



# SENIOREN BROSCHÜRE

Seniorenbeirat der Stadt Penzberg

2020



**Grußwort  
Stefan Korpan,  
Erster Bürgermeister**



**Liebe Seniorinnen und Senioren,  
sehr verehrte Damen und Herren,**

mit der Neuauflage unserer Seniorenbrochüre wollen wir unseren älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern in unserer Stadt einen aktuellen Wegweiser durch Penzberg an die Hand geben. Dieses Heft soll eine Hilfe sein, sich in allen wichtigen Fragen des Alltags zurechtzufinden, sei es bei Behördengängen, beim Umgang mit sozialen Einrichtungen und anderen Organisationen oder auch bei Kultur- und Vereinsangeboten. Ich hoffe, dass es uns dabei gelungen ist, alle relevanten Bereiche zu berücksichtigen.

Bei offenen Fragen wenden Sie sich bitte an die jeweils angegebene Telefonnummer oder an die Stadtverwaltung. Hier wird Ihnen weitergeholfen. Hilfreich für uns wäre, wenn Sie uns zum Inhalt oder zur Gestaltung unserer Seniorenbrochüre Vorschläge machen, die wir dann bei einer weiteren Neuauflage berücksichtigen können.

An dieser Stelle möchte ich mich bei den Mitgliedern des Seniorenbeirates bedanken, die mit einem großen ehrenamtlichen Engagement diese neue Seniorenbrochüre erst möglich gemacht haben.

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, ich hoffe dieser Wegweiser kann Ihnen eine Hilfe im alltäglichen Leben sein. Er soll Sie aber auch einladen, an den hier aufgeführten Angeboten – sei es nun z.B. ein Seniorentanzabend oder die wöchentliche Seniorengymnastik – aktiv teilzunehmen.

Mit den besten Grüßen und bleiben Sie gesund!

Ihr

A handwritten signature in black ink that reads "Stefan Korpan". The signature is written in a cursive, flowing style.

Stefan Korpan  
Erster Bürgermeister



## **Grußwort des 1. Vorsitzenden Siegfried Höfler, Seniorenbeirat der Stadt Penzberg**

**Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,**

Sie sind, so wie wir vom Seniorenbeirat, inzwischen im Renten- oder Pensionsalter. Sie sind noch fit und können selber sportliche und gesellige Aktivitäten nach Ihren Vorlieben organisieren. Oder aber sie sind froh, wenn Sie Angebote finden, an denen Sie teilhaben können.

Diese Angebote finden Sie in unserer neu aufgelegten Seniorenbrochure. Für alle Bedürfnisse ist etwas dabei. Kommen Sie, packen Sie es an und machen Sie mit. Sie sind überall herzlich willkommen.

Besuchen Sie auch die regelmäßig stattfindenden Seniorenbeirats-sitzungen im Rathaus. Die Termine und die Tagesordnung werden in der Presse und im Veranstaltungskalender der städtischen Internetseite unter [www.penzberg.de](http://www.penzberg.de) veröffentlicht. Die Sitzungen sind öffentlich und wir nehmen gerne Ihre Anregungen und Wünsche mit auf. Sprechen Sie uns gerne an oder senden Sie eine E-Mail an [hoeflersigi1948@web.de](mailto:hoeflersigi1948@web.de)

Es grüßt Sie herzlich im Namen des Seniorenbeirates

Siegfried Höfler

## Inhaltsverzeichnis

Grußwort Stefan Korpan	S. 3
Grußwort Siegfried Höfler	S. 4
<b>I.</b> Angebote der Religionsgemeinschaften für Geselligkeit, Freizeit und Kontakte	S. 6
<b>II.</b> Angebote der Parteien, Organisationen und Vereine für Freizeit und Kontakte	S. 10
<b>III.</b> Angebote zu Sport/Gymnastik/Reha für Senioren	S. 16
<b>IV.</b> Angebote zum Tanzsport	S. 18
<b>V.</b> Weiterbildung	S. 20
<b>VI.</b> Hilfen zu Hause	S. 21
<b>VII.</b> Seniorenzentren und Hilfen außer Haus	S. 25
<b>VIII.</b> Beratungen in sozialen, Kranheits- und Rentenangelegenheiten, finanzielle Hilfen und Todesfall	S. 26
<b>IX.</b> Selbsthilfegruppen	S. 28
<b>X.</b> Hilfreiche Ratschläge	S. 30
Impressum	S. 31
Notruftafel	Rückseite

**Anmerkung:** Die Daten in der Seniorenbrochüren wurden erhoben ab Sommer 2019 bis Frühjahr 2020. Dann hat uns die Corona Krise erreicht.

Die Organisationen und Vereine haben ihre Angebote z. T. ausgedünnt, umorganisiert oder ganz abgesetzt. Wir hoffen, dass danach alles wie vorher wieder angeboten wird. Es kann natürlich zu Änderungen im Programm kommen. In diesem Fall ist es ratsam, Erkundigungen einzuholen unter der angegebenen Adresse und Telefonnummer oder auf der angegebenen Seite im Internet.

# Angebote der Religionsgemeinschaften für Geselligkeit, Freizeit und Kontakte (alle Angebote sind nicht konfessionsgebunden)

## Katholische Pfarrgemeinde Christkönig und U.L.F. v. Wladimir (Steigenberg)

**Pfarrbüro Sigmundstr. 18**

Tel. 9214-0

E-Mail: [pfarrbuero@christkoenig.de](mailto:pfarrbuero@christkoenig.de)

[www.christkoenig.de](http://www.christkoenig.de)

### ■ **Seniorenachmittag „Lieber gemeinsam als einsam“**

1. Montag im Monat, 14 Uhr,

Pfarrsaal U. L. F. v. Wladimir (Steigenberg)

Kontakt: Barbara Grolig, Tel. 9214-0

### ■ **Frauenbund: Altenclub**

2. Dienstag im Monat, 14 Uhr,

Pfarrzentrum Christkönig, Barbara-Saal

Kontakt: Renate Schneiderling, Tel. 9214-0

zusätzlich verschiedene Veranstaltungen, z.B. Seniorenturnen und  
1x pro Jahr Ganztagsfahrt / s. Presse

### ■ **Tanzabend: Finde zu Dir**

4. Mittwoch im Monat, 19.30 Uhr,

Pfarrzentrum Christkönig, Barbara-Saal

Kontakt: Anselma Probst, Tel. 9214-0

### ■ **Frauenbund Bibelkreis**

1x im Monat am Mittwoch, 19.30 bzw. 20 Uhr,

Pfarrzentrum Christkönig, Camara-Raum,

Kontakt: Pfarrer Bernhard Holz, Tel. 9214-0



■ **Lesecafe im Pfarrzentrum Christkönig**

Bücherei und Cafébetrieb mit Spiel- und Lesemöglichkeiten  
s. Presse

■ **Kolpingfamilie**

Im Pfarramt Christkönig, Sigmundstr. 18 liegt ein Flyer aus, der alle Angebote auflistet.

■ **Kolping-Stammtisch**

1x im Monat, 19 Uhr, verschiedene Lokale / s. Presse  
Kontakt: Manfred und Brigitte Urmann, Tel. 933914

■ **Kolping-Familie: Eine Stunde Zeit für mich**

1. Freitag im Monat, 16.30 - 17.30 Uhr,  
Pfarrzentrum Christkönig, Elisabeth-Raum,  
Kontakt: Michaela Fischer, Tel. 9214-0

■ **Kolping-Frauentreff**

2. Montag im Monat, 20 Uhr,  
Pfarrzentrum Christkönig, Camara-Raum,  
Kontakt: Karin Mooshammer u. Angelika Schmid, Tel. 9214-0

■ **Kolping-Walking-Gruppe**

mittwochs 8.30 - 9.30 Uhr, Treffpunkt Posten 10,  
Kontakt: Brigitte Schmieder, Tel. 9214-0  
alle Altersklassen



## Evangelische Martin-Luther-Kirche

**Pfarramt Karl-Steinbauer-Weg 6**

Tel. 932148

E-Mail: [pfarramt.penzberg@elkb.de](mailto:pfarramt.penzberg@elkb.de)

[www.penzberg-evangelisch.de](http://www.penzberg-evangelisch.de)

■ **Senioren-gymnastik-Tanzgymnastik**

dienstags, 10 - 11.00 Uhr, Evang. Gemeindehaus,

Kontakt: Frau Detlefs, Tel. 5720

■ **Frauenkreis**

1x monatlich, dienstags, 19 Uhr,

Kontakt: Edith Maas, Infos im Pfarrbüro unter Tel. 932148

s. Presse

■ **Gemeinde-und Seniorennachmittage**

Infos im Evang. Pfarrbüro unter Tel. 932148





## Islamische Gemeinde Penzberg

**Moschee an der Bichler Str. 15**

Tel. 932332

E-Mail: [islam-penzberg@gmx.de](mailto:islam-penzberg@gmx.de)

[www.islam-penzberg.de](http://www.islam-penzberg.de)

- Angebote siehe Flyer oder Homepage

## Angebote der Parteien, Organisationen und Vereine für Freizeit und Kontakte

## CSU

### ■ **Seniorenstammtisch**

1x monatlich, dienstags, 15 Uhr

im Restaurant Berggeist, Bahnhofstr. 47 / s. Presse

## SPD

### ■ **Seniorenstammtisch**

jeden 1. Montag im Monat, 16 Uhr (Sommerzeit), 15 Uhr (Winterzeit)

Restaurant Berggeist, Bahnhofstr. 47 / s. Presse

### ■ **Spielenachmittag**

jeden 1. Dienstag im Monat, 14 Uhr

Cafe Ahammer, Bahnhofstr. 26 / s. Presse

**andere Parteien** / s. Presse

## Herzogsägmühle

Tagesstätte Clubhaus Oase, Bahnhofstr. 35a, Tel. 08856 910843

Treffpunkt für Menschen in jedem Alter mit und ohne Behinderung,

siehe auch Flyer, ausliegend im Clubhaus

## Sozialverband VdK, Ortsverband Penzberg e.V.

Kontakt: Claudia Engel, Mobil: 0151 28972092 und

Hans-Werner Neumann, Tel. 9331

[www.vdk.de/ov-penzberg](http://www.vdk.de/ov-penzberg)

### ■ **Bingo Spielenachmittage** donnerstags, 14.30 Uhr

Veranstaltungsort: s. Presse

### ■ **Stammtisch** mittwochs, 14.30 Uhr

Veranstaltungsort: s. Presse (Mitgliedschaft erwünscht)

### ■ **Muttertags- und Herbstausflüge**

auch für Nichtmitglieder / s. Presse

### ■ **Fahrdienst** Tel. 82021



## Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Penzberg e.V. (AWO)



Friedrich-Ebert-Str. 9, Tel. 803907  
E-Mail: [ute.frohwein-sendl@awo-penzberg.de](mailto:ute.frohwein-sendl@awo-penzberg.de)  
[www.awo-penzberg.de](http://www.awo-penzberg.de)

### ■ **Seniorenclub:**

jeden 3. Mittwoch im Monat, 14 Uhr,  
im Josef-Boos-Heim, Josef-Boos-Platz 1,  
Kontakt: Heidi Blössl, Tel. 908616

### ■ **AWO-Stammtisch:**

samstags, 10.30 - ca. 12.00 Uhr,  
im „Genießer“, Rathauspassage, Friedrich-Ebert-Str. 9,  
Kontakt: Friederike Patzer, Tel. 2155

### ■ **Freizeitclub:**

jeden letzten Dienstag im Monat um 18 Uhr,  
Josef-Boos-Heim, Josef-Boos-Platz 1,  
Kontakt: Marianne Schlosser, Tel. 4631

### ■ **Strick- und Häkelkreis:**

jeden 3. Dienstag im Monat, 14 - 16 Uhr,  
Josef-Boos-Heim, Josef-Boos-Platz 1  
Kontakt: Christine Eisenmann-Blümke, Tel. 91771

### ■ **AWO Kleiderzentrale**

donnerstags: 14 - 17 Uhr,  
Josef-Boos-Heim, Josef-Boos-Platz 1

### ■ **Weitere Veranstaltungen und Projekte**

Muttertagsausflug, Tag der Älteren u.v.m.  
siehe Homepage AWO Penzberg: [www.awo-penzberg.de](http://www.awo-penzberg.de)  
Nichtmitglieder sind ebenso herzlich eingeladen!

## DAV-Senioren

1x monatlich am 2. Donnerstag, 14 Uhr  
Cafe Extra, Vordermeier 2,  
Planung von regelmäßigen leichten Wanderungen für Senioren

## Skatclub „Mit Vieren“

Kontakt: Lutz Nieland, Hochfeldanger 11, 83670 Bad Heilbrunn  
Tel. 08046 9353, E-Mail: lutz.nieland@hotmail.com

## Schach-Club Penzberg e.V.

Kontakt: Karl-Heinz Wallner, Christianstr. 6, Tel. 8030577 / s. Presse

## Das Reparatur-Café Penzberg

hat in der Regel jeden 3. Freitag im Monat zwischen 14:30 und 17:30 Uhr an der Christianstr. 8 (Räumlichkeiten des Vereins Werkraum) geöffnet.

Alles, was leicht dorthin gebracht werden kann und reparabel ist, sollte gemeinsam wieder in Gang gesetzt werden. z.B. Kleidung, kleine Möbel, elektrische Geräte, Fahrräder und vieles mehr. Spenden sind gerne willkommen. Bis auf eventuell benötigte Ersatzteile ist die Reparatur kostenfrei.

Infos gibt es bei der Vhs Penzberg, Tel. 3615 oder  
[www.vhs-penzberg.de/service/reparatur-cafe-penzberg](http://www.vhs-penzberg.de/service/reparatur-cafe-penzberg)



## Tauschzeit Loisachtal

jeden 2. Montag in Penzberg, Veranstaltungsort: s. Presse  
Termine abwechselnd,  
Kontakt: Christine Bacher, Tel. 08857 1814  
s. Homepage [www.tauschzeit-loisachtal.de](http://www.tauschzeit-loisachtal.de)  
Mitgliedschaft erforderlich

## Computersenioren

Kontakt: Herbert Preuß, Tel. 6391 oder Siegfried Höfler, Tel. 8883  
Gruppe im Aufbau, Interessierte bitte beim Seniorenbeirat melden





# Angebote zu Sport/Gymnastik/ Reha für Senioren



## **TSV 1898 Penzberg e.V.**

Geschäftsstelle: Karlstr. 38-40, 82377 Penzberg,  
Tel. 93092, E-Mail: [info@tsv-penzberg.de](mailto:info@tsv-penzberg.de)

[www.tsv-penzberg.de](http://www.tsv-penzberg.de)

Schnuppertraining derzeit nur nach Voranmeldung möglich.  
Trainingszeiten und Orte aufgrund der aktuellen Situation derzeit nur unter Vorbehalt.

### ■ **Senioren sport**

Kontakt: Frau Karin Sonnenstuhl, Tel. 9763

#### **Locker vom Hocker:**

Montag, 17 - 18 Uhr, bis November alte Turnhalle am Familienbad, ab November neue Turnhalle am Familienbad

#### **Seniorengymnastik:**

Montag, 18 - 19.30 Uhr, bis November alte Turnhalle am Familienbad, ab November neue Turnhalle am Familienbad

#### **Wohlfühlgymnastik:**

Freitag, 8.30 - 10 Uhr, Gymnastikraum beim Kino P

#### **Aquafit:**

Montag, 13.30 - 14.30 Uhr,  
in der Kristall Therme Trimini, Kochel am See -  
(Fahrgemeinschaften möglich)

### ■ **Herz sportgruppe** (gemischt, alle Altersgruppen)

Montag, 18 - 19 Uhr, Kontakt: Frau Birck, Tel. 93092  
Teilnahme nur mit gültiger Verordnung und nach Voranmeldung möglich.





## **Reha Sportverein Penzberg e.V.**

tägl. vielfältige Angebote

Kontakt: Josef Christ, Mobil: 0162 4065033

[www.rsvpenzberg-ev.de](http://www.rsvpenzberg-ev.de)

Angebot wird auch von den Krankenkassen anerkannt und ist damit abrechnungsfähig auf Rezept, freie Teilnahme auf Anfrage.

## **REHA Gesundheitssportverein im New Fitness World**

Im Thal 15, Tel. 8033653

Angebot wird auch von den Krankenkassen anerkannt und ist damit abrechnungsfähig auf Rezept, bzw. beitragspflichtig

## **Gymnastik für Frauen**

montags 15.30 Uhr

U.L.F. v. Wladimir, Pfarrsaal Steigenberger Kirche, Knappenstr.11  
Tel. 9361257

## **Hobby/Stockschießen**

Dienstag und Donnerstag ab 12 Uhr auf der Berghalde

Kontakt: Tel. 4908 und SpVGG Penzberg Maxkron

Material kann ausgeliehen werden, geselliges Beisammensein

## **Boccia am Stadtplatz**

Material kann zu den Öffnungszeiten an der Info im Rathaus ausgeliehen werden.

## Angebote zum Tanzsport

### **Tanzsport TSV 1898 Penzberg e.V.**

Mi 20 - 22 Uhr, Rot-Kreuz-Haus, Winterstr. 4,  
Kontakt: Marlene Popp, Tel. 9869

### **Tanzfreunde Senioren Penzberg**

jeden 2. Dienstag im Monat, 17.30 Uhr  
im Urthaler Hof, Sindelsdorf  
Kontakt: Herr Prestele, Tel. 08861 5237  
siehe auch Aushang am Rathaus

### **„Finde zu Dir und tanze“**

4. Mittwoch im Monat, 19 Uhr,  
Pfarrzentrum Christkönig, Barbara-Saal  
Kontakt: Anselma Probst, Tel. 9214-0

### **Tanzgymnastik**

dienstags, 10 - 11.00 Uhr,  
Evangelisches Gemeindehaus, Karl-Steinbauer-Weg  
Kontakt: Frau Detlefs, Tel. 5720



# Weiterbildung

## Volkshochschule Penzberg (vhs)

Friedrich-Ebert-Str. 9a, (Rathauspassage)  
Tel. 3615, E-Mail: [info@vhs-penzberg.de](mailto:info@vhs-penzberg.de)  
[www.vhs-penzberg.de](http://www.vhs-penzberg.de)



Halbjährlich erscheinendes Kursprogramm, Angebote auch für Senioren bzgl. Sprachen und Umgang mit Computern bzw. Smartphone. Eine Computergruppe für Senioren soll 2020/2021 vom Seniorenbeirat ins Leben gerufen werden. Interessenten werden gesucht und auch computeraffine Senioren, die gern anderen helfen möchten beim Einstieg ins Internet.

## Musikschule der Stadt Penzberg

Friedrich-Ebert-Str. 9a, (Rathauspassage)  
Tel. 813-760, E-Mail: [musikschule@penzberg.de](mailto:musikschule@penzberg.de)  
[www.musikschule-penzberg.de](http://www.musikschule-penzberg.de)



**Musikschule Penzberg**

Vocalensemble, Veeh-Harfen und v.a.m auch für Senioren

## Stadtbücherei Penzberg

Karlstr. 23 (Rathauspassage)  
Tel. 813-750, E-Mail: [buecherei@penzberg.de](mailto:buecherei@penzberg.de)  
[www.buecherei-penzberg.de](http://www.buecherei-penzberg.de)



Spielnachmittage auch für Senioren, Leseecke / Lesecafe mit Tages- und Monatszeitungen, für alle zugänglich und kostenfrei, Bastel- und Stricknachmittage

# Hilfen zu Hause

## Ökumenische Nachbarschaftshilfe

Träger: Evang. und Kath. Kirche  
Kontakt: Petra Mursch, Tel. 82911 und Rosemarie Zollner, Tel. 82812  
ehrenamtlich tätig, keine Pflegedienstleistungen, Spende erbeten,  
Helfer werden ständig gesucht.

## Seniorenhilfe Penzberg

Kontakt: Heinz Edenhofer und Claudia Stemmer (staatl. gepr. Alten-  
pflegerin), Tel. 805316, private Abrechnung

## Pflegedienste ambulant

siehe Homepage der Stadt Penzberg  
[www.penzberg.de](http://www.penzberg.de)

## Pflegeteam Janker GmbH

Renate Janker,  
Ambulanter Pflegedienst (vorm. Ücker) Bichler Str. 17, Tel. 934477,  
E-Mail: [kontakt@pflegeteam-janker.de](mailto:kontakt@pflegeteam-janker.de)  
[www.pflegeteam-janker.de](http://www.pflegeteam-janker.de)

## Sancomia Pflegeservice GmbH

Simone Preusser,  
Am Alten Bahnhof 1, Tel. 82481  
E-Mail: [info@sancomia-pflegeservice.de](mailto:info@sancomia-pflegeservice.de)  
[www.sancomia.de](http://www.sancomia.de)

## **Ökumenische Sozialstation Oberland gemeinnützige GmbH**

Hofmark 1, 82392 Habach, Tel. 08847 6999746

[www.sozialstation-oberland.de](http://www.sozialstation-oberland.de)

Häusliche Pflege, Beratung, Betreuung, Fahrservice, Essen auf Rädern

## **Brigitte Weingarten, freiberufliche Krankenschwester**

Tel. 82996, Mobil: 0176 99256970

Krankenpflege daheim, Alzheimer-Betreuung, Sterbebegleitung  
nur private Abrechnung

## **Hospizverein im Pfaffenwinkel e.V.**

Kirchplatz 3, 82398 Polling, Tel. 0881 925849-0,

E-Mail: [verwaltung@hospizverein-pfaffenwinkel.de](mailto:verwaltung@hospizverein-pfaffenwinkel.de)

[www.hospiz-pfaffenwinkel.de](http://www.hospiz-pfaffenwinkel.de)

Stationäre Aufnahme und ambulante Betreuung der Erkrankten  
durch professionelle und ehrenamtliche Helfer

## **Herzogsägmühle, Beratungsstelle der Diakonie in Oberbayern**

Außenstelle Penzberg, Bahnhofstr. 33, Tel. 934672

Sozialpsychiatrischer Dienst, Beratungsstelle für psychische Gesundheit,

- Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle, Tel. 3930
- Clubhaus Oase, Bahnhofstr. 35a, Tel. 910843  
Tagesstätte für Menschen mit seelischer Erkrankung
- Krisendienst der Psychiatrie, Tel. 0180 653000

# Beirat für Menschen mit Behinderung im LK WM/SOG,

[www.behindertenbeirat-weilheim-schongau.de](http://www.behindertenbeirat-weilheim-schongau.de)

Christine Kuisel, Vorstandsvorsitzende

E-Mail [christine.kuisel@behindertenbeirat-weilheim-schongau.de](mailto:christine.kuisel@behindertenbeirat-weilheim-schongau.de)

Peter Pabst, Geschäftsführer

E-Mail: [peter.pabst@behindertenbeirat-weilheim-schongau.de](mailto:peter.pabst@behindertenbeirat-weilheim-schongau.de)

## Hausnotrufe

- Bayerisches Rotes Kreuz (BRK), Tel. 2222
- Johanniter, Tel. 08803 498138
- Malteser, Tel. 0800 9966007



## Essen auf Rädern

- Essenslieferung täglich vom AWO-Seniorenzentrum der Stadt Penzberg, Gartenstr. 2  
Vorbestellung erforderlich unter Tel. 920016 oder per E-Mail  
E-Mail: [kueche-pzb@awo-muenchen.de](mailto:kueche-pzb@awo-muenchen.de)
- Malteser Menü-Service, Tel. 089 858020
- Bayerisches Rotes Kreuz, Menü-Service, Tel. 08171 9345-25
- Ökumenische Sozialstation Oberland gemeinnützige GmbH  
Tel. 08847 6999746
- Penzberger Tafel e.V.: Ausgabe von Lebensmitteln donnerstags ab 14 Uhr (außer an Feiertagen),  
Christkönigkirche, Sigmundstr. 16, Tel. 6088350  
E-Mail: [kontakt@penzberger-tafel.de](mailto:kontakt@penzberger-tafel.de)  
Berechtigungsscheine erhältlich bei der Tafel.

## Medikamentenlieferung nach Hause

- Bahnhofapotheke, Tel. 2644
- Kreuzapotheke, Tel. 2197
- Stadtapotheke, Tel. 923390



## Seniorenzentren und Hilfen außer Haus

### **AWO-Seniorenzentrum der Stadt Penzberg**

Gartenstr. 2, Tel. 92000

E-Mail: [sozialzentrum-penzberg@awo-muenchen.de](mailto:sozialzentrum-penzberg@awo-muenchen.de)

[www.awo-muenchen.de](http://www.awo-muenchen.de)

- Vollstationäre Pflege / Kurzzeitpflege

Zukünftig wird das Angebot um das Betreute Wohnen erweitert werden.

Kontakt Pflegeplatz: Tel. 08856 920036

E-Mail: [stellvPDL-pzb@awo-muenchen.de](mailto:stellvPDL-pzb@awo-muenchen.de)

- Essen auf Rädern

Vorbestellung erforderlich unter Tel. 08856 920016 oder per E-Mail

E-Mail: [kueche-pzb@awo-muenchen.de](mailto:kueche-pzb@awo-muenchen.de)

### **Seniorenzentrum Steigenberger Hof Penzberg**

Seeshaupter Str. 73, Tel. 92520

E-Mail: [steigenbergerhof-penzberg@rummelsberger.net](mailto:steigenbergerhof-penzberg@rummelsberger.net)

[www.altenhilfe-rummelsberg.de](http://www.altenhilfe-rummelsberg.de)

Pflege aus einer Hand:

- Stationäre Pflege
- Beschützender Bereich für Menschen mit Demenz
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Palliativ Care und Hospizarbeit
- Beratung rund um Pflege

### **Tagespflege Seeshaupt**

82402 Seeshaupt, Tiefentalweg 11,

Kontakt: Frau Schroetter, Tel. 08801 2035

Tagespflege und Tagesbetreuung,  
auch Aufnahme von Penzbergern

### **Herzogsägmühle: in der Oase Penzberg**

Sozial- und gerontopsychiatrischer Dienst, Außenstelle Penzberg

Bahnhofstr 35a, Tel. 934672,

Angebote rund um die Uhr: Freizeit, Hilfe zur Selbsthilfe u.v.m.

## **Beratungen in sozialen, Krankheits- und Rentenangelegenheiten, finanzielle Hilfen und Todesfall**

### **Familienbüro der Stadt Penzberg**

Rathaus, Karlstr. 25,  
Barbara Kreuzer, Tel. 813-130  
E-Mail: [barbara.kreuzer@penzberg.de](mailto:barbara.kreuzer@penzberg.de),  
[www.penzberg.de](http://www.penzberg.de)

Rentenberatungen und Kontenklärung, Rentenantragsstellung der Deutschen Rentenversicherung, Sozialhilfe, Wohngeld, Grundsicherung im Alter, Schwerbehindertenausweis, Blindengeld, Weiterleitung der Anträge an das Landratsamt

### **Versichertenberater der Deutschen Rentenversicherung**

Michael Schmatz, Sindelsdorfer Str. 7, Tel. 800909  
Anton Leinweber, Bgm-Rummer-Str. 15, Tel. 4444  
nur nach vorheriger Terminvereinbarung

### **MDK - Medizinischer Dienst**

Beratungsstelle, Albert-Schäffenacker-Str. 7, 83646 Bad Tölz  
Beratungs- und Begutachtungszentrum, Tel. 08041 80868444

### **MDK - unabhängige Pflegeberatung**

Mo - Fr 8 - 18 Uhr, Tel. 0800 7721111 (Flyer)  
[www.pflegeservice-bayern.de](http://www.pflegeservice-bayern.de)

Beratungsangebot der gesetzlichen Pflegekassen in Bayern zu allen Leistungen, Entlastungsmöglichkeiten, Organisation der Pflegesituation

## **Caritasverband für den LK WM/ SOG Betreuungsverein e.V.**

Ansprechpartner: Ignaz Dreyer, Knappenstr. 11, Tel. 81929  
oder: Inga Kaiser, Sigmundstr. 16, Tel. 932323

## **Patientenfürsprecher im Klinikum Penzberg**

Dr. Lothar Bartusch, Termine im Klinikum vereinbaren, Tel. 910-0  
[www.klinikum-penzberg.de](http://www.klinikum-penzberg.de)

## **Krankenhausbesuchsdienst Klinikum Penzberg**

Schlossfeldweg 7,  
Auskunft erteilt das Klinikum Penzberg unter Tel. 910-0  
[www.klinikum-penzberg.de](http://www.klinikum-penzberg.de)



# Selbsthilfegruppen

## Osteoporose (im Aufbau)

Kontakt: Marita Girnus, Tel. 08857 6976607 oder  
per E-Mail an [marita.girnus@gmx.de](mailto:marita.girnus@gmx.de)

## Multiple Sklerose

jeden letzten Dienstag im Monat ab 14.30 Uhr  
MS Köbe, Pfarrzentrum Christkönig Elisabeth-Saal  
Kontakt: Michaela Reigl, Tel. 804680  
E-Mail: [michaela.reigl@freenet.de](mailto:michaela.reigl@freenet.de)

# Citygutschein

Sie wissen nicht, was Sie ihren Liebsten schenken sollen?  
Wir haben eine Idee! Den Citygutschein.



**Penzberger**

**CITY-GUTSCHEIN**

Dahoam shoppen & genießen

Akzeptanzstellen & Verkaufsstellen immer aktuell unter  
[www.penzberger-citygutschein.de](http://www.penzberger-citygutschein.de)



## Gruppen- und Individualreisen für Behinderte

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.  
Katalog anfordern unter [www.bsk-reisen.org](http://www.bsk-reisen.org)

## Weiterführende Informationen aus Stadt und Landkreis

s. Info-Broschüre der Stadt Penzberg, Neuauflage 2020  
s. Info-Broschüre „Älter werden im LK Weilheim-Schongau“

Beide Broschüren liegen im Rathaus Penzberg, Karlstr. 25, aus.

## Bürgerstiftung Penzberg

Leben Sie gern in Penzberg? Liegt Ihnen Penzberg am Herzen?  
Dann stiften Sie im Erbfall einen Teil Ihres Vermögens als Zustiftung  
an die Bürgerstiftung Penzberg.

### Auskünfte zur Bürgerstiftung erteilen:

#### Stadt Penzberg

Stadtkämmerer Johann Blank  
Karlstr. 25, Tel: 08856.813-200, [johann.blank@penzberg.de](mailto:johann.blank@penzberg.de)

#### Sparkasse Oberland

[www.sparkasse-oberland.de](http://www.sparkasse-oberland.de)

Michael Kaiser, Tel: 0881 641-911,  
[michael.kaiser@sparkasse-oberland.de](mailto:michael.kaiser@sparkasse-oberland.de)  
Christine Schuster, Tel: 0881-641-433,  
[christine.schuster@sparkasse-oberland.de](mailto:christine.schuster@sparkasse-oberland.de)  
Jürgen Mück, Tel: 0881.641-100,  
[juergen.mueck@sparkasse-oberland.de](mailto:juergen.mueck@sparkasse-oberland.de)

---

Stiftergemeinschaft der Sparkasse Oberland,  
IBAN DE08 7035 1030 0032 2256 33,  
Verwendungszweck: Bürgerstiftung Penzberg

# Hilfreiche Ratschläge

## Standorte von öffentlichen Toiletten

- Rollstuhlgerechte Toilette am Stadtplatz / Rathaus  
Zutritt nur mit Euro-Toilettenschlüssel, Erwerb an der Info im Rathaus, Karlstr. 25, während der Öffnungszeiten möglich.  
Die öffentliche Toilette ist von 6 - 22 Uhr geöffnet.
- Öffentliche Toilette am Bahnhof, Philippstraße  
Schlüssel am Bahnhofskiosk.  
Öffnungszeiten: Mo - Fr: 5.30 - 21 Uhr, Sa 10 - 16 Uhr

## Standorte von Defibrillatoren

- Rathaus, Haupteingang, Karlstr. 25, zugänglich von Montag bis einschließlich Samstag von 7-19 Uhr

nur zu den Öffnungszeiten:

- Pfarrzentrum Christkönig, Bahnhofstr. 35, Foyer
- Sportstadion Müllerholz, Karl-Wald-Str. 1
- Alte Sporthalle, Seeshaupter Str. 24

## Anlegen eines Notfallordners mit folgenden Dokumenten (Auswahl)

Notfallmappe auch unter: [www.weilheim-schongau.de/Landratsamt](http://www.weilheim-schongau.de/Landratsamt)  
Beratung: Betreuungsstelle Landratsamt, Tel. 08861 2113188

- Testament (Aufbewahrungsort: daheim, Notar, Anwaltskammer)
- Patientenverfügung, Betreuungsvollmacht/Verfügung
- Renten-Versicherungsträger
- Krankenversicherungsträger und Krankenkassennummer
- Konten bei Banken, dafür bevollmächtigte Personen
- Steuernummer, Steueridentnummer
- Hausarzt, Medikamente Versicherungen, Abos

## Im Todesfall was tun?

1. Arzt benachrichtigen, der den Totenschein ausstellt
2. Beurkundung beim Standesamt,  
Rathaus Penzberg, Karlstr. 25, Tel. 08856 813420
3. Bestattungsinstitut einschalten, das viele Formalitäten erledigt  
(Kontakt mit Pfarramt wegen Aussegnung und Beerdigung,  
Organisation der Trauerfeier)
4. Benachrichtigung von Banken und Versicherungen  
(Renten/Krankenversicherung, Sachversicherungen Haus und  
Grundversicherung, Haftpflicht KFZ und persönliche
5. Benachrichtigungen von Vereinen, Verbänden und  
Organisationen, denen der Verstorbenen angehört hat
6. Kündigung von laufenden Verträgen, Mietvertrag, Strom und  
Energie, Telefon, Zeitung
7. Abgabe des Testament beim Nachlassgericht  
(Amtsgericht Weilheim)
8. Evtl. Anfordern eines Erbscheines beim Nachlassgericht  
(Amtsgericht Weilheim)



Penzberger Stachus um 1919  
Stadtarchiv Penzberg

---

## Impressum

Herausgeber: Seniorenbeirat der  
Stadt Penzberg  
Auflage: 1.500 Stück  
Fotos: Ralf Gerard,  
Altbürgermeister Hans Mummert,  
Stadtarchiv Penzberg  
Layout: Peter Rubner  
Stand: September 2020  
**Klimaneutraler Druck**

Mein Hausarzt: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

## Rettungswesen

**Tel.-Nummer:**

### Polizei

Polizeiinspektion Penzberg, Josef-Boos-Platz 1

**Notruf 110**  
9257-0

Seniorenversicherungsberater/Polizei Weilheim,  
Hr. Bräutigam

0881 640458

**Freiwillige Feuerwehr Penzberg**, Winterstr. 6

**Notruf 112**

**Notruf Rettungsdienst** (Rettungswagen,  
Rettungshubschrauber, Bergwacht, Wasserwacht)

**Notruf 112**

**Rettungswache Bayerisches Rotes Kreuz**  
Winterstr. 4

**2222**

**Krankenbeförderung/Krankentransport**

**0881 19222**  
oder **112**

**Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst**

(Vertretung Hausarzt Nachts und am Wochenende)

**116 117**

**Giftnotrufzentrale München**

**089 19240**

**Klinikum Penzberg**, Am Schlossbichl 7

**910-0**

## Störungsdienst

**Kommunalunternehmen Stadtwerke Penzberg**

Am Alten Kraftwerk 3

- Störungsdienst Wasser

813-630

- Störungsdienst Abwasser

813-666

- Störungsdienst Fernwärme

0170 3718911

- Störungsdienst Glasfaser

0180 3339009

**Energie Südbayern GmbH**

08171 4364-0

(Bereitschaftsdienst Erdgas)

**Bayernwerk Netz GmbH**

0941 28003366

- Störungsdienst Strom

**Stadt Penzberg** Karlstr. 25

813-0