



**Unterstützung finden  
Entlastung erfahren  
Wissen austauschen**

**Ihre Ansprechpartnerin /  
Ihr Ansprechpartner:**

Hilfe im Alter und bei Pflegebedarf



**Beratungsstelle für ältere Menschen  
und Angehörige  
Fachstelle für pflegende Angehörige**  
Caritas München Nord

**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 über  
(089) 31 60 63 10
- per Fax unter  
(089) 31 60 63 25

in der Regel zu folgenden Zeiten:

Montag - Freitag: 10-12 Uhr  
Montag - Donnerstag: 14-16 Uhr

**Email:**  
fachundberatungsstelle@  
caritasmuenchen.de

**Helfen 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.caritas-muenchen-nord.de](http://www.caritas-muenchen-nord.de)

Gefördert von:



gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



04.2018/407/nh/Änderungen und Irrtümer vorbehalten/ Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.; Fotonachweis: absolut/ Fotolia, S. 1 - contrastwerkstatt/ Fotolia, S.2 - PeterMaszlen/ Fotolia, S.3 - 000016000407XXX/ iStock, S.4

Mein Leben  
im Alter





## 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
- Helfer/innen (stundenweise)
- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz
- ambulanten Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz



## Wissen austauschen

### Sie möchten mehr dazu wissen ...

Dann vereinbaren Sie einen Termin mit uns. Die Beratung ist

- kostenlos und
- konfessionsunabhängig

Die Mitarbeiter/innen unterliegen der Schweigepflicht.

### Wir sind da für ...

- ältere Menschen
- Pflegebedürftige
- Bekannte, Verwandte und Nachbarn von hilfe- und pflegebedürftigen Personen