen und die herzliche Unterstützung.

Gestaltung & Konzept

Diese Mappe wurde mit Sorgfalt zusammengestellt von Chiara Butorac, Pflegeservice München e.V.

Herzlichst – Ihr Team vom Pflegeservice München e.V. & Münchner Pietät.

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Tel. 089 71 000 810 · mail@pflegeservice.org · www.pflegeservice.org

HAND IN HAND FÜR SIE

Gemeinsam an Ihrer Seite – ein Leben lang.

Ob Pflege und Begleitung im Alltag oder ein würdevoller Abschied – gemeinsam sind wir für Sie und Ihre Liebsten da.

IN KOOPERATION

PFLEGESERVICE
MÜNCHEN e.V.
Verein für ambulante Kranken - und Altenpflege

MÜNCHNER PIETÄT
MP
Die ganz persönliche Art der Bestattung

Pflegeservice München e.V. · **Münchner Pietät**

www.pflegeservice.org · www.münchner-pietät.de