



### Unterstützung finden, Entlastung erfahren, Wissen austauschen

#### Wir sind...

- eine Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige sowie
- eine Fachstelle für pflegende Angehörige.

in der Caritas München Nord  
Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3  
80937 München.

#### Sie erreichen uns

- per Telefon: (089) 31 60 63 10
- per Fax: (089) 31 60 63 25
- E-Mail: [fachundberatungsstelle@caritasmuenchen.org](mailto:fachundberatungsstelle@caritasmuenchen.org)

Montag-Freitag: 09.00-12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung



### Helpen Sie, damit wir helfen können

Wir sind ein kostenloses Beratungsangebot der Caritas. Für Spenden sind wir dankbar.

#### Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE 52 7002 0500 8850 0004 09

Stichwort: „Fach- und Beratungsstelle München Nord“

Weitere Informationen über uns finden Sie unter:

[www.pflegende-angehoerige-caritas-muenchen-nord.de](http://www.pflegende-angehoerige-caritas-muenchen-nord.de)

Die Einrichtungen werden gefördert von:



gefördert von der  
Landeshauptstadt 1, 2  
München  
**Sozialreferat**



Bayerisches Landesamt für  
Pflege



Hilfe im Alter und bei Pflegebedarf

# Caritas

Nah. Am Nächsten



Beratungsstelle für ältere Menschen  
und Angehörige<sup>1</sup>

Fachstelle für pflegende Angehörige<sup>2</sup>

Caritas München Nord



Mein Leben  
im Alter

08-2022 / 4307 / SVTh / Änderungen und Irrtümer vorbehalten / Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V. / Fotnachweis: Titel absolut/Fotolia, 5, 2 contrastwerkstatt/Fotolia, 5, 3 PeterMaszlen/Fotolia, 5, 4 GlobalStock/Stock, 5, 5 Scott Gressel/Fotolia, 5, 6 Herby Meseritsch Innsbruck/Fotolia



### Unterstützung finden

#### Sie benötigen Unterstützung bei ...

- der Organisation des Alltags
- Anträgen z.B. von Behörden
- der Suche nach entlastenden Diensten
- der Beschaffung von Hilfsmitteln
- der Bewältigung Ihrer persönlichen Situation

#### Wir bieten Ihnen ...

- persönliche Beratung
- Informationen zu sozialen, pflegerischen und finanziellen Fragen
- Zusammenarbeit mit Ämtern und Einrichtungen der Altenhilfe etc.



### Entlastung erfahren

#### Sie kümmern sich um Andere und möchten...

- auch Zeit für sich haben
- sich etwas von der Seele reden
- auch eigene Wünsche und Bedürfnisse (wieder) realisieren
- Menschen treffen, die in einer ähnlichen Situation stehen und sich mit diesen austauschen

#### Wir unterstützen Sie mit ...

- Gesprächskreisen für Angehörige<sup>2</sup>
- Helfer/innen (stundenweise)<sup>2</sup>
- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz<sup>2</sup>
- Postpaten<sup>1</sup>
- ambulanten Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz



### Wissen austauschen

#### Sie möchten mehr dazu wissen ...

Dann vereinbaren Sie einen Termin mit uns. Die Beratung ist

- kostenlos
- konfessionsunabhängig und für alle offen

Die Mitarbeiter/-innen unterliegen der Schweigepflicht.

#### Wir sind da für ...

- ältere Menschen<sup>1</sup>
- Pflegebedürftige<sup>1,2</sup>
- Bekannte, Verwandte und Nachbarn von hilfe- und pflegebedürftigen Personen<sup>1,2</sup>