



Zukunftswerkstatt

Älter werden in Alling

Abschlussbericht für Gemeinderat



Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Einführung	3
Verantwortlich	3
Basis der Zukunftswerkstatt	3
Zeitlicher Ablauf	3
Wichtiger Benefit	4
Themen der Arbeitsgruppen	4
Arbeitsgruppe 1 „Seniorengerechtes Wohnen“	5
Ergebnisse Seniorengerechtes Wohnen	5
Anlagen Seniorengerechtes Wohnen	6
Arbeitsgruppe 2 „Spaß am Leben“	7
Ergebnisse „Spaß am Leben“	7
Anlagen „Spaß am Leben“	9
Arbeitsgruppe 3 „Die richtigen Kontakte“	10
Ergebnisse „Die richtigen Kontakte“	10
Anlagen „Die Richtigen Kontakte“	11
Arbeitsgruppe 4: „Mobilität, Sicherheit, Internet“	12
Ergebnisse „Mobilität, Sicherheit, Internet“	12
Anlagen „Mobilität, Sicherheit, Internet“	13
Schlusswort	15
Anlagen	16
AG 1 / 1 Vortrag Erleichterungen in der eigenen Wohnung	16
AG 1 / 2 Vortrag „Barrierefreie Maßnahmen in der eigenen Wohnung“	18
AG 2 / 1 Mögliche Standorte für Outdoor Fitnessgeräte	24
AG 2 / 2 Outdoorfitnessgeräte Übersicht	25
AG 3 / 1 Wichtige Telefonnummern in Papierform und Website	26
AG 4 / 1 Fahr sicher mit dem Fahrrad u.a. Fahrsicherheitstraining	27
AG 4 / 2 Fahr sicher mit dem Auto u.a. Rückmeldefahrten	29
AG 4 / 3 eRezept und Apothekenlieferdienste - Liste der Apotheken	30
AG 4 / 4 Persönliche Hilfsmittel zur Mobilität mit Prozess zur Beschaffung	31
AG 4 / 5 Mobilität mit öffentlichen Verkehrsmitteln Seniorenangebote	33
AG 4 / 6 Rewe Lieferservice, ausführliche Beschreibung	36
AG 4 / 7 Zusätzliche Bushaltestelle X900 - Argumentationspapier für Gemeinderat	42



Vorwort und Einführung

Verantwortlich

Bürgermeister Stefan Joachimsthaler
Seniorenbeirat Gemeinde Alling

Team: Engagierte Seniorinnen und Senioren aus Alling und seinen Ortsteilen

Basis der Zukunftswerkstatt

Seniorenbefragung Alling 2022

Aus den Ergebnissen der Seniorenbefragung und einer ersten Veranstaltung zur Sammlung von Wünschen für die Entwicklung von Alling wurden vier Hauptthemen definiert und an vier autonome Arbeitsgruppen übergeben. Jede Arbeitsgruppe wurde von einem Mitglied des Seniorenbeirats betreut.

Zeitlicher Ablauf

Die Mitglieder der Arbeitsgruppen haben sich unabhängig voneinander getroffen. Darüber hinaus gab es seit Februar 2024 regelmäßige Treffen aller Mitglieder der Teams.





Wichtiger Benefit

Mit den Zukunftswerkstätten konnten weitere Bürgerinnen und Bürger für eine Mitarbeit an der Entwicklung der Gemeinde gewonnen werden.

Die Anzahl der für das Wohl der Gemeinde engagierten Menschen hat sich damit deutlich erhöht.

Wir schaffen damit eine breitere Basis von Ansprechpartnern und vertiefen die Bindungen zwischen den Menschen unserer Gemeinde.

Themen der Arbeitsgruppen

Die folgenden vier Arbeitsgruppen wurden definiert:

Seniorengerecht Wohnen

- Wohnen und Umbauen
- Machbare Alternativen
- Hilfestellungen erkunden

Spaß am Leben

- Freizeit, Treffen, Veranstaltungen
- Mitgestalten
- Körperliche und geistige Fitness

Die richtigen Kontakte

- Verwaltungen, Behörden, Ratgeber
- Wo bekomme ich was?
- Welche Formalitäten und wer hilft mir?

Mobilität, Sicherheit, Internet

- Eigene Mobilität und ÖPNV
- Sicherheit im Verkehr
- Umgang mit Internet und PC, Tablet, Handy



Arbeitsgruppe 1 „Seniorengerechtes Wohnen“

Team: Manfred Rössler, Adelheid Utters-Adam, Florian Ullmer,
Hubert Winkler

Aufteilung in die Themenbereiche:

- Wohnen bleiben im eigenen Haus/in der eigenen Wohnung
- Barrierefreie/seniorengerechte Wohnung im Gemeindegebiet schaffen
- Hilfestellungen erkunden

Ergebnisse Seniorengerechtes Wohnen

Wohnen bleiben im eigenen Haus/in der eigenen Wohnung

Voraussetzungen aufzeigen, um lange in der eigenen Wohnung und/oder in Alling bleiben zu können:

- Ausführliche Information über Erleichterungen in der eigenen Wohnung in der Seniorenbürgerversammlung im Oktober 2024
- Info-Veranstaltung am Dienstag 14. Oktober 2025 im Bürgerhaus Alling: „**Barrierefreie Maßnahmen in der eigenen Wohnung: Immer sinnvoll für Jung und Alt!**“
- Weitere Informationsveranstaltung zum Thema „**Hilfen im Alltag bei Einschränkungen**“ im Frühjahr 2026 geplant

Barrierefreie/seniorengerechte Wohnungen im Gemeindegebiet schaffen

- Erörterung des Bedarfs an seniorengerechten Wohnungen
- Diskussion über Baumöglichkeiten im Gemeindeteil Biburg wurden vertagt
- Diskussion von Anforderungen an eine Wohneinheit „Betreutes Wohnen“ und Möglichkeiten des Angebots von Ambulanter Pflege in Alling

Hilfestellungen erkunden



Anforderungen aus der Umfrage:

- Hilfe im Garten und Haushalt (22 %)
- Unterstützung bei Arztbesuchen und Fahrdiensten (5,5 %)

Diskussionsstand:

- Bei Hilfe in Garten & Haushalt kann die Gemeinde/der Seniorenbeirat keine konkrete Hilfe anbieten, die in Konkurrenz zu Gartenbaubetrieben oder Haushaltshilfen steht.

Der Seniorenbeirat kann **Hinweise auf Firmen** geben, welche entsprechende Dienstleistungen anbieten. Dies wurde z.B. für Schneeräumdienste eruiert und an Mitbürger weitergegeben.

- Der **Fahrdienst** ist ein Angebot des Seniorenbeirats.

Anlagen Seniorengerechtes Wohnen

AG 1 / 1 Vortrag Erleichterungen in der eigenen Wohnung, Inhalte

AG 1 / 2 Vortrag „Barrierefreie Maßnahmen in der eigenen Wohnung“

Link:

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/daheim-wohnen-bleiben

Den gekürzten Foliensatz zum Vortrag finden Sie auf der Website des Seniorenbeirats.

www.alling.de/barrierearmes-zuhause



Arbeitsgruppe 2 „Spaß am Leben“

Team: Brigitte Naßl, Gabriele Nordt, Ines Peters, Christine Wolfrum

Themen:

- Freizeit, Treffen, Veranstaltungen
- Mitgestalten
- Körperliche und geistige Fitness

Ergebnisse „Spaß am Leben“

Freizeit, Treffen, Veranstaltungen

- ✓ Die Recherche dazu ergab, dass es aktuell wieder sehr viele Angebote für Senioren in Alling und Biburg gibt. Insbesondere die Vereine bieten ein umfangreiches Spektrum für Freizeit und Treffen, aber auch unabhängig von Vereinsmitgliedschaften gibt es viele Angebote.
- ✓ Aus den seinerzeit erfassten Anregungen fand eine Bücherlesung in der Bücherei statt. Weitere sollen folgen.
- ✓ Umfragen bei den Senioren werden weiterhin ein Mittel sein, um deren aktuelle Bedürfnisse zu erfassen und ggf. umzusetzen. Umfragen innerhalb der Vereine oder bei den Bürgerversammlungen begrenzen den Aufwand.

Mitgestalten

- ✓ Ältere Menschen haben auf Grund ihres Alters **Erfahrungen und Potenziale**. Diese gilt es zu nutzen.
- ✓ **Viele bringen sich bereits aktiv** in Familie und Gesellschaft ein.
- ✓ Immer wieder werden **Mitgestalter** für bestimmte Aufgaben in unserer Gemeinde und in den Vereinen **gesucht** (Lesepaten, Schulweghelfer, Wahlhelfer, ...)
- ✓ Die Vernetzung innerhalb der **Vereine** sorgt schon jetzt dafür, **Senioren direkt anzusprechen** und um Mithilfe zu bitten.
- ✓ Im **Mitteilungsblatt** in der Rubrik des **Seniorenbeirats** können Anfragen zur aktiven Mitgestaltung kommuniziert werden.



- ✓ Ein **Tag der Vereine** würde die Vereine und Institutionen verbinden und auch Senioren für das Ehrenamt sensibilisieren.

Körperliche und geistige Fitness

- Körperliche und geistige Aktivitäten erhöhen die **Lebenserwartung** und wirken diversen Krankheiten entgegen.
- Es gibt in den Vereinen ein **breites Sportangebot** (TSV, ASV, ...) auch für Senioren.
- Die geistige Fitness kann bei **Spielenachmittagen, beim Schachtreff oder PC/Handy Kurs** trainiert werden.
- Zu unserer Idee, einen **Outdoor-Fitnessparcours** zu schaffen, haben wir eine Übersicht von möglichen Geräten erarbeitet. Ziel soll sein, einen Platz für alle erwachsenen Altersgruppen zu schaffen, um sich sportlich zu betätigen. Bevor diese Geräte angeschafft werden, ist eine Umfrage zur Nutzung bei den Senioren, und auch bei Jüngeren sinnvoll.
Es gilt, einen geeigneten Platz zu finden. Begehungen dazu wurden von uns durchgeführt.



So könnte ein Outdoor-Fitnessparcours mit Sportgeräten für **Beweglichkeit – Kraft – Gleichgewicht – Dehnung** aussehen.



Anlagen „Spaß am Leben“

AG 2 / 1 Mögliche Standorte für Outdoor Fitnessgeräte

AG 2 / 2 Outdoorfitnessgeräte Übersicht



Arbeitsgruppe 3 „Die richtigen Kontakte“

Team: Hermann Dejako, Peter Echensperger, Stefan Joachimsthaler, Peter Kren

Themen:

- Verwaltungen, Behörden, Ratgeber
- Wo bekomme ich was?
- Welche Formalitäten und wer hilft mir?

Ergebnisse „Die richtigen Kontakte“

- Analyse der **Homepage Gemeinde Alling** und Vergleiche mit anderen Kommunen
- Vortrag einer **Quartiersmanagerin** und Besuch anderer Gemeinden. Analyse der Ergebnisse mit der Zielsetzung, das Informations- und Betreuungsangebot in Alling zu optimieren.
- Analyse sinnvoller **Fachberatungen**, welche im Ergebnis in Alling teilweise durch die **Nachbarschaftshilfe** in Form von Vorträgen bereits abgedeckt werden (Vorsorgevollmacht, Testamentsfragen, Unterstützungsleistungen etc.)
- ✓ Zur Website der Gemeinde wurden Änderungsvorschläge erstellt. Anpassung erfolgt kontinuierlich durch Andrea Binder
- ✓ Verlinkung mit wichtigen Institutionen wie Landratsamt, Ärzte, Kliniken
- ✓ Auf Basis der Analyse anderer Gemeinden:
 - Das bewährte **Mitteilungsblatt** wurde mit der Rubrik „**Aus dem Seniorenbeirat**“ erweitert und wird auch in Zukunft für Senioren interessante Themen darstellen.
 - Eine aktuelle Übersicht „**Wichtige Telefonnummern**“ in Papierform und Bereitstellung für alle Haushalte wurde entwickelt.
 - Das bestehende Leistungsspektrum der **Nachbarschaftshilfe, Seniorenbeirat, Vereine und Institutionen** erhalten und weiterentwickeln.
- ✓ Hilfestellung bei der Suche nach Pflegeplätzen. Dies wird von der neuen **Seniorenfachberatung im LRA FFB** abgedeckt, welche u.a. auch Termine direkt in Alling anbietet.



- ✓ Spezifische **Gymnastik für Senioren** wird bereits von den ortsansässigen Sportvereinen angeboten.
- ✓ Gesellschaftliches Leben in Alling, siehe Arbeitsgruppe Spaß am Leben.
- ✓ **Ergänzende Fachberatungen** durch Artikel im Mitteilungsblatt oder Vorträge durch Fachdozenten werden kontinuierlich angeboten.

Anlagen „Die Richtigen Kontakte“

AG 3 / 1 Wichtige Telefonnummern in Papierform und auf der Website des Seniorenbeirats.

Link:

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/wichtige-telefonnummern



Arbeitsgruppe 4: „Mobilität, Sicherheit, Internet“

Team: Stefanie Heck, Walter Herz, Wolfgang Klarmann, Jürgen Klenk

Themen:

- Eigene Mobilität
von der Haustüre bis zur Nutzung von Fahrrad, Auto, ÖPNV und Bahn
- Sicherheit im Verkehr
auf Gehwegen, Radwegen, Straßen, zu Fuß, mit Fahrrad und Auto
- Umgang mit Internet, PC, Tablet, Handy, Unterstützung vor Ort,
Sicherheit, Apps

Ergebnisse „Mobilität, Sicherheit, Internet“

Es wurden 64 Punkte definiert (Brainstorming), bewertet und zu 11 Themen zusammengefasst.

- 11 Themen bearbeitet
 - 6 Themen für Mitteilungsblatt und Website ausgearbeitet
 - 1 Thema für Gemeinderat ausgearbeitet
 - 1 Thema durch Kommunikation gelöst
 - 3 Themen intensiv bearbeitet und Umsetzung (noch) nicht möglich

Mitteilungsblatt und Homepage

- Fahr sicher mit dem **Fahrrad** ✓ u.a. Fahrsicherheitstraining
- Fahr sicher mit dem Auto ✓ u.a. **Rückmeldefahrten**
- eRezept und **Apothekenlieferdienste** ✓ Liste der Apotheken
- Persönliche **Hilfsmittel** zur Mobilität mit Prozess zur Beschaffung
- Persönliche Mobilität mit **öffentlichen Verkehrsmitteln**
Seniorenangebote und Hilfen
- Rewe **Lieferservice**, ausführliche Beschreibung

Alle Artikel werden entsprechend der Anlage auf der Website des Seniorenbeirats und in verkürzter Form im Mitteilungsblatt in der neu geschaffenen Rubrik „Aus dem Seniorenbeirat“ der Gemeinde



veröffentlicht.

Gemeinderat und Kommunikation

- Zusätzliche **Bushaltestelle X900** - Argumentationspapier für Gemeinderat erstellt
- Umgang mit Internet, PC, Tablet, Handy
 - Zusammenarbeit mit **Gemeindebücherei** ✓
Literatur: PC, Tablet, Handy für Dummies im Sortiment
 - Suche nach weiterer Unterstützung für **Computertreff** Alling ☹
 - Zusammenarbeit mit Computertreff in FFB eingeleitet ✓

Umsetzung (noch) nicht möglich

- **Taxi-Sonderkonditionen** für Allinger Senioren. Thema abgebrochen, da der bürokratische Aufwand unverhältnismäßig.
(z.B. Bewilligung durch Landratsamt, steuerrechtliche Risiken)
- **Car-Sharing** Angebot für Alling.
 - Anbieter wollen Risiko auf Gemeinde übertragen (Nur in Grafrath entsprechende Lösung)
 - Selbst in den umliegenden großen Gemeinden wie Germering, Eichenau, Puchheim gibt es nur minimale Nutzung. Alling ist als Kommune zu klein.
- **E-Lastenfahrrad** zum Ausleihen für Alling. Beschaffung organisierbar. Suche nach „Betreuung“ war noch nicht erfolgreich.

Anlagen „Mobilität, Sicherheit, Internet“

Die verkürzten Artikel im Mitteilungsblatt der Gemeinde werden nicht dargestellt, da die Dokumente auf der Website umfassender sind.

AG 4 / 1 Fahr sicher mit dem Fahrrad u.a. Fahrsicherheitstraining

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/fahrsicherheit-fahrrad



AG 4 / 2 Fahr sicher mit dem Auto u.a. Rückmeldefahrten

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/fahrsicherheit-auto

AG 4 / 3 eRezept und Apothekenlieferdienste

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/erezept-und-apothekenlieferdienste

AG 4 / 4 Persönliche Hilfsmittel zur Mobilität mit Prozess Beschaffung

www.alling.de/seniorenbeirat

noch nicht veröffentlicht

AG 4 / 5 Mobilität mit öffentlichen Verkehrsmitteln Seniorenangebote und Hilfen

www.alling.de/seniorenbeirat

noch nicht veröffentlicht

AG 4/ 6 REWE Lieferservice, ausführliche Beschreibung

www.alling.de/seniorenbeirat

noch nicht veröffentlicht

AG 4 / 7 Zusätzliche Bushaltestelle X900 - Argumentationspapier für Gemeinderat



Schlusswort

- Die Zukunftswerkstätten sind als Projekt abgeschlossen. Es bleibt die kontinuierliche Aufgabe, die Lebensqualität unserer älteren Bürger sicher zu stellen.
- Der Gemeinderat bekommt eine Präsentation und diesen ausführlichen Bericht.
- Noch offene Themen oder neue Themen werden vom Seniorenbeirat aufgenommen und weiterbearbeitet.

Der Bürgermeister und der Seniorenbeirat danken allen Mitgliedern der Teams für ihren Einsatz und der Gemeindeverwaltung für die wohlwollende Unterstützung.



Anlagen

AG 1 / 1 Vortrag Erleichterungen in der eigenen Wohnung

Seniorengerechte kleine Hilfen und Umbauten

Bauliche Veränderungen

Treppenlift / Plattformlift, (schräg/vertikal) (Bilder)
Bodengleiche Duschen (Bilder)
Toilettentüren nach außen öffnend (Bilder)
Toilette und Dusche rollstuhlgerecht mit Haltegriffen

Bauliche Ergänzungen

Haltegriffe im Bad und in der Toilette (Bilder)
Haltestangen im Flur (Bilder)
Geländer an der Treppenaußenseite (Bilder)
Rutschfeste Treppenkannten
Schutzgitter an abwärtsführenden Treppen (Bilder)

Leichte bauliche Verbesserungen

Türschwellen ausgleichen
Abgesenkte Teleskop-Arbeitsplatte zum Arbeiten im sitzen
Unterfahrbare Waschbecken
Stolperschwellen entfernen (auch Teppiche)

Erleichterungen im Alltag

Abstand zwischen Bett und Wand vergrößern (Rollator, Rollstuhl, Pflegeerleichterung)
Bettkannten polstern (Bilder)
Pflege- oder Krankenbett
Toilettensitz, Erhöhung und Seitenlehne
Badewannenlifter
Badewanneneinstiegshilfe
Duschhocker
Elektrisch verstellbarer Ruhesessel
Rollator, Leichtbau contra stabil mit Luftreifen mit jeweiligen Vor- und Nachteilen (Bilder)
Greifzange



Erhöhung der Sicherheit

Telemonitor an Haustür

Klingeltonverstärker

Hausnummer groß und sichtbar

Notrufsystem, z.B. Johanniter

Funk-Alarmklingel zu Nachbarn (Bilder)

Trillerpfeife

Taschenlampe mit Blinkfunktion

Hilfsmittelkatalog für Pflege und Haushalt besorgen



AG 1 / 2 Vortrag „Barrierefreie Maßnahmen in der eigenen Wohnung“



„Barrierefreie Maßnahmen für das eigene
Zuhause?
Immer sinnvoll für Jung und Alt!“

Seniorenbeirat Alling 14. Oktober 2025

14. Oktober 2025 Vortrag für den Seniorenbeirat Alling Birgit Schimmel, Architektin Dipl.Ing.(FH)

Den gekürzten Foliensatz finden sie aufgrund des Umfangs auf unserer Website.

www.alling.de/seniorenbeirat

www.alling.de/barrierearmes-zuhause



2. Auflage



Verein
Stadtteilarbeit

Daheim wohnen bleiben!

Beratung zur Wohnungsanpassung
für altersgerechtes Wohnen





Checkliste Wohnungsanpassung

aus der Broschüre „Daheim wohnen bleiben!“



Diese Liste soll Ihnen bei der Beantwortung folgender Fragen Hilfestellung leisten:

- Wie kann ich meine Wohnung altersgerecht gestalten?
- Was muss ich verändern, damit ich sicher und selbstständig dort leben kann?

Kreuzen Sie im Folgenden an, was für die einzelnen Maßnahmevorschläge in Ihrem Fall gilt:

A = Diese Maßnahme muss ich umsetzen.

B = Hierzu brauche ich professionelle Beratung.

C = Diese Maßnahme habe ich bereits umgesetzt bzw. ist in meinem Fall nicht erforderlich.

Nach Ausfüllen der Checkliste können Sie sich dann einfach eine Prioritätenliste der nötigen Maßnahmen erstellen. Konkreten Rat und Unterstützung erhalten Sie bei einer Beratungsstelle, telefonisch oder bei einem Hausbesuch.

Allgemeine Hinweise

	A	B	C
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?	☐	☐	☐
Ist ein Telefon mit Spezialfunktionen (Hörverstärker, Freisprecheinrichtung, große Tasten) angeschafft worden?	☐	☐	☐
Gibt es einen Hausnotruf und wird der Auslöser am Körper getragen?	☐	☐	☐
Haben Nachbarn für den Notfall einen Schlüssel?	☐	☐	☐
Sind die Türschwellen ausgeglichen, d.h. stolperfrei zu überqueren?	☐	☐	☐
Weisen die Türen eine ausreichende Breite auf?	☐	☐	☐
Sind die Möbel so ausgerichtet, dass genügend Bewegungsfreiheit vorhanden ist, gegebenenfalls auch mit Gehhilfen?	☐	☐	☐
Gibt es für schlecht erreichbare Fenstergriffe Griffverlängerungen?	☐	☐	☐
Sind die Lichtschalter erreichbar und ggf. durch eine Fernbedienung ergänzt worden?	☐	☐	☐
Können die Lichtschalter gut erkannt werden (Farbkontrast oder Größe)?	☐	☐	☐
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?	☐	☐	☐
Ist die Beleuchtung in allen Räumen und draußen ausreichend?	☐	☐	☐
Entspricht der Bodenbelag Ihren Bedürfnissen?	☐	☐	☐
Sind im Zugang, im Flur, in den Zimmern und an den Treppen genügend Haltegriffe bzw. Handläufe angebracht?	☐	☐	☐

Bei Bedarf bitte heraustrennen.

**Eingang: Außen**

	A	B	C
Sind Hausnummer und Namensschild gut erkennbar und beleuchtet?	☐	☐	☐
Wäre es sinnvoll, eine Beratung wegen Rampe oder Lift für Kinderwagen oder Menschen mit Rollator bzw. Rollstuhl anzufragen?	☐	☐	☐
Hat die Haustür einen Wetterschutz?	☐	☐	☐
Ist eine Gegensprechanlage installiert?	☐	☐	☐
Gibt es einen automatischen Türöffner?	☐	☐	☐
Ist die Klingel bzw. der Briefkasten für kleine Personen oder Rollstuhlfahrer erreichbar?	☐	☐	☐
Ist die Haustür leicht genug zu öffnen?	☐	☐	☐
Hat die Haustür eine Möglichkeit zur Arretierung?	☐	☐	☐

Eingang: Innen

	A	B	C
Ist ein elektrischer Türöffner für Haustür und Wohnungstür (z. B. auch von Bett oder Wohnzimmerstuhl aus bedienbar) mit Gegensprechmöglichkeit vorhanden?	☐	☐	☐
Hat die Klingel ein Signallicht oder einen Verstärker, damit sie gut wahrgenommen werden kann?	☐	☐	☐
Gibt es eine einbruchsichere Türsicherung, z. B. mit einem Metallbügel?	☐	☐	☐
Hat die Tür einen Weitwinkelspion?	☐	☐	☐
Ist die Garderobe so organisiert, dass ein bequemer Sitzplatz eingerichtet ist und Mäntel und Schuhe gut erreichbar sind?	☐	☐	☐
Gibt es einen Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?	☐	☐	☐

Wohnzimmer

	A	B	C
Ist die Sitzhöhe von Sesseln, Stühlen und Sofa komfortabel zum Aufstehen und Hinsetzen?	☐	☐	☐
Gibt es neben dem Lieblingsplatz eine gut erreichbare Ablagefläche?	☐	☐	☐
Kann vom Lieblingsplatz aus durch ein Fenster nach draußen geschaut werden?	☐	☐	☐
Hat der Lieblingssessel eine Aufstehhilfe?	☐	☐	☐
Ist ein elektrisch verstellbarer Sessel vorhanden?	☐	☐	☐

Schlafbereich

	A	B	C
Ist die Höhe des Betts so, dass gut aufgestanden werden kann?	☐	☐	☐
Gibt es einen Lattenrost mit elektrisch verstellbarem Kopf- und Fußteil?	☐	☐	☐
Bei Pflegebedürftigkeit: Ist ein Pflegebett vorhanden?	☐	☐	☐
Gibt es um das Bett ausreichend Platz zum Ein- und Aussteigen oder zur Pflegeunterstützung?	☐	☐	☐
Ist eine körpergerechte Matratze, gegebenenfalls Antidekubitusmatratze vorhanden?	☐	☐	☐
Gibt es eine ausreichend große Ablage neben dem Bett (für Licht, Telefon, Medikamente, Lektüre)?	☐	☐	☐
Sind Möglichkeiten zum Auf- und Abstützen, z. B. Bügelstütze, Haltegriffe, angebracht?	☐	☐	☐



Schlafbereich

- Ist ein Lichtschalter vom Bett aus erreichbar?
- Gibt es einen Bewegungsmelder für das Licht für nächtliche WC-Gänge?
- Ist ein Telefon vom Bett aus erreichbar?
- Sind die Möbel so angeordnet, dass genug Platz zwischen Bett und Schränken ist?
- Ist der Schrankinhalt so geordnet, dass die wichtigsten Dinge bequem erreicht werden können?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐

Küche

- Sind die Unterschränke mit leicht gängigen Schüben versehen?
- Sind Küchengeräte höher gestellt (z. B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine) und so im Alltag besser nutzbar gemacht?
- Ist eine Sitz-Stehhilfe vorhanden?
- Gibt es einen Arbeitsplatz zum Sitzen (tiefer als normale Arbeitsflächen)?
- Ist ein unterfahrbare Arbeitsbereich, z. B. für Rollstuhlfahrer, vorhanden?
- Sind zur besseren Erreichbarkeit von täglich benötigten Gegenständen tiefer angebrachte Oberschränke oder hydraulische Schrankeinsätze zum Absenken angeschafft worden?
- Haben die Oberschränke Glasböden, damit ihr Inhalt gut einsehbar ist?
- Sind die Schrankinhalte in Hinsicht auf eine bequeme Nutzung einsortiert?
- Gibt es sicher und leicht zu bedienende Armaturen (z. B. Einhebelmischer mit längerem Griff)?
- Ist zur Sicherheit eine Herdsicherung eingebaut worden?
- Sind nötige Hilfsmittel (Greifhilfen, Esshilfen, z. B. Besteck mit verstärkten Griffen) vorhanden?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐

Sanitärbereich: Kleine Maßnahmen

- Sind Einstiegs- und Stützgriffe für Wanne oder Dusche angeschafft worden?
- Ist die Duschstange gegen einen stabilen Haltegriff zum Festhalten ausgetauscht worden?
- Gibt es rutschhemmende Aufkleber am Wannen- bzw. Duschboden oder eine sichere Badematte?
- Bei einer Badewanne: Ist eines der folgenden Hilfsmittel vorhanden?
- Badebrett als Sitzmöglichkeit zum Auflegen auf die Wanne
 - Badewannendrehsitz
 - Badewannenlifter
- Bei einer Dusche: Ist ein Duschhocker oder Duschsitz (an der Wand befestigt) vorhanden?
- Gibt es einen Platz für das Handtuch, wo es nach der Dusche/dem Baden leicht erreichbar ist?
- Ist die Höhe des WCs für ein bequemes Aufstehen passend?
- Oder sollte das WC durch Aufsatz oder höhere WC-Schüssel angepasst werden?
- Sind Stützgriffe oder Armlernen für die komfortable Nutzung des WCs vorhanden?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐



Sanitärbereich: Größere Maßnahmen

- Öffnet die Tür nach außen und kann sie auch von außen entriegelt werden?
- Gibt es eine bodengleiche Dusche inkl. Haltegriffe und Sitzmöglichkeiten?
- Ist eine sichere und leicht zu bedienende Armatur mit Verbrühschutz angebracht worden?
- Wird ein Bidet oder ein Dusch-WC benötigt?
- Ist das Waschbecken mit Rollstuhl oder mit Toilettenstuhl unterfahrbar?
- Gibt es eine Sitzmöglichkeit vor Waschbecken und Spiegel?
- Ist ein Spiegel in passender Höhe – eventuell kippbar – vorhanden?
- Reicht die Tragfähigkeit der Wände, um ggf. später Haltegriffe nachrüsten zu können?
- Sind die Bodenfliesen ausreichend rutschfest?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐

Balkon und Terrasse

- Ist der Zugang sicher und bequem möglich?
- Ist ein Terrassendeck als Erhöhung des Bodens (evtl. mit angepasster Brüstungshöhe) installiert worden, um Niveauunterschiede auszugleichen?
- Sind Rollläden und Markisen elektrisch bedienbar?
- Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetterschutz vorhanden?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐

Treppen

- Ist ein zweiter Handlauf vorhanden?
- Sind Markierungen an der Stufenvorderkante angebracht worden, die die Stufen optisch klar voneinander abheben?
- Sind ausgetretene oder sehr glatte Stufen repariert bzw. rutschhemmend gestaltet worden?
- Leuchtet die Treppenhausbeleuchtung lange genug, so dass eine Beleuchtung bis Erreichen der Wohnungstür bzw. des nächsten Stockwerks sichergestellt ist?
- Sind auf den Treppenabsätzen Sitzgelegenheiten vorhanden?
- Gilt es eine Beratung über den Einbau eines Treppenlifts einzuholen?
- Wäre eine Beratung zu Treppenraupen oder anderen Treppensteighilfen zur Überwindung von Treppen im Sitzen sinnvoll?
- Sollten (bei einem Mehrparteienhaus) Informationen eingeholt werden, ob ein Aufzug eingebaut werden könnte?

A	B	C
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐
☐	☐	☐

Dieses Heft wurde Ihnen überreicht von:

© Stadtteilarbeit e.V.
Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen
Konrad-Zuse-Platz 11/1. Stock
81829 München
089/ 357043-0
info@komz-wohnen.de
www.komz-wohnen.de

Verein 
Stadtteilarbeit
beratungsstelle-wohnen.de
Stadtteilarbeit e.V.
Aachener Straße 9
80804 München
Tel. 089 35 70 43-0
be-wohnen@verein-stadtteilarbeit.de



AG 2 / 1 Mögliche Standorte für Outdoor Fitnessgeräte

Team Spaß am Leben

Outdoorsportgeräte mögliche Aufstellungsorte

Begehung von möglichen Aufstellungsorten		
1. zwischen Parsbergstraße / Kolpingstraße Spielplatz	+ ausreichend Platz beidseitig vom Fußweg + Nähe zur Sporthalle und zu den Kindereinrichtungen ~ für Einige zu einsichtig von der Straße her ~ stellenweise Begradigung erforderlich	*
2. an der Kneippanlage	+ maximal 1 Gerät für Dehnung möglich ~ kein Platz für eine größere Auswahl von Geräten ~ zu weit außerhalb vom Ortskern	
3. am Starzelbach hinter Agnes Bernauer Straße	+ ausreichend Platz beidseitig vom Fußweg zur Brücke + weniger einsichtig ~ zu weit außerhalb vom Ortskern	*
4. am Bürgerhaus oder am Pferd	~ kein Platz für eine Auswahl von Geräten ~ zu nah an der Staatsstraße	
5. Gelände am neuen Sportplatz bei den Fahnenmasten	+ ausreichend Platz + Nähe zum Sportplatz ~ zu weit außerhalb vom Ortskern ~ anderweitige Nutzung würde nicht mehr möglich sein	
6. Freifläche am Spielplatz Hirtenstraße	+ Platz auf der Freifläche vorhanden mglw. Begrenzt ~ für Einige zu einsichtig von der Straße her	*
7. Freifläche an der Kapellenstraße hinter dem Postkasten	+ ausreichend Platz + Nähe zur Sporthalle und zu den Kindereinrichtungen	*
8. hinter der Schule	+ ausreichend Platz + Nähe zur Sporthalle und zu den Kindereinrichtungen ~ anderweitige Nutzung würde eingeschränkt werden	
9. Parsbergstraße Nähe Skulptur	+ ausreichend Platz ~ stellenweise Begradigung erforderlich	



AG 2 / 2 Outdoorfitnessgeräte Übersicht

Team Spaß am Leben

Outdoorsportgeräte für Beweglichkeit – Kraft – Gleichgewicht – Dehnung



Outdoorsportgeräte - Beweglichkeit

Doppelgerät Beweglichkeit Schulter und Ellbogen



Referenz oben:
Pflegeheim Eichenau

Referenz unten:
Beispielparcours

Ein Katalog mit Fitnessgeräten liegt in der Gemeinde vor.



AG 3 / 1 Wichtige Telefonnummern in Papierform und Website

Wichtige Telefonnummern für den Notfall

Notrufe

Integrierte Leitstelle	
(Feuerwehr, Notarzt)	112
Ärztl. Bereitschaftsdienst	
(Wenn Hausarzt nicht erreichbar)	116 117
Polizei-Notruf	110
Polizei Germering	089 894157-0
Giftnotruf	089 19240
Tier-Notdienst	089 2180-2650
Apotheken-Notdienst	0800 002833

Klinikum FFB

08141 990

Ärzte

Hausarzt Thomas Halt	08141 71848
Zahnarzt Dr. Günter Kwiotek	08141 7669

Sperre Bank-/Kredit-/ Handykarte

116 116

Ämter

Gemeindeverwaltung Alling	08141 379490-0
Seniorenbeirat	08141 386300
Landratsamt FFB	08141 519-0
Bundesagentur für Arbeit	
(z. B. Bürgergeld)	0800 4555500

Schul-/Kindergarteneinrichtungen

Grundschule Alling	08141 5346990
Kindergarten und Kita Alling	08141 53469940
Hort Alling	08141 53469950
Kinderhaus Biburg	08141 8899928

Kirchen

Kath. Kirche Alling	08141 537727
Kath. Pfarrei Pfaffing-Biburg	08141 3481188
Evang. Kirche FFB	08141 22799810
Freie evang. Gemeinde	08141 8887802

Störungsdienste

Wasser	0172 8991272
Abwasser	0172 8305975
Gas Bayernwerk	0941 28003355
Strom Bayernwerk	0941 28003366
Strom Stadtwerke FFB	08141 401390
Telekom	0800 3302000

Meine wichtigen Telefonnummern

Beratungsstellen

Nachbarschaftshilfe Alling	08141 37073
Krisendienst Psychiatrie OBB	0800 6553000
Sucht-/Drogenhilfe	0180 6313031
Kath. Telefonseelsorge	0800 1110222
Evang. Telefonseelsorge	0800 1110111
Seniorenfachberatung LRA FFB	08141 519-957
Pflegestützpunkt LRA FFB	08141 320736



AG 4 / 1 Fahr sicher mit dem Fahrrad u.a. Fahrsicherheitstraining



Fahrsicherheitskurse Fahrrad

Allinger Senioren radeln

Die vielfältige Kulturlandschaft rund um Alling und die Radwege in die umliegenden Gemeinden werden von unseren Seniorinnen und Senioren intensiv zum Radeln genutzt. Viele entdecken mit dem Einstieg in den Ruhestand das Radeln als wertvolle, gesunde Freizeitbeschäftigung neu. Mit der Nutzung von E-Bikes (Pedelec) hat sich der Radius deutlich vergrößert, das vor unserer Haustür liegende Fünfseenland bietet unendliche Möglichkeiten für Radtouren.

Gleichzeitig sind Radfahrer besonders durch Unfälle sowohl im Straßenverkehr wie auch durch Stürze (Eigenunfälle) gefährdet. Besonders der Umstieg vom normalen Drahtesel auf ein E-Bike stellt neue Anforderungen.

Neben der notwendigen Sicherheitsausrüstung – nie ohne Helm - bieten Fahrsicherheitstrainings die Möglichkeit altersgerechte Fahrpraktiken zu erlernen und zu üben.

In Alling bieten sich der ADFC (Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club e.V.) mit seinen Kreis- und Ortsgruppen in Starnberg / Gilching, Fürstenfeldbruck und München für Fahrsicherheitstrainings an. Sie stehen für Seniorinnen und Senioren, auch Nichtmitglieder des ADFC (30€), zur Verfügung.



[ADFC Fürstenfeldbruck](#)

[ADFC FFB – ADFC Radfahrschule](#)



[ADFC Starnberg - Gilching](#)

[ADFC Touren - Fahrsicherheitstraining](#)



[ADFC München](#)

[ADFC Fahrsicherheitstraining](#)



Fahrsicherheitskurse Fahrrad



[TSV Alling e.V.](#)

Der TSV Alling bietet in den Sommermonaten Freitag ab 17:00 Uhr begleitete Radtouren rund um Alling an. Die Touren sind 25 bis 30 km lang und dauern maximal 2,5 Stunden. Die Teilnehmer, überwiegend Senioren, sind mit Mountainbike oder E-Bike unterwegs. Interessierte melden sich gerne bei Seniorenbeirat@alling.de, wir geben Sie gerne an den Ansprechpartner des TSV weiter.





AG 4 / 2 Fahr sicher mit dem Auto u.a. Rückmeldefahrten



Fahr sicher mit dem Auto

Sicher Autofahren als Senior

83% der Allinger Senioren bevorzugen das Auto als Fortbewegungsmittel. Die Mobilität mit dem Auto bedeutet für viele Mitbürgerinnen und Mitbürger Lebensqualität, Unabhängigkeit, Freude am Reisen und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Senioren sind zwar unterdurchschnittlich an Unfällen beteiligt, doch fragen sich viele Senioren, ob sie noch fit genug zum Autofahren sind.

Die folgenden Hinweise haben das Ziel die Mobilität älterer Fahrerinnen und Fahrer so lange wie möglich zu erhalten.

Der **Gesundheitscheck** beim Hausarzt ist die wichtigste Voraussetzung für die Teilnahme am Straßenverkehr.



Überprüfung der Sehfähigkeit, der Hörfähigkeit, der Beweglichkeit und des Reaktionsvermögens.
Auswirkung von Medikamenten.

Rückmeldefahrten ermöglichen die persönliche Fahrfertigkeit freiwillig und ohne Risiko für den Führerschein zu überprüfen. Die Rückmeldefahrt dauert im Normalfall 45 Minuten und wird von einem qualifizierten Fahrlehrer als Beifahrer begleitet. Die Fahrt findet im eigenen PKW statt. Nach der Fahrt wird die Fahrt gemeinsam ausgewertet und der Fahrlehrer gibt individuelle Beratung und Empfehlungen.

Der ADAC bietet Rückmeldefahrten unter dem Namen Fahr-Fitness-Check an. Diese entsprechen den Kriterien des Deutschen Verkehrssicherheitsrates. Darüber hinaus bieten den Service auch Fahrschulen in unserer Region an.

Fahrsicherheitstrainings machen fit und geben Sicherheit, auch in kritischen Situationen richtig zu reagieren. Diese Trainings werden vom ADAC in unserer Nähe in Augsburg, Landshut, Ingolstadt und Kempten angeboten. Speziell für Seniorinnen und Senioren bieten aktuell nur die ADAC Fahrsicherheitszentren in Rhein-Main und Thüringen Trainings an.

Die entsprechenden Informationen des ADAC:

Sicherheit im Verkehr für Senioren | ADAC

Alle Standorte mit ADAC Fahrsicherheits-Trainings

Pkw-Fahrsicherheitstrainings für alle Autofahrer | ADAC

ADAC Fahrsicherheitstraining für Senioren | fahrtraining.de



AG 4 / 3 eRezept und Apothekenlieferdienste - Liste der Apotheken



eRezept und Apothekenlieferdienste

Im Januar 2024 wurde das Papier-Rezept durch das eRezept abgelöst. Auch wenn Papierrezepte immer noch ausgestellt und eingelöst werden, erleichtert das eRezept die Bestellung von Medikamenten in der Apotheke und damit auch die Nutzung des Lieferservices.

Gerade für Seniorinnen und Senioren mit eingeschränkter Mobilität ist der Lieferservice der Apotheken von großer Bedeutung. Der Seniorenbeirat wird immer wieder angesprochen, welche Apotheken in den Nachbargemeinden einen Lieferservice bieten.

Da sich die Bereitstellung des Services immer wieder ändert, stellen wir auf der Website des Seniorenbeirates die entsprechende Information zur Verfügung.

Wir haben die Information zum Lieferservice speziell für unsere Gemeindeteile durch Telefonate bei den Apotheken überprüft. Hier führen wir nur die Apotheken auf, welche den Service explizit zugesichert haben.

Ort	Apotheke	Lieferung Alling	Lieferung Biburg	Lieferung Holzhausen
Germering	Apotheke am Bahnhof	✓	✓	✓
Germering	St. Martin Apotheke	✓	-	-
Gilching	Hartmann Apotheken St. Vitus Vita Plus	✓	✓	✓
Gilching	Römer Apotheke	✓	✓	✓
Fürstenfeldbruck	Ahorn Apotheke	✓	✓	✓

Informationen zum eRezept finden sie unter dem folgenden Link:

[Elektronisches Rezept \(E-Rezept\) | BMG](#)



AG 4 / 4 Persönliche Hilfsmittel zur Mobilität mit Prozess zur Beschaffung



Persönliche Hilfsmittel zur Mobilität

Persönliche Mobilität – Welche Hilfsmittel gibt es?

Es gibt eine Vielzahl von Hilfsmitteln, die Senioren im Alltag unterstützen können. Hier sind einige Beispiele:

- **Gehhilfen:** Krücken, Gehstöcke, Rollatoren oder Gehwagen, um das Gehen zu erleichtern und das Sturzrisiko zu verringern.
- **Rollstühle:** für längere Strecken oder wenn das Gehen zu anstrengend ist. Es gibt verschiedene Modelle, z.B. Leichtgewichtrollstühle oder Multifunktionsrollstühle.
- **Rollatoren mit Korb:** praktisch für den Einkauf und den Alltag
- **Einkaufstrolleys:** erleichtern das Tragen von Einkäufen
- **Elektromobile:** elektrische Rollstühle oder Scooter, um größere Strecken bequem zurückzulegen.
- **Hilfsmittel für die Mobilität im Haus:** Treppenlifte, Rampen, Haltegriffe im Bad oder an Treppen
- **Sicherheits- und Orientierungshilfen:** Notrufsysteme, Lichtschalter mit Bewegungsmeldern, rutschfeste Matten
- **Hilfsmittel im Haushalt:** spezielle Küchenhelfer, große Bedienelemente, erleichterte Türgriffe

Diese Hilfsmittel können in Sanitätshäusern gekauft oder ausgeliehen werden. Bei Bedarf kann auch eine Beratung durch Fachstellen, wie die Seniorenfachberatung im Landratsamt, hilfreich sein

Persönliche Mobilität – Wo kann man Hilfsmittel wie Krücken, Rollatoren, Rollstühle, Einkaufstrolleys oder Elektromobile erhalten?

Grundsätzlich können Hilfsmittel in Sanitätshäusern entweder gekauft oder ausgeliehen werden. Die Kosten können in der Regel privat getragen werden. Wenn eine Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich ist, läuft der Prozess folgendermaßen ab:

1. **Rezept vom Arzt:** Der Arzt stellt ein Rezept für das benötigte Hilfsmittel aus.



Persönliche Hilfsmittel zur Mobilität

2. **Klärung mit der Krankenkasse:** Der Patient sollte mit seiner Krankenkasse Kontakt aufnehmen, um zu klären:
 - Welche Sanitätshäuser sind Vertragspartner der Krankenkasse und führen das gewünschte Hilfsmittel?
 - Welche Kosten übernimmt die Krankenkasse?
3. **Entscheidung des Patienten:** Der Patient entscheidet, ob er das Hilfsmittel kaufen oder lieber leihen möchte. Dabei sollte er die jeweiligen Besonderheiten der Hilfsmittel berücksichtigen.

Viele Hilfsmittel können ausgeliehen werden. Nach Ablauf der Leihzeit kann das Hilfsmittel zurückgegeben oder die Leihdauer verlängert werden.

Beispiele:

Ein Kassen-Rollator (mit Korb) kann in der Regel geliehen werden, während komfortablere Modelle meist gekauft werden müssen.

Rollstühle werden ebenfalls verliehen. Es ist wichtig, die richtige Größe zu wählen. Eine Beratung kann sinnvoll sein, da es verschiedene Modelle gibt, z.B. Leichtgewichtrollstühle oder Multifunktionsrollstühle.

Wenn eine Rampe benötigt wird, ist eine Vor-Ort-Besichtigung notwendig.

Hilfestellung und Beratung:

Senioren können bei der Seniorenfachberatung im Landratsamt Fürstentum Fürstentum Fürstentum Unterstützung erhalten. Die Beratung ist umfassend, neutral, vertraulich und kostenlos. Termine vor Ort in Alling können vereinbart werden.

Kontakt:

Homepage: www.alling.de/seniorenfachberatung-ira-ffb

E-Mail: pflegestuetzpunkt@ira-ffb.de

Telefon: 08141 519 957



Seite: 33



Öffentliche Verkehrsmittel

Merkmal	MVV-Abo 65	Deutschlandticket
Zahlung	Monatlich oder jährlich	Monatlich
Übertragbarkeit	Persönlich oder übertragbar	Nicht übertragbar

Weitere Infos findest du hier: [MVV-Abo 65](#) [Deutschlandticket](#)

Preisbeispiel (Stand Mai 2025):

- MVV-Abo 65 (Zone M-2, z.B. München/Alling/Fürstenfeldbruck): ca. 763 Euro im Jahr (bei monatlicher Zahlung)
- Deutschlandticket: ca. 696 Euro im Jahr (bei monatlicher Zahlung)

Fazit:

Das Deutschland-Ticket ermöglicht Reisen in ganz Deutschland und ist derzeit günstiger als das MVV-Abo 65 in der Zone M-2. Das MVV-Abo 65 kann jedoch auch als übertragbares Ticket genutzt werden, was bedeutet, dass es von mehreren Personen abwechselnd verwendet werden kann.

MVV-RufTaxi

Das MVV-RufTaxi fährt im MVV-Tarif, allerdings ohne Kurzstreckenregelung. Es ist vor allem dann im Einsatz, wenn die Regionalbusse nicht fahren – also abends, nachts, am Wochenende und an Feiertagen. Das Taxi muss rechtzeitig per MVV-App oder telefonisch bestellt werden.

Weitere Infos findest du hier:
[RufTaxi & FLEXlinie | MVV](#)

Angebote der Deutschen Bahn (DB) für Senioren

Die Deutsche Bahn bietet verschiedene vergünstigte Tickets speziell für Senioren an, zum Beispiel:



Öffentliche Verkehrsmittel

- **Super Sparpreis Senioren** – günstige Fahrkarten ab 65 Jahren, die es ermöglichen, zu einem reduzierten Preis innerhalb Deutschlands zu reisen.
- **Senioren BahnCards** – spezielle BahnCards für Personen ab 65 Jahren, die Rabatte auf Fahrkarten gewähren und das Reisen noch günstiger machen.

Weitere Informationen zu diesen Angeboten findest du hier: [Deutsche Bahn – Seniorenangebote](#).

Zusätzlich bietet die Mobilitätsservice-Zentrale der Bahn Unterstützung beim Ein-, Um- oder Aussteigen, zum Beispiel mit einem Hublift für den Rollstuhl. Sie hilft auch bei Fragen zu barrierefreien Zügen, Bahnhöfen und Mindestumsteigezeiten.

Wenn Sie Reiseplanung, Sitzplatzreservierungen oder Fahrplanauskünfte benötigen, können Sie dort ebenfalls persönliche Beratung erhalten.

Weitere Details und Unterstützung rund um barrierefreie Reisen mit der Deutschen Bahn finden Sie unter folgendem

Link: <https://www.bahn.de/service/individuelle-reise/barrierefrei>.

Dort erfahren Sie alles Wichtige zu barrierefreien Zügen, Bahnhöfen, Hilfsangeboten und wie die Deutsche Bahn dir beim Reisen mit besonderen Bedürfnissen helfen kann.



AG 4 / 6 Rewe Lieferservice, ausführliche Beschreibung



REWE Lieferservice für Lebensmittel

Seniorinnen und Senioren genießen den Einkauf vor Ort in Alling. Ist der eigene Einkauf zu beschwerlich und stehen keine Nachbarn oder Familienmitglieder für den Abholservice zur Verfügung, bietet der REWE mit Online-Bestellung und Lieferung bis zur eigenen Wohnungstür eine angenehme Alternative. Der Seniorenbeirat hat die Lieferung hier in Alling getestet und gute Erfahrungen gemacht. Die Test-Bestellungen wurden aufgrund der besseren Lesbarkeit am PC durchgeführt.

Schritt 1 Über diesen Link kommen Sie auf den REWE-Shop

[Lebensmittel online bestellen im REWE Onlineshop](#)

Schritt 2 Anmeldung

Der Bestellprozess beginnt mit einer einmaligen Registrierung, um das persönliche Kundenkonto auf Basis der Emailadresse einzurichten und persönliche Daten einschließlich Lieferadresse und Rechnungsadresse zu hinterlegen. Nach der Registrierung ist nur noch eine Anmeldung mit der Mailadresse notwendig.

Schritt 3 Lieferservice auswählen.

Nach der Anmeldung kommt man auf den Überblick des Shops und hier wählen wir in der obersten Zeile **Lieferservice** aus. Dies bleibt für die nächsten Bestellungen vorbelegt. Die Alternative ist der Abholservice, den wir hier nicht betrachten.

Schritt 4 Artikel auswählen über Kategorien





REWE Lieferservice für Lebensmittel

Nun können wir nach Kategorien (z. B. Obst, Gemüse, Getränke, Haushaltsartikel) unseren Einkauf zusammenstellen. Wir suchen in jeder Kategorie die Produkte, welche wir einkaufen wollen.

Dies funktioniert durch Auswahl des Produktes in der jeweiligen Kategorie, hier kann durch eine große Liste an Produkten gescrollt werden.

- Wurde das gewünschte Produkt nicht auf der Seite gefunden, kann unten zur nächsten Seite innerhalb der Kategorie weiter geschaltet werden.
- Links kann man noch auf Unterkategorien klicken, um gezielter auszuwählen.

Klickt man auf ein einzelnes Produkt, erhält man eine Beschreibung und kann ggfs. noch aus unterschiedlichen Varianten auswählen. Viele Produkte sind in mehreren Packungsgrößen vorhanden.

Durch Klick auf das Einkaufswagensymbol kommt ein Teil in den Warenkorb, man kann aber auch eine höhere Stückzahl auswählen.

Hat man ein einzelnes Produkt ausgewählt kann man mit der Navigationsleiste über dem Produkt wieder in höhere Ebenen zurück gehen, oder auf die übergeordnete Ebene verzweigen.

Mit Klick auf Sortiment kommt man wieder in das Startmenü mit allen Kategorien.

Mit der Suche-Funktion kann man direkt Produkte suchen und auswählen. Hier können sowohl Produktnamen wie auch Hersteller angegeben werden.

Bei manchen Produkten gibt es einen Mengenrabatt, bitte beachten.

Nicht alle Artikel aus dem stationären Laden werden angeboten. Ein Vergleich der Preise hat nicht stattgefunden. .

Rechts oben wird einem der Einkaufskorb mit der Anzahl der Artikel und dem Einkaufswert angezeigt.



REWE Lieferservice für Lebensmittel

Schritt 5 Warenkorb / Einkaufswagen überprüfen

Der Warenkorb ist rechts oben, wenn der Mindestbestellwert von 60,00€ erreicht ist, hat er die Farbe Grün. Er zeigt die Stückzahl und den Wert des Einkaufs in €.

Ruft man den Warenkorb auf, sieht man alle Produkte, die man gewählt hat, man kann nun die Menge nochmals anpassen.

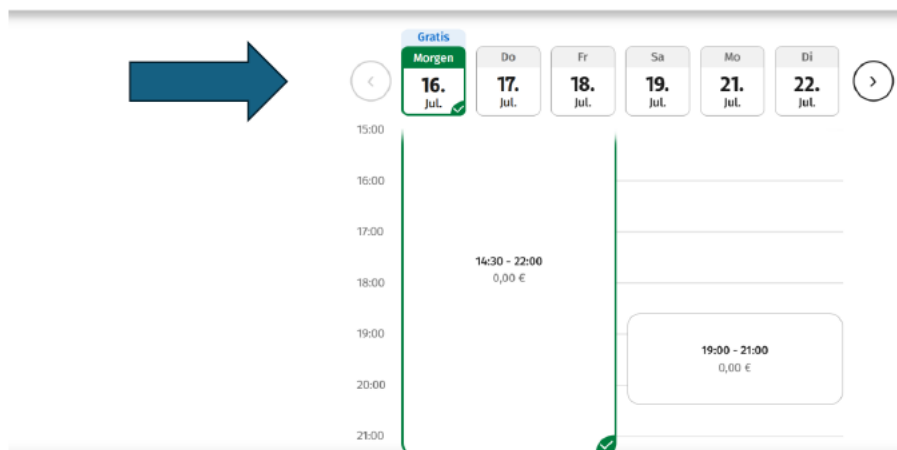
Schritt 6 Liefertermin auswählen



Geht man aus dem Warenkorb zurück kommt man auf die Übersicht und kann links vom Warenkorbsymbol den Button Liefertermin wählen.

Die Lieferkosten werden einem datumsgerecht dargestellt. Ein bestimmter Wochentag ist kostenlos. Ebenso ist die erste Bestellung kostenlos.

Verfügbare Liefertermine





REWE Lieferservice für Lebensmittel

Die Lieferkosten sind abhängig vom Warenkorb und Liefertermin. Die Lieferkosten werden datumsgerecht dargestellt. An einem Tag pro Woche gibt es einen Gratis-Liefertag. Je nach Postleitzahl variiert der Liefergebühr-freie Tag. Ebenso ist die erste Bestellung kostenlos. Die Lieferkosten liegen zwischen 0,00€ am Gratistag (beim Autor Mittwoch) und 4,90€. Ab einem Warenkorb von 120,00€ fallen keine Lieferkosten an.

Normalerweise wird ein Zeitraum von ca. 8 Stunden angegeben, z.B. 14.00 Uhr bis 22.00 Uhr. Teilweise kann auch ein kürzerer Zeitraum z.B. 2 Stunden gewählt werden.

Schritt 7 Warenkorb aufrufen und Gesamtkosten prüfen

Zum Einkaufswert werden Pfand, Pfandtaschen und Lieferkosten dargestellt.

Schritt 8 Zur Kasse gehen

Zur Kasse →



Gesamtsumme	105,76 €
Preise inklusive Mehrwertsteuer	
Produkte (43)	102,46 €
Pfand	0,30 €
<u>Pfandtaschen</u>	3,00 €
<u>Lieferung</u>	Für dich gratis

Rechnungsadresse, Lieferadresse, Kosten werden angezeigt und können mit Button „Weiter“ bestätigt oder geändert werden.



REWE Lieferservice für Lebensmittel

Schritt 9 Zahlungsart eingeben

Es besteht die Möglichkeit per Lastschrift, Kreditkarten, Paypal, GooglePay und per Rechnung zu bezahlen.

Wurde bereits eine Zahlungsart genutzt, steht diese ohne Neueingabe zur Verfügung. Der Autor hat nur Lastschrift getestet.

Schritt 10 Abschlussbildschirm und Bestellung

Liefertermin, Rechnungsadresse, Lieferadresse, Zahlungsart und Gesamtsumme werden angezeigt, der gesamte Warenkorb kann angezeigt werden.

Mit dem Button „Jetzt bestellen“ erfolgt die verbindliche Bestellung.

Liefertermin

Mittwoch | 16.07.2025 | 14:30 - 22:00 Uhr [← Zurück zum Liefertermin](#)

Rechnungsadresse

Wolfgang Klarmann
Wittelsbacher Weg 1
82239 Alling
Deutschland
Tel.: +491728527669 [← Zurück zur Adresse](#)

Lieferadresse

Wolfgang Klarmann
Wittelsbacher Weg 1
82239 Alling
Tel.: +491728527669 [← Zurück zur Adresse](#)

Müssen wir beim Liefern auf etwas achten?

Zum Beispiel: "Eingang ist im Hinterhof"

255 Zeichen

Gesamtsumme 105,76 €

Preise inklusive Mehrwertsteuer

Produkte (43) 102,46 €

Pfand 0,30 €

Pfandtaschen 3,00 €

Lieferung Für dich gratis

Wir liefern dir deine bestellten Produkte. Ob du sie kaufen möchtest, entscheidest du bei der Lieferung. Hier findest du unsere geltenden AGB, Nutzungsbedingungen und Datenschutzhinweise.

[Jetzt bestellen](#)

REWE Bonus

Bonus-Guthaben: 0,00 €

Sammel noch 1,00 €, dann kannst du dein Guthaben einlösen.

Hast du einen Gutschein?



REWE Lieferservice für Lebensmittel

Die Bestellung kann geändert werden, bis REWE mit dem Packen beginnt.

Die Bestellung wird zusätzlich per Mail bestätigt.

Am Vortag wird man im Normalfall per SMS mit der konkreteren Lieferzeit benachrichtigt. Ca. 20 Minuten vor der Lieferung kommt eine weitere SMS mit dem Hinweis auf die Lieferung.

Leergut kann dem Fahrer wieder mitgegeben werden.

Ergänzungen:

Auf die Bonusregelungen wurde in der Beschreibung nicht eingegangen.

Nach dem Anmelden ist ein Zugriff auf die bisher gekauften Artikel oder die Artikel des letzten Einkaufs möglich.

Unter Angebote finden sich die aktuellen Angebote, eine komfortable Möglichkeit Geld zu sparen. Auf viele Artikel gibt es Mengenrabatte von 5-10%

Leergut und die Tragetaschen können dem Lieferservice mitgegeben werden und werden direkt auf der Rechnung berücksichtigt.

Erst nach der Lieferung wird die Rechnung erstellt und auch die Abbuchung erfolgt im Nachgang. Die Rechnung wird per Mail nach der Zustellung zugesandt.

Einzelne Preisvergleiche haben keine unterschiedlichen Preise ergeben. Da die Ware nicht von unserem Allinger Markt geliefert wird, sind Unterschiede möglich.

Natürlich empfehlen wir, falls dies möglich ist, den Einkauf in unserem REWE vor Ort, da wir damit unser Dorf durch die Gewerbesteuer, Arbeitsplätze usw. unterstützen. Hervorzuheben ist auch das soziale Engagement von Herrn Aleksandar Ristic hier bei uns in Alling, dass natürlich nur möglich ist, wenn wir hier vor Ort einkaufen. Ebenfalls ist es möglich den REWE Abholservice vor Ort im REWE Markt von Aleksandar Ristic zu nutzen. Sie können über dieselben Bestellschritte wie beim Lieferservice online bestellen und einen Abholtermin im Markt auswählen. Die Mitarbeitenden im Markt packen Ihren Einkauf zusammen und Sie können den Einkauf von ihrer Familie oder von Freunden und Bekannten abholen lassen.



AG 4 / 7 Zusätzliche Bushaltestelle X900 - Argumentationspapier
für Gemeinderat

Zusätzliche Bushaltestelle an der Staatsstraße REWE / Gewerbegebiet

Aktuelle Situation

- Alling hat für den Expressbus X900 die Haltestellen Hoflacherstraße und Antonistraße. Diese decken mit der Haltestelle Hoflacherstrasse den Bereich des Nordwestens von Alling (Nussfeld, Marienberg, Gries) und mit der Haltestelle Antonistraße das Zentrum von Alling und die Neubausiedlung Weidenlohstraße ab.
- Das Gewerbegebiet von Alling, der Sportplatz und die Märkte von REWE und ALDI haben keine eigene Bushaltestelle. Dies gilt auch für das Siedlungsgebiet im Bereich Hirtenstrasse. Dies bedeutet, diese Bereiche können nur über die Haltestelle Antonistraße (zur Rossfeldstr. 600m) erreicht werden.
- Arbeitnehmer im Gewerbegebiet (gewerblicher Bereich) nutzen vor allem am frühen Morgen die Busverbindung nach Alling. Der Fußweg von der Haltestelle Antonistraße ins Gewerbegebiet beträgt ca. 1 km.

(Fa. Vilgertshofer 890m; Mitgefaller 940m)

- Die Märkte von REWE und ALDI sind von der Haltestelle Antonistraße knapp 500m entfernt, gerade für ältere Mitbürger eine weite Strecke. Die Nutzung des Busses X900 lohnt sich aus dem Nordwesten nur, wenn eine bessere Anbindung der Märkte erfolgt.

Vorschlag

- Einrichten einer zusätzlichen Bushaltestelle im Bereich der Supermärkte REWE und ALDI für den Bus X900. Diese kann ggfs. als Bedarfshaltestelle ausgewiesen werden.



- Nutzung der bestehenden Ampelanlage zur Erreichung der jeweils anderen Straßenseite.

Vorteile

- Vereinfachung für die Mitarbeiter im Gewerbegebiet, da sowohl der Zugang Streiflacherweg, wie auch am Hartholz, genutzt werden kann. Der Fußweg reduziert sich signifikant um ca. die Hälfte und damit unter 500m.
- Bürger aus den Siedlungsgebieten entlang der Hirtenstraße, Roßfeld- und Blumenstraße etc. haben eine wesentlich bessere Erreichbarkeit des Busses.
- Bürger aus der Ortsmitte und vor allem dem Nordwesten von Alling erreichen die Supermärkte leichter per Bus.
Gerade die Bevölkerung in diesem Bereich hat heute einen sehr langen Weg, da sich der Bus kaum lohnt. In der Seniorenbürgerversammlung 2024 wurde deshalb die Aufstellung entsprechender Bänke zum Ausruhen angeregt, damit die weite Strecke leistbar ist. Hier ist für viele Bürger, eine deutliche Erleichterung möglich.
- Bestehender Einkaufsverkehr aus Gilching verlagert sich ggfs. auf den Bus. Zusätzliche Kunden aus Gilching wird der Einkauf in Alling erleichtert.
- Das Gewerbegebiet wird für Arbeitnehmer attraktiver, da die Erreichbarkeit mit dem X900 Bus verbessert wird.