

Angebote im Überblick

Hilfe und Betreuung zu Hause

- Hilfe bei alltäglichen Haushalts- und Reinigungsarbeiten
- Hilfe bei der Körperpflege (in Absprache mit der Spitex)
- Begleiten zu Terminen oder zum Einkaufen
- Betreuen von Menschen mit einer Demenzerkrankung
- Entlasten von betreuenden Angehörigen
- Mahlzeitendienst

Kurse und Gruppenaktivitäten

- Sprachkurse, Sprachencafé
- Computer-, I-Phone-, I-Pad-Kurse
- Blockflötenkurse
- Kurs für sicheres Autofahren
- Wassergymnastik, Qi-Gong
- Turn- und Spaziergruppen
- Tagesausflüge auf dem See
- Jass-, und Singnachmittage
- Betriebsbesichtigungen

Beratung und Information

- Finanzielle Unterstützung in Notlagen
- Beraten bei finanziellen und rechtlichen Fragen
- Beraten zu Wohnformen im Alter, zu Hilfsmittel, Entlastungsangebote und deren Finanzierung
- Hilfe bei administrativen Aufgaben und beim Ausfüllen der Steuererklärung.
- Hilfe bei Umzug oder Wohnungsauflösung

Coaching für betreuende Angehörige

Vorsorgedokumente

- Vorsorgepass
- Patientenverfügung
- Anordnung für den Todesfall
- Leitfaden Testament

Anlaufstelle für Altersfragen

Pro Senectute Regionalstelle Rorschach & Unterrheintal

Reitbahnstrasse 2, 9401 Rorschach, Telefon 071 844 05 16

rorschach@sg.prosenectute.ch, www.sg.prosenectute.ch

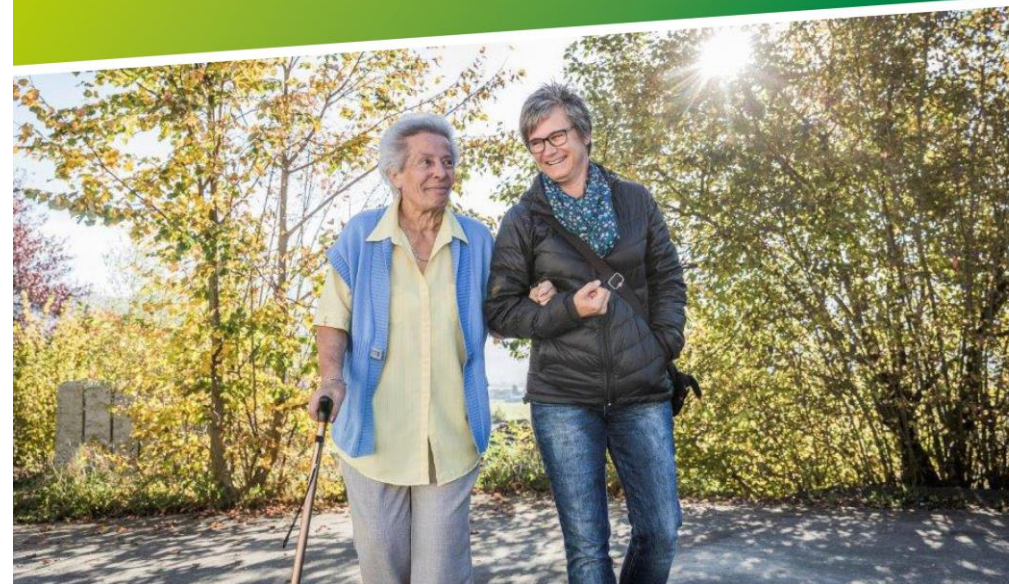
www.facebook.com/prosenectuterorschach

Spendenkonto: CH49 0900 0000 9001 1561 4

Öffnungszeiten

Montag – Freitag: 08:30 – 11:30 Uhr, 14:00 – 17:00 Uhr

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Hilfe und Betreuung zu Hause

in den Gemeinden

- Berg
- Goldach
- Mörschwil
- Rorschach
- Rorschacherberg
- St. Margrethen
- Steinach
- Tübach
- Untereggen

Hilfe und Betreuung zu Hause

Zu Hause sein und nicht allein

Wenn Sie durch Krankheit, Unfall oder durch nachlassende Kräfte im Alter Mühe haben, alltägliche Aufgaben zu bewältigen, unterstützt Sie Pro Senectute beim Leben zu Hause mit verschiedenen Hilfeleistungen.

Hilfe nach Bedarf

Damit die Einsätze gut geplant werden können, klärt die zuständige Einsatzleiterin bei Ihnen zu Hause ab, welche Hilfe Sie benötigen.

Einsätze durch engagierte Haushelferinnen

Die Hilfe wird von erfahrenen und freundlichen Haushelferinnen geleistet. Sie erledigen die Aufgaben sorgfältig, haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen und unterstehen der Schweigepflicht. Wir achten darauf, dass die Einsätze bei Ihnen möglichst von derselben Haushelferin geleistet werden.

Sie erhalten Hilfe bei der Alltagsbewältigung...

... bei alltäglichen Haushaltsaufgaben: zum Beispiel beim Betten, bei der Raumpflege, beim Abstauben, Staubsaugen, Böden aufwischen, Reinigen von Küche und Bad, beim Wäsche waschen, aufhängen, bügeln.

... beim Sorgen für das leibliche Wohl: zum Beispiel bei der Vorratskontrolle, beim Einkaufen, Zubereiten von Mahlzeiten, Küche aufräumen, Geschirr waschen.

... bei der Pflege, im Zusammenhang mit Betreuungseinsätzen (in Absprache mit der Spitex).

... beim Einhalten von Terminen oder Erledigen von anderen Besorgungen: Sie werden begleitet oder durch Botengänge unterstützt.

Hilfe zur Entlastung von Angehörigen

Betreuende Angehörige werden durch Hilfe bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben oder bei der Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung entlastet.

Mahlzeitendienst

Der Mahlzeitendienst sorgt für eine ausgewogene Ernährung. Die Mahlzeiten werden in einem Heim der Region gekocht und durch unsere Verteilerinnen ausgeliefert.

Kosten

Die Tarife finden Sie im Tarifblatt.

Versicherungsbeiträge

Pflegeleistungen werden zu 90% von der Krankenkasse übernommen. Hauswirtschaftliche Leistungen werden allenfalls über Zusatzversicherung oder über Ergänzungsleistungen zurückerstattet.

Haben Sie Fragen?

Pro Senectute Hilfe und Betreuung
Reitbahnstrasse 2, Rorschach
071 844 05 16

