

**PRO
SENECTUTE**
ZÜRICHSEE-LINTH



**Einsamkeit im Alter –
Wir bringen Menschen zusammen!**

Einfach mit TWINT spenden

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Geschätzte Einwohnerinnen und Einwohner
der Region Zürichsee-Linth

Einsamkeit macht Menschen verletzlich und still, oft begleitet von dem quälenden Gefühl, unsichtbar zu sein. Ein Gefühl, was viele ältere Menschen kennen – irgendwie nicht mehr richtig dazugehören. Freunde sind verstorben, die Familie weit weg, der Alltag still geworden. Dabei ist Einsamkeit kein persönliches Versagen, sondern eine menschliche Erfahrung, die uns alle treffen kann. Einsamkeit ist mehr als seelisches Leid – sie gefährdet die Gesundheit und kann die Lebenserwartung kürzen. Einsamkeit ist kein Zeichen von Unzulänglichkeit, auch wenn Scham oft mitschwingt. Doch es gibt Wege heraus: Es ist wichtig, sich Hilfe zu suchen, anzunehmen und zu erhalten. Pro Senectute ist Ansprechpartnerin für Betroffene und Angehörige. Wir sind da, um Menschen zu begleiten und wieder Verbindung zu schaffen.

Spenden zu Gunsten unserer Regionalstelle ermöglichen, dass wir ältere Menschen und ihre Angehörigen in der Region gezielt unterstützen können – genau da, wo Hilfe gebraucht wird! Jeder Beitrag fliesst direkt in unsere Arbeit.

Für Ihr Vertrauen in unsere Arbeit und Ihre
Solidarität mit Menschen im Alter danken wir Ihnen
von Herzen!

Weil niemand im Alter allein sein sollte. Weil Nähe
heilt. Weil Sie den Unterschied machen können.

Ihr Team von Pro Senectute Zürichsee-Linth

PRO
SENECTUTE
ZÜRICHSEE-LINTH

Escherstrasse 9B, 8730 Uznach
Telefon 055 285 92 40
uznach@sg.prosenectute.ch
www.sg.prosenectute.ch

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH31 0873 1001 2829 5201 3
Pro Senectute Zürichsee Linth
Escherstrasse 9B
8730 Uznach



Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung Betrag
CHF 50.00

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag
CHF 50.00

Konto / Zahlbar an
CH31 0873 1001 2829 5201 3
Pro Senectute Zürichsee Linth
Escherstrasse 9B
8730 Uznach

Zusätzliche Informationen
Spende CHF 50.00 Herbstsammlung 2025

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH31 0873 1001 2829 5201 3
Pro Senectute Zürichsee Linth
Escherstrasse 9B
8730 Uznach



Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung Betrag
CHF

Annahmestelle

Zahlteil



Währung Betrag
CHF

Konto / Zahlbar an
CH31 0873 1001 2829 5201 3
Pro Senectute Zürichsee Linth
Escherstrasse 9B
8730 Uznach

Zusätzliche Informationen
Spende Herbstsammlung 2025

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Hilfe bei der Alltagsbewältigung und Betreuung gewährleisten



Zahlen und Fakten

Ältere Menschen wollen möglichst lange zu Hause wohnen bleiben. Rund 91% der Personen über 65 leben zu Hause. Über ein Drittel von ihnen ist auf mindestens eine Form der Betreuung oder Unterstützung angewiesen, damit das selbständige Wohnen möglich bleibt.

Pro Senectute Kanton St. Gallen hat 2024 für über 5'100 Kundinnen und Kunden über 255'000 Stunden zu Hause in der vertrauten Umgebung geleistet. Sie hat ihnen so weiter ein Leben daheim ermöglicht.

PRO SENECTUTE bietet Hilfe und Betreuung,

damit sich Seniorinnen und Senioren in ihrer eigenen Wohnung wohlfühlen und sie und deren Angehörige Unterstützung und Entlastung erhalten.

- Haushaltshilfe
- Betreuung im Alltag
- Begleitung im Alltag
- Entlastung von betreuenden Angehörigen
- Vermitteln von Mahlzeitendienst

Zugang zu Informationen und Ressourcen ermöglichen



Zahlen und Fakten

Für 86% der Rentnerinnen und Rentner schafft das Schweizer Drei-Säulen-System finanzielle Sicherheit. Fast 300'000 über 65 Jahre sind jedoch von Altersarmut betroffen oder gefährdet. Sie haben Schwierigkeiten, über die Runden zu kommen und sind auf Zusatzleistungen angewiesen.

Pro Senectute Kanton St. Gallen hat 2024 für über 5'000 Kundinnen und Kunden knapp 20'000 Stunden an unentgeltlicher Beratung geleistet hat Ratsuchenden Unterstützung geboten und Hilfe vermittelt.

PRO SENECTUTE stellt Information und Beratung

zu allen Fragen rund ums Alter bereit, damit Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige sorgenfrei am Leben teilnehmen können.

- Beratung zu Finanzen, Gesundheit, Wohnen, Recht, Lebensgestaltung
- Infostelle Demenz
- Beratung zu Vorsorgedokumenten
- Administrativer Dienst
- Steuerklärungsdienst

Soziale Teilhabe erhalten und stärken



Zahlen und Fakten

In der Schweiz ist jede vierte Person im Alter von Einsamkeit betroffen. Von Personen über 85 Jahre sind 37% einsam. Einsame Menschen leiden unter sozialer Isolation. Einsamkeit stellt ein Gesundheitsrisiko dar und führt zu einer tieferen Lebenserwartung.

Pro Senectute Kanton St. Gallen hat 2024 in über 1'000 Kursen oder Gruppen 17'000 älteren Menschen soziale Teilhabe und Austausch ermöglicht. Sie hat bei diesen einen Beitrag gegen Einsamkeit geleistet.

PRO SENECTUTE ermöglicht **Begegnung und Austausch**, damit sich Seniorinnen und Senioren vernetzen, Wissen und Interessen miteinander teilen und so geistig und körperlich beweglich bleiben.

- Sport- und Bewegungsangebote
- Wander- und Velogruppen
- Computer- und IT-Kurse
- Sprach- und Bildungsangebote
- Kreativkurse
- Regelmässige Treffen

Soziales Engagement fördern und begleiten



Zahlen und Fakten

Etwa ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung engagiert sich freiwillig, sei es in Vereinen, Organisationen oder informell in ihrem Umfeld. Auch ältere Menschen verfügen über vielfältige Fähigkeiten und haben das Bedürfnis, gebraucht zu werden.

Pro Senectute Kanton St. Gallen hat 2024 auf die Unterstützung von über 2'000 Personen zählen dürfen, die freiwillig und im Rahmen eines Sozialzeit-Engagements für ältere Menschen tätig gewesen sind.

PRO SENECTUTE fördert **Mitarbeit und Partizipation**, indem sie Menschen der verschiedenen Altersgruppen Mitarbeit und Engagement in sinnstiftenden Tätigkeiten anbietet sowie soziale Kontakte ermöglicht.

- Haushaltshilfe und Betreuung
- Leitung von Kursen, Veranstaltungen
- Begleitung von Ferienwochen
- Administrativer Dienst
- Steuerklärungsdienst
- Geburtstagsbesuche (Ortsvertretung)

PRO SENECTUTE Zürichsee-Linth

Escherstrasse 9B, 8730 Uznach
Telefon 055 285 92 40
uznach@sg.prosenectute.ch
www.sg.prosenectute.ch

Ihre Anlaufstelle für Fragen im Alter in den Gemeinden

- Amden
- Benken
- Eschenbach
- Gommiswald
- Kaltbrunn
- Rapperswil-Jona
- Schänis
- Schmerikon
- Uznach
- Weesen

Termine nach telefonischer
Vereinbarung

Spendenkonto IBAN CH31 0873 1001 2829 5201 3

Pro Senectute garantiert:

Alle Spendengelder bleiben in Ihrer Region!

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.



Die Stiftung Pro Senectute des Kantons St.Gallen ist eine von ZEWO zertifizierte Sozialorganisation. Sie setzt sich für die Rechte, das Wohl und die Würde von Menschen im Alter ein, Spenden zugunsten von Pro Senectute können von den Steuern abgezogen werden.

Ich mache Älteren Freude und mir auch.

Zorica S



Ich engagiere mich bei Pro Senectute.

Ich schenke etwas
von meiner Zeit und
erfahre im Gegenzug
Befriedigung, erhalte
Wertschätzung und
Anerkennung.

Älteren Menschen Zeit schenken und ...

- ... Besuche machen
- ... Haushalthilfe leisten
- ... Admin. Hilfe bieten
- ... Kurse leiten

Wir bieten Ihnen

- Gute Einführung und Begleitung
- Flexible Einsätze
- Anstellung im Stundenlohn
- Spesenentschädigung
- Regelmässigen Austausch
- Fortbildungsangebote
- Gesellige Anlässe

Dieser Code

Möchten Sie mehr erfahren?

www.sg.prosenectute.ch/sinnvoll

Werden auch Sie Teil unseres Teams!



PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER