



## Wie erreichen Sie uns?

Kommen Sie in das Sozialbürgerhaus in Ihrer Nähe oder rufen Sie uns an und vereinbaren einen persönlichen Beratungstermin oder einen Hausbesuch.

### Sie erreichen uns:

Montag bis Donnerstag von 8 bis 16 Uhr  
Freitag von 8 bis 12 Uhr

- Telefon: 089 233-96833  
(Servicetelefon des Sozialreferates)
- unter [www.muenchen.de/sbh](http://www.muenchen.de/sbh).

Über die Eingabe Ihrer Wohnadresse in der SBH-Suche erfahren Sie, an welches Sozialbürgerhaus Sie sich wenden können.

**Gehörlose und hörbehinderte Menschen,** die in Deutscher Gebärdensprache kommunizieren und deren Angehörige wenden sich bitte zentral an das Sozialbürgerhaus **Laim – Schwanthalerhöhe**.

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

#### Herausgeberin:

Landeshauptstadt München  
Sozialreferat  
Sankt-Martin-Straße 53  
81669 München  
E-Mail: [altenhilfe.soz@muenchen.de](mailto:altenhilfe.soz@muenchen.de)

Gestaltung: Fa-Ro Marketing  
Foto: Verena Dietl (Erol Gurian), panthermedia, SimpleFoto  
Druck: Stadtkanzlei München  
Gedruckt auf Papier aus 100 Prozent Recyclingpapier

Layoutadaption: Stadtkanzlei Stand 2025

## Unterstützung im Alter

Hilfe und Beratung für  
ältere Menschen in den  
Sozialbürgerhäusern



**Wir sind München**  
für ein soziales Miteinander



**Liebe Münchner\*innen,**

das Älterwerden gehört zum Leben, entscheidend ist, wie wir altern.

Älter werden kann bedeuten, dass Ihnen möglicherweise Handgriffe und Erledigungen im Alltag schwerer fallen. Hilfe und Unterstützung oder auch Pflege können notwendig werden.

In dieser Situation sind Sie nicht alleine. Unsere Fachkräfte in den Sozialbürgerhäusern unterstützen Sie dabei, Ihr Leben möglichst lange selbstbestimmt zu gestalten.

Scheuen Sie sich nicht und nehmen Sie Kontakt mit uns auf! Wir freuen uns auf Sie.

Ihre

**Verena Dietl**  
Bürgermeisterin

### **Sie können Ihren Alltag nicht mehr alleine bewältigen und brauchen Informationen, Beratung und Unterstützung**

- zur häuslichen Versorgung,
- zur pflegerischen Versorgung,
- zu wirtschaftlichen Hilfen?

### **Sie pflegen eine\*n Angehörige\*n und brauchen Informationen und Beratung zu**

- Hilfsangeboten, die Sie bei der Pflege unterstützen,
- weitergehenden Unterstützungsangeboten, wie Tagespflege, ambulante Pflegedienste oder
- Entlastungsangeboten?

### **Sie machen sich Sorgen um einen älteren Menschen, der vielleicht Hilfe benötigen könnte?**

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir behandeln Ihre Hinweise vertraulich und diskret. Wir arbeiten mit vielen Einrichtungen der ambulanten Versorgung zusammen und vermitteln Hilfen.

## **Wir unterstützen Sie!**

### **Wir**

- nehmen uns Zeit für Ihre Anliegen, Fragen und Probleme,
- überlegen gemeinsam, was Sie brauchen und wer oder welche Stelle Sie genau unterstützen kann,
- beraten zur Finanzierung von Pflege und anderen Hilfen im Haushalt,
- unterstützen Sie bei wirtschaftlichen Notlagen und vermitteln zu gesetzlichen und zusätzlichen Leistungen,
- beraten bei Wohnungsproblemen,
- vermitteln zur Schuldnerberatung,
- unterstützen bei vermittelnden und klärenden Gesprächen mit Angehörigen, Dritten und Hilfsdiensten.

Wir beraten Sie kostenlos und vertraulich. Dabei unterliegen wir der gesetzlichen Schweigepflicht.

Wenn Sie möchten, kommen wir zu Ihnen nach Hause.