

# Quadratisch werden miteinander

erscheint 6x im Jahr  
Ausgabe Februar / März 2025

## Das Generationenbüro z´Dirling Quartiersmanagement in der Seniorenarbeit

Grüß Gott miteinander

Ich hoffe, dass ihr alle gut und gesund in das Neue Jahr gestartet seid. :-)  
Ihr kennt das wahrscheinlich, dass jeder Jahreswechsel Veränderungen mit sich bringt. Im Außen genauso wie im eigenen Leben. Was dieses Jahr auf jeden Fall für mich prägen wird, ist, dass meine Mutter 90 Jahre alt wird. Ein gesegnetes Alter, denn statistisch gesehen wird nur unter 1% der Menschen in Deutschland 90 Jahre alt.

Hier für das Informationsblatt zum guten, gemeinsamen Älter werden, gibt es auch eine kleine Änderung. Ihr habt dieses Quadrat mit der schwarz-weißen Oberfläche bestimmt schon entdeckt: Es ist ein QR-Code. „QR“ heißt „Quick Response“, also schnelle Antwort.

Der QR-Code kann mit jedem Smartphone gescannt/fotografiert werden und führt euch damit sofort zur Webseite des Generationenbüros z´Dirling. Dort findet ihr immer die aktuellen Informationen für Seniorinnen und Senioren. Da diese Seiten hier ja erst in Druck gehen, bevor sie auf die Homepage gestellt werden, ist das leider nicht der Code für jedes neue Blatt. Aber wer weiß, vielleicht wird das die Änderung für das kommende Jahr. :-)

Eure *Bettina* (Kolbeck)





## Pflege-ABC

### Haushaltshilfe erhalten und bezahlen - mit oder ohne Pflegegrad

Das erste, was im Alter zunehmend beschwerlich wird, ist die - meist umfangreiche - Haushaltsführung. Dazu gehört das Einkaufen und der Garten ebenso wie das Sauber machen im Haus und ggf kleinere Reparaturen.

Die Erfahrung zeigt, dass Haushaltshilfen sehr rar sind; vor allem solche, die man als „Perle“ bezeichnen würde. Ich zeige hier Möglichkeiten auf, wie eine Haushaltshilfe beantragt und finanziert werden kann.

Dazu gibt es mehrere Möglichkeiten.

- **Menschen mit Pflegegrad** können das Pflegegeld oder den Entlastungsbetrag einsetzen.
- **Menschen ohne Pflegegrad** haben unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf Zuzahlungen von der Krankenkasse.
- Kosten für eine Haushaltshilfe werden als **haushaltsnahe Dienstleistungen** von der Steuer begünstigt.

Wer einen **Pflegegrad** hat, kann das Pflegegeld (**347–990 €/Monat**) nutzen, um eine Haushaltshilfe zu finanzieren. Beim Pflegegeld handelt es sich um eine Zahlung der Pflegekasse, die allen mit Pflegegrad 2 bis 5 zusteht, die zu Hause von Angehörigen/Ehrenamtlichen gepflegt werden. Es kann selbst entschieden werden, wofür es ausgeben wird, solange es dazu dient, die Pflege und die Versorgung zu Hause sicherzustellen.

Menschen mit Pflegegrad 1 bis 5 steht zusätzlich der Entlastungsbetrag (**131 €/Monat**) zur Verfügung. Den Entlastungsbetrag gibt es nicht automatisch. Betroffene müssen Belege bei der Pflegekasse einreichen/einreichen lassen, um die Ausgaben erstattet zu bekommen.

Auch für Menschen, die **keinen Pflegegrad** haben, gibt es unter Umständen Anspruch auf eine Haushaltshilfe (§ 38 SGB V). Der Anspruch wird über den Hausarzt geltend gemacht.

Und zwar, wenn der eigene Haushalt nicht geführt werden kann wegen

- einer schweren Krankheit oder einer akuten Verschlimmerung einer Krankheit, besonders
  - nach einem Krankenhausaufenthalt
  - nach einer ambulanten Operation oder
  - nach einer ambulanten Krankenhausbehandlung.
- Ebenso gilt dieser Anspruch für Pflegende Angehörige, die aufgrund eines Unfalls/einer Operation/einer Krankenhausbehandlung die **Pflege zu Hause vorübergehend nicht übernehmen** können.

Der Anspruch gilt nur, wenn kein Pflegegrad vorliegt und keine andere Person im Haushalt lebt, die diesen führen kann (! **Die zu Pflegenden sind hier nicht gemeint!**). Der Anspruch ist auf einen Zeitraum von vier Wochen begrenzt. Der Versicherte trägt hierbei 10% der Kosten (mindestens 5 €, maximal 10 €/Tag) selbst als Eigenbeteiligung.

Zu **haushaltsnahen Dienstleistungen** zählen sowohl Haushaltshilfen als auch ambulante Pflegedienste (!). Die Ausgaben können in der Steuererklärung geltend gemacht werden.

*Bewegung miteinander* .....  
**Kurs „Trittsicherheit“ startet am 02.04.2025 im Pfarrsaal**



Auch der Kurs „Trittsicher durchs Leben“ wird mit Maria Langlechner im neuen Jahr fortgesetzt.

Start ist am 02.04.2025, um 09:30 Uhr im Pfarrsaal in Tyrlaching.

Dauer: 6x, Kosten: 75,-€, erstattungsfähig.

**Anmeldung** bitte bis 21.03.2025 bei Ursula Kamm (bevorzugt, 08623/987670) oder im Generationenbüro z´Dirling (0173/4284584).



## Rückschau Seniorenausflug

Moyerhof in Aschau am Inn am 28.11.2024

Schöne, vorweihnachtliche Dekoration liess so manches Herz im Moyerhof höher schlagen. Und der Kuchen war auch lecker!



## Rückschau zur Adventfeier ..... Seniorenadventfeier am 14.12.2024 wieder gut besucht



Jedes Jahr freut sich das Seniorenteam Tyrlaching auf die Adventfeier für die Senioren. Es wird zu Hause fleißig gebacken, die Deko selbst gebastelt und im Vorfeld natürlich ein schönes, erbauliches Programm festgelegt.

Dieses Jahr gab es lustige und besinnliche G'schicht'n von Rosa Passauer, Andrea Unterhitzberger und Rosa Blech. Die Musi (Gesang und instrumental) übernahmen zwei Frauen: Theresa Wimmer und ihre Kollegin Gonhild Fröhlich. Einige Lieder waren so richtig zum Mitsingen.

Auch dieses Jahr gab es ein kleines Präsent für alle Anwesenden.







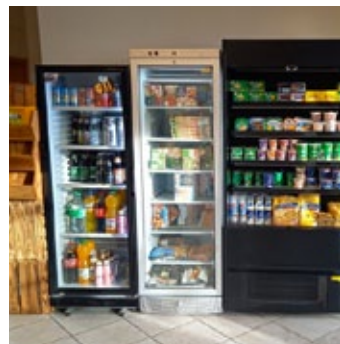
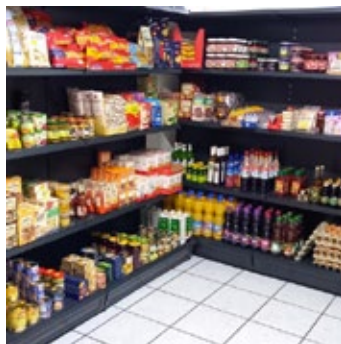
## Rückschau „Aufsperr-Festl“ .....

**Dirlinger Dorfkramer feierte Neueröffnung am 04.01.2025**

Neugierig sind alle Menschen. Und das ist auch gut so. Denn sonst wären Martin Huml und seine Verkäuferinnen am ersten Samstag im Neuen Jahr zur Neueröffnung des Dorfkramers ziemlich allein dagestanden.

Die Öffnungszeiten sind: Dienstag & Mittwoch 06:00-14:00 Uhr, Donnerstag & Freitag 06:00-18:00 Uhr, Samstag 06:00-12:00 Uhr

Es gibt alles für die Brotzeit, Sitzgelegenheiten zum Miteinander Ratschen, mit oder ohne Kaffee. Fleisch, Wurst, Käse, frisches Obst und Gemüse, genauso wie Milchprodukte und Getränke erhält man beim Dorfkramer.



## Gemeinwohlorientierter Kaffee .....

### PAMOJA - Direktester Weg vom Erzeuger zum Verbraucher



PAMOJA ist Swahili und bedeutet „gemeinsam“. Swahili wird in Kenia, einem afrikanischen Land mit Kaffee-Anbau gesprochen. Peter Gokus wohnt seit einigen Jahren in Tyrlaching. Er ist Initiator des Projektes und der Marke PAMOJA Gemein.gut KAFFEE, das es in der jetzigen Form seit 2017 gibt. Ziel der Vermarktung dieses Kaffees ist, dass die Erzeuger fair und direkt für ihr Produkt bezahlt werden. Es gibt nur tatsächlich notwendige Zwischenhändler (wie z.B. die Kaffeerösterei), so dass auch der Verbraucher von einem günstigeren Kaffee-Preis/Kg profitieren kann. Im Einzelpack wirkt sich das kaum aus; sobald sich mehr Menschen zusammen tun, d.h. ab 6 Packungen, lohnt sich der Preis auch für den Verbraucher. Hier greift wieder „Pamoja“ - **gemeinsam**. Im Dirlinger Dorfkramer steht der Kaffee in verschiedenen Sorten im Regal.

## Im Alltag flexibel unterstützen .....

### 1-Tages-Schulung Ehrenamtlich Tätige Einzelperson, 13.02.2025

Das Landratsamt Altötting bietet eine eintägige Schulung für Menschen an, die in ihrer Nachbarschaft flexibel oder regelmäßig ältere Menschen mit Pflegegrad im Alltag unterstützen möchten.

Die Unterstützung wird als „**Alltagsbegleitung**“ bezeichnet, und kann sehr vielfältig sein: Fahrten zum Arzt, Unterstützung beim Einkauf, im Haushalt. Menschen, die diese Schulung absolviert haben, können die **Zeit** dafür **direkt mit der Pflegekasse abrechnen**.

**Nähere Informationen gibt es bei Bettina Kolbeck (s. S. 8).** Am 30.01.2025 gibt es dazu eine Informationsveranstaltung im Landratsamt Mühldorf.

Das Generationenbüro z' Dirling wird gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



## Aktivitäten - Übersicht & Hinweise .....

### Februar-März 2025

Schulung Ehrenamtlich tätige Einzelpersonen – Do. 13.02.2025, 09:00-16:00 Uhr, Mehrgenerationenhaus, Hillmannstr. 20, Altötting. Anmeldung erforderlich.

Faschingsfeier im Café Sonnseit'n – Di. 25.02.2025, 14:00-17:00 Uhr, Musik und Kindergarde „Flamingos“, Café Sonnseitn, Feichten

Digital-Café mit Elfi – Unterstützung der Silver Surfer, Do. 20.03.2025, 14:30-16:30 Uhr, Pfarrsaal

Pflegestützpunkt Vor Ort – Mi. 26.03.2025, 09:00-14:00 Uhr, Hauptstr. 11, 84558 Kirchweidach. Anmeldung bei Robert Meisner, 01520/8427 351

### VORANKÜNDIGUNG

Bewegung Miteinander' – Kurs „Trittsicher durchs Leben“, ab 02.04.2025, 6x Mittwochs, ab 09.30 Uhr, Kursgebühr 75,-€, erstattungsfähig

Bunter Seniorennachmittag der Gemeinde – Sa. 12.04.2025, 13:30-16:30 Uhr, abwechslungsreiches Programm mit Kaffee, Kuchen und Brotzeit im Bürgersaal

Seniorenmesse – Sa. 11.10.2025, in Feichten. **Mehr Info folgt!**



## Generationenbüro z' Dirling .....

Dienstag 15:00 - 18:00 Uhr

Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr *oder Mo.-Do. nach Vereinbarung*

Schulstraße 4, 84558 Tyrlaching

Telefon 08623 9856-16

Mobil 0173 428 4584

bettina.kolbeck@tyrlaching.de

*quad ord werd'n - miteinander*



**Generationenbüro**

z' Dirling

**Silbernetz** „einfach mal reden“

Täglich von 08:00 - 22:00 Uhr

Kostenfrei: 0800 4 70 80 90

**„Krisentelefon“** mit 24-Stunden-

Hotline: 0800 11 10 222

**Hausbesuche** gerne!

Bei Bedarf bitte melden.