

Weitere Angebote der AWO-Beratungsstelle

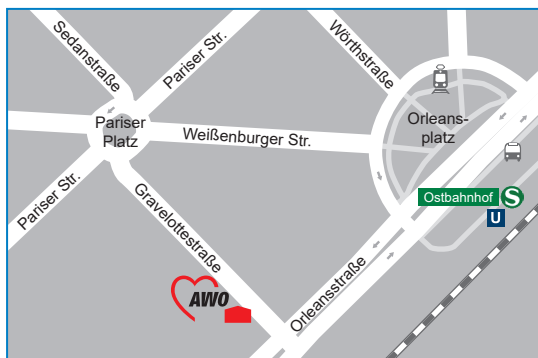
- Beratung im Alter und bei Pflegebedürftigkeit
- Vermittlung ambulanter, teilstationärer und stationärer Hilfen
- Psychosoziale Begleitung
- Vermittlung sozialer Kontakte im Quartier oder auch stadtweit wie z.B. Alten- und Service-Zentren oder Nachbarschaftshilfen
- Informations- und Schulungsveranstaltungen

Unsere Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag 09.00 – 16.00 Uhr
 Freitag 09.00 – 14.00 Uhr
 Individuelle Beratungstermine nach
 Absprache.

So erreichen Sie uns

Mit Bus, S- und U-Bahn bis zum Ostbahnhof.
 Kurzer Fußweg über die Orleansstraße,
 rechts in die Gravelottestraße.



AWO München gemeinnützige Betriebs-GmbH
Geschäftsführer: Hans Kopp, Julia Sterzer
 Gravelottestraße 8, 81667 München
 Tel.: (0049) 089 / 45832 - 0

Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige Fachstelle für pflegende Angehörige

Gravelottestraße 16, 81667 München
 Tel. 089 / 666 16 33 - 0
 Fax 089 / 666 16 33 - 20
 E-Mail: beratungsstelle@awo-muenchen.de



Unsere Angebote werden gefördert mit Mitteln von



Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern
 (soziale Pflegekassen) und der Privaten Pflegeversicherung

Eine Einrichtung der  **München Stadt**



Stand 04.2023

SENIOREN

**Beratungsstelle
 für ältere Menschen und Angehörige
 Fachstelle für pflegende Angehörige**



**Oasentag
 für pflegende Angehörige**

Pflegen Sie einen hilfebedürftigen Menschen und stoßen immer wieder an Ihre Grenzen?

Dann könnten unsere Hilfs- und Entlastungsangebote für Sie von Interesse sein!

Um mit der Situation besser zurecht zu kommen und neue Kraft für den Alltag zu schöpfen, bietet unsere Beratungsstelle verschiedene Hilfen an. Neben den in diesem Flyer beschriebenen Oasentagen unterstützen wir pflegende Angehörige auch durch

- unsere Angehörigen-Gesprächskreise
- das Angehörigenseminar EduKation demenz®
- unseren ehrenamtlichen Helferkreis

Wir laden Sie herzlich ein, sich über unsere Angebote zu informieren und die Termine zu erfragen.

Diese finden Sie auch stets aktuell unter www.awo-muenchen.de.

Oasentag für pflegende Angehörige

Einen Tag Kraft tanken und ein wenig Abstand vom Pflegealltag genießen, das ist unser Angebot für Sie!

„Der Alltag hat mich wieder, aber nach dem wunderbaren Tag bei Euch ist er leichter geworden!“

Mit diesen Worten bedankte sich eine Teilnehmerin des Oasentags.

Gemeinsam frühstücken und dabei gute Gespräche führen – für viele Angehörige ist dies schon lange nicht mehr möglich. Der Pflegebedürftige fordert viel Raum und der Angehörige passt sich seinen Bedürfnissen schnell an. Als Folge bleibt oft für selbstverständliche Aktivitäten, wie in Ruhe einkaufen oder ein Buch lesen, zu wenig Raum.

Zeit für Gespräche und entspannende Aktivitäten machen aus diesem Tag eine kleine Oase der Erholung.

Organisatorisches

Die Mitarbeiter*innen unserer Beratungsstelle begleiten Sie einfühlsam und fürsorglich durch den Tag und stehen Ihnen als Ansprechpartner jederzeit zur Verfügung.

Üblicherweise finden die Oasentage in den Räumlichkeiten der AWO in der Gravelottestraße in Haidhausen statt. Dort kann meist auch eine Betreuungsgruppe für die Pflegebedürftigen eingerichtet werden. Hin und wieder gestalten wir auch für körperlich agile Angehörige eine Auszeit in der Natur. Die Details entnehmen Sie bitte dem beiliegenden Einlegeblatt oder unserer Homepage.

Ob eine Teilnahme am Oasentag für Sie infrage kommt, klären wir gerne mit Ihnen gemeinsam in einem Beratungsgespräch.

Auch die Betreuung Ihres Pflegebedürftigen überlegen wir mit Ihnen gemeinsam.

