

Angebote in Wettingen und Umgebung für ältere Personen, ihre Angehörigen und Interessierte für Juni 2013

geordnet nach Themen

➤ Ambulante Pflege, Betreuung und Entlastung wie Spitex, Entlastungsdienst usw.	Seiten	1 bis 4
➤ Stationäre Wohn- und Pflegeangebote wie St. Bernhard, Reg. Pflegezentrum usw.	Seiten	4 bis 7
➤ Quartierangebote, Nachbarschaftsnetz, Sozialnetz wie Quartiervereine, Nachbarschaftsnetz usw.	Seiten	7 bis 9
➤ Dienstleistungen, Sicherheit, Bildung, Freizeit wie Pro Senectute, Rotes Kreuz, Tixi-Taxi usw.	Seiten	9 bis 19
➤ Selbstorganisierte Gruppierungen wie Seniorenrat, Selbsthilfegruppen usw.	Seiten	19 bis 23
➤ Kirchliche Organisationen wie ref. evang. Kirche, röm. kath. Kirche usw.	Seiten	23 bis 26

Ambulante Pflege, Betreuung und Entlastung

Spitex Wettingen

Das Ziel des **Angebots** ist die Förderung und die Unterstützung des "Wohnens zu Hause" für Menschen aller Altersgruppen, die der Betreuung und Pflege bedürfen.

Pflegerische Leistungen:

- Behandlungspflege: Übernahme von Verbandwechsel, Wundversorgung, Verabreichung von Injektion, von Medikamenten oder anderen medizinisch indizierten Behandlungen durch diplomierte Pflegefachpersonen
- Grundpflege: Hilfe bei der Körperpflege, beim An- und Auskleiden, beim Essen und Trinken
- Ambulante Onkologiepflege: Ergänzender Dienst für Personen mit einem Krebsleiden, arbeitet eng mit der Spitex Wettingen zusammen
- Diese Leistungen werden in Zusammenarbeit mit den verordnenden Ärztinnen und Ärzten ausgeführt

Hauswirtschaftliche Leistungen: Unterstützung im Haushalt und bei der Alltagsbewältigung

Mahlzeiten-Lieferdienst:

- Spitex Wettingen liefert von Montag bis Sonntag ein ausgewogenes Mittagessen in speziellen Warmhalteboxen nach Hause
- Pro Senectute Aargau liefert genussvolle Fertigmahlzeiten, welche pasteurisiert und hygienisch in Schalen abgepackt sind
- Verschiedene Restaurants in Wettingen liefern auf Anfrage Mittagessen nach Hause
- Coop und Migros haben eine breite Palette an schmackhaften Fertigmahlzeiten, welche zu Hause kurz erwärmt werden müssen

Ambulatorium: Spitex-Klientinnen und -Klienten können auch im Ambulatorium im Spitex-Zentrum an der Rigistrasse behandelt werden.

Erkundigung bei Spitex Wettingen Tel. 056 437 03 90.

Adresse: Spitexzentrum, Rigistrasse 10, 5430 Wettingen

Erreichbarkeit: Montag bis Freitag von 08.00 - 11.30 Uhr
Telefonnummer: 056 437 03 90 (ausserhalb der Öffnungszeiten Telefonbeantworter)
E-Mail: spitex@spitex-wettingen.ch
Homepage: www.spitex-wettingen.ch

Kantonsspital Baden

Patientinnen und Patientenberatung

Die Patienten-/Patientinnen-Beratung des KSB informiert, berät und unterstützt bei Vorbereitung und Planung des Spitalaustritts, Versicherungs- und Rechtsfragen, Vermittlung und Organisation von Hilfsmitteln, in schwierigen Lebenssituationen. Die Beratung orientiert sich immer an den Bedürfnissen und den Lebensumständen der Patientinnen und Patienten. Lösungswege werden gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten, mit deren Angehörigen und in enger Zusammenarbeit mit den Pflegefachpersonen, den Ärztinnen, den Ärzten entwickelt. Zu den üblichen Büroarbeitszeiten von Montag bis Freitag können sich Personen direkt an die Patientenberatung wenden.

Nebst den üblichen medizinischen Dienstleistungen bietet das Kantonsspital Baden auch Beratungsleistungen für ambulante Patientinnen und Patienten an. Damit über die Grundversicherung der Krankenkasse abgerechnet werden kann, ist eine Überweisung durch einen Arzt, eine Ärztin notwendig.

Ernährungsberatung

Berät und betreut bei Ernährungsfragen. Das Team besteht aus 5 diplomierten Ernährungsberaterinnen mit fundierter Ausbildung in Ernährungsberatung und Ernährungstherapie. Sie sind die Ansprechpersonen für alle Fragen rund um die Ernährung. Wenn keine Überweisung durch einen Arzt, eine Ärztin erfolgt, übernimmt die Grundversicherung der Krankenkasse die Kosten nicht.

Die Ernährungsberatung ist von Montag bis Freitag zu den üblichen Bürozeiten erreichbar.

Diabetesberatung

Die Diabetesberatung berät in allen Fragen rund um den Diabetes, einerseits in der Vermittlung von Wissen über den Diabetes mellitus, andererseits in der Handhabung von Blutzuckermessgeräten und in der Selbstinjektion von Insulin.

Die Diabetesberatung ist von Montag bis Freitag zu den üblichen Büroöffnungszeiten erreichbar.

Adresse Kantonsspital Baden AG, 5404 Baden
Telefonnummer Telefonzentrale 056 486 21 11
Homepage www.kantonsspitalbaden.ch

Patientinnen- und Patientenberatung/Sozialberatung

Kontakt Luzia Wyss, Tel. 056 486 21 03

Ernährungsberatung

Kontakt unter Tel. 056 486 23 30

E-Mail ernaehrung@ksb.ch

Diabetesberatung

Leitung/Kontakt Regula Keller, Tel. 056 486 25 90

E-Mail diabetesberatung@ksb.ch

Entlastungsdienst Aargau

Der Entlastungsdienst bietet Entlastung für pflegende Angehörige durch stellvertretende Übernahme der Betreuung von Menschen mit einer Behinderung sowie von alten Menschen. Er unterstützt auch selbstständig lebende Menschen mit einer Behinderung oder mit Altersbeschwerden in der Alltagsbewältigung.

Professionelle Vermittlerinnen klären den Bedarf an Hilfeleistungen ab und setzen danach eine passende Betreuerin ein. Die Vermittlerinnen sind nach Bezirk im Kanton Aargau organisiert. Der Entlastungsdienst ist kostenpflichtig, aber nicht gewinnorientiert.

Vermittlerin für den Bezirk Baden

Frau Irene Hespelt, Tel.056 470 25 41, Im Chrumbacher 21, 5406 Rütihof

Geschäftsstelle Entlastungsdienst Aargau, Rain 6, Postfach, 5001 Aarau

Telefonnummer 062 837 50 20

E-Mail info@entlastungsdienst-ag.ch

Homepage www.entlastungsdienst-ag.ch

SOVIS Dienstleistungen - sozial und persönlich

SOVIS ist eine Sozialfirma *, die Dienstleistungen in der Unterstützung der Alltagsbewältigung anbietet.

Die Bedürfnisse definieren das Angebot, das heisst, es werden für persönliche Anliegen individuelle und passende Lösungen gesucht.

Die Angebote sind im Bereich Betreuung, Begleitung, Stellvertretung bei Abwesenheit, Putzen, Haustierbetreuung, Entlastung der betreuenden Angehörigen bei Tag und Nacht, übers Wochenende, einzelne Tage oder Stunden oder über unbefristete Zeit.

* Sozialfirma heisst, dass auch Personen zu realen Bedingungen beschäftigt werden, die aufgrund ihres Alters, ihrer Ausbildung oder aufgrund von Langzeitarbeitslosigkeit u.a. erschwerte Chancen in der normalen Arbeitswelt haben.

Sovis verfolgt gleichzeitig wirtschaftliche und soziale Ziele und arbeitet nach betriebswirtschaftlichen Grundsätzen.

SOVIS AG, Täferenstrasse 2, 5405 Baden - Dättwil

Telefonnummer 056 470 30 26

E-Mail info@sovis.ch

Homepage www.sovis.ch

HOME INSTEAD Seniorenbetreuung

Home Instead ist ein Anbieter für die Alltagsbegleitung und persönliche Betreuung von älteren Menschen zu Hause.

Das Angebot ist flexibel und wird individuell den persönlichen Bedürfnissen der Klienten angepasst.

Die Betreuenden von Home Instead

- helfen stunden- oder tageweise im Haushalt
- erinnern an Medikamente, kochen, erledigen Einkäufe
- sind Gesprächspartner
- überbrücken kurzfristige Betreuungseingänge
- erbringen gelegentliche Fahrdienste für die oder mit den Betreuten

- begleiten bei Spaziergängen oder bei Gängen zum Arzt usw.

Home Instead ist eine private Organisation, eine Preisliste kann bei untenstehender Adresse verlangt werden:

Postadresse Home Instead Seniorenbetreuung

Marcella und Hansjörg Käser, Wehntalerstr. 27, 8165 Oberweningen

Telefonnummer **043 422 60 00**

E-Mail marcella.kaeser@homeinstead.ch

Homepage www.homeinstead.ch/zh-unterland
www.homeinstead.ch/baden-zurzach

Tanja Seniorenbetreuung

Frau Tanja Jaeggi bietet Betreuungsleistungen ganz verschiedener Art an:

- Gesellschafterin bei Ihnen zu Hause
- Unterstützung in der Bewältigung des Alltags (auch nachts)
- Begleitung ausser Haus
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Verrichten von Haushaltarbeiten
- spezielle Betreuung z.B. bei Demenzkranken

mit dem Ziel, die individuellen Lebensgewohnheiten auf einfühlsame und unkomplizierte Weise aufrecht zu erhalten und dabei den Menschen in ihrer gewohnten Umgebung Sicherheit, Lebensqualität und Lebensfreude zu schenken.

Die Betreuung bezieht auch Angehörige mit ein, entlastet diese und basiert auf Vertrauen und gegenseitiger Achtung.

Postadresse Frau Tanja Jaeggi, Flurweg 3, 5430 Wettingen

Telefonnummer **078 800 15 01**

E-Mail tanja.jaeggi@bluewin.ch

Homepage ---

Stationäre Wohn- und Pflegeangebote

Alters- und Pflegeheim St. Bernhard

Das Alters- und Pflegeheim St. Bernhard bietet betagten und pflegebedürftigen Menschen ein Zuhause, sowohl im Alters- und Pflegeheim als auch in den zwei **Pflegewohnungen Bernau** und **Chlosterbrüel**.

Veranstaltungen:

Juni 2013

Mittwoch, 05.06.13	15.00	Konzert des Zithertrio Sunneschy bei guter Witterung auf der	St. Bernhard Foyer oder Terrasse
Freitag, 07.06.13	14.30	offenes Singen mit Regula Künzler	St. Bernhard Foyer
Freitag, 21.06.13	14.30	offenes Singen mit Regula Künzler	St. Bernhard Foyer
Sonntag, 30.06.13	11.30	Räbhüsli Sunntig, Festwirtschaft *	

- **Adresse:** Altersheim St. Anna, Wettingerstrasse, 5400 Baden
- **Telefonnummer:** 056 203 82 70

Pflegemobilien - Vermietung an Externe

Vermietung von verschiedenen **Artikeln** (Pflegebetten, Rollstühle, Rollatoren, Badesitze usw.)
Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 12.00 Uhr / 13.30 - 17.15 Uhr

- **Adresse:** Regionales Pflegezentrum Baden, Wettingerstrasse, 5400 Baden
- **Telefonnummer:** 056 203 81 11

PflegWohnGruppe Cherne Gebenstorf

Pflege und Betreuung für 8 Personen. Die Bewohnerinnen und Bewohner beteiligen sich aktiv an der Hausarbeit und bestimmen mit.

- **Adresse:** PflegWohnGruppe Cherne, Dorfstrasse 6, 5412 Gebenstorf
- **Telefonnummer:** 056 201 90 60
- **E-Mail:** pwg-cherne@bluewin.ch

Tages- und Nachtzentrum

Angebot einer flexiblen Entlastung für pflegende Angehörige, stundenweise, tageweise, mit oder ohne Übernachtung, an Wochenenden (24 Stunden, an 365 Tagen im Jahr)

Geriatrisches Ambulatorium

Das geriatrische Ambulatorium ist eine medizinische Einrichtung für betagte und gebrechliche Menschen, die zu Hause leben und weiterhin zu Hause bleiben möchten. Durch die ganzheitliche Abklärung der Fähigkeiten und Möglichkeiten kann die Selbstständigkeit von Betroffenen gezielt erhalten und gefördert werden. Dabei wird nicht nur aufgezeigt, wie die noch vorhandenen Ressourcen genutzt werden können, sondern auch wie sich Defizite beheben lassen.

Dienstleistungen:

- Demenzabklärungen
- Biopsychosoziale Abklärungen
- Sturzprophylaxe
- Hilfsmittel zur besseren Gestaltung des Alltags zeigen
- Entlastungsangebote für Betroffenen und deren Angehörige vermitteln
- **Adresse:** Geriatrisches Ambulatorium, RPB, Wettingerstrasse, 5400 Baden
- **Telefonnummer:** 056 203 81 11
- **E-Mail:** --- (ad interim betreut durch Frau Dr. med. Anke Zinzius)

Auf dem Gelände des Regionalen Pflegezentrums ist auch ein **Generationenspielplatz** zu finden. Dieser ist nicht nur für die Kinder der Kindertagesstätte "Kita Kolibri" attraktiv, er bietet auch den Bewohnerinnen und Bewohnern des Pflegezentrums die Möglichkeit, sich für den Alltag fit zu machen - sei es im Spiel mit den Jungen oder am für die alten Menschen geeigneten Fitnessgerät.

Klinik Sonnenblick, Pflegeheim für Pflege und Betreuung von

Langzeitpflegepatienten/innen. Es werden 50 Pflegeplätze in 24 Einzel- und 13 Doppelzimmern angeboten. Es stehen auch Zimmer für einen vorübergehenden oder zeitlich befristeten Aufenthalt oder für Ferien zur Verfügung. Bewohnerinnen und Bewohner können während 24 Stunden aufgenommen werden.

Für den Transport für die Besuchenden besteht die Möglichkeit, mit einem Kleinbus ab Pflegezentrum zum Sonnenblick zu fahren (ohne Halt). Bitte erkundigen Sie sich im Pflegezentrum.

Anfragen und Reservationen Telefon 056 203 81 22

Angaben über das Regionale Pflegezentrum Baden (alle Leistungen):

Adresse: Regionales Pflegezentrum Baden, Wettingerstrasse, 5400 Baden
Telefonnummer: 056 203 81 11
E-Mail: info@rpb.ch
Homepage: www.rpb.ch

Heimliste der Alters- und Pflegeheime im Kanton Aargau über
www.ag.ch → Pflegeheimliste (Gesundheitsversorgung)

Quartierangebote, Nachbarschaftsnetz, Sozialnetz

Quartiervereine in Wettingen

Alle Quartiervereine haben zum Ziel, die Lebensqualität und die Wohnlichkeit in den Quartieren zu erhalten und zu fördern. Dazu gehört ein gutes nachbarschaftliches Zusammenleben und die gegenseitige Unterstützung bei Bedarf. Deshalb nehmen die Quartiervereine eine wichtige Funktion ein. Besonders ältere und alte Menschen sind auf eine funktionierende Nachbarschaftshilfe angewiesen, sei es im alltäglichen Leben oder besonders im Krankheitsfall.

Quartierverein Langenstein-Altenburg

Umfasst das Gebiet Langenstein und Altenburg. Organisiert zahlreiche kulturelle und gesellschaftliche Veranstaltungen und fördert Projekte.

- **Postadresse** Quartierverein Langenstein-Altenburg, Postfach 317, 5430 Wettingen
- **Telefonnummer** 056 427 49 69
- **Kontakt** Dominique Eliane Girod
- **E-Mail** girod@designer.ch
- **Mitgliedschaft** Fr. 10.-- pro Person, Fr. 20.-- pro Ehepaar

Quartierverein Lägern

Umfasst das Gebiet des Lägernhügels bis zur Scharfenstrasse und deren Verlängerung nach Osten.

- **Postadresse** Quartierverein Lägern, Barbara Humbel, Vordere Höhenstrasse 29, 5430 Wettingen
- **Telefonnummer** 056 427 24 84
- **Kontakt** Barbara Humbel
- **E-Mail** qvlaegern@gmx.ch
- **Mitgliedschaft** Fr. 15.-- Einzelmitgliedschaft, Fr. 20.-- Familien/Paare

Quartierverein Wettingen Dorf

Umfasst das Gebiet Dorf, Unterdorf und Oberdorf.

- **Postadresse** Quartierverein Wettingen Dorf, c/o René Wyss, Bifangstrasse 23, 5430 Wettingen
- **Telefonnummer** 078 605 18 68
- **Kontakt** René Wyss
- **E-Mail** info@qv-wettingen-dorf.ch

- **Homepage** www.qv-wettingen-dorf.ch
- **Mitgliedschaft** Einzel Fr. 20.--, Paare und Familien Fr. 30.--

Quartierverein Wettingen-Kloster

Aktuelle Informationen siehe Vereinsschaukasten beim Birkenhof, Alberich Zwyszigstrasse 7, 5430 Wettingen

- **Postadresse** Quartierverein Wettingen-Kloster, Postfach, 5430 Wettingen 1
- **Telefonnummer** 079 784 57 41
- **Kontakt** Beny Tresch
- **E-Mail** info@qv-wettingen-kloster.ch
- **Homepage** www.qv-wettingen-kloster.ch
- **Mitgliedschaft** Pro Person Fr. 15.--, Ehepaare Fr. 20.--

Quartierverein Schöpflihuse

Umfasst die Liegenschaften Tägerhardstrasse Nord, Heckenweg, Rudolf-Funkstrasse, Bernastrasse Ost, Tödistrasse Süd

- **Postadresse** Quartierverein Schöpflihuse, Heckenweg 14, 5430 Wettingen
- **Telefonnummer** 056 426 83 36
- **Kontakt** Gerhard Weibel
- **Mitgliedschaft** Aktiv- wie Passivmitgliedschaft möglich. (Ein Recht auf Aufnahme besteht nicht.)

Anlaufstellen für das Nachbarschaftsnetz (Vermittlung von Freiwilligenarbeit) in den Quartieren:

Quartier Lägern:

Herr Raymond Hafner 056 426 46 22
076 382 05 10
telefonisch erreichbar Montag, Dienstag und Freitag
11.00 - 12.00 Uhr und 18.00 - 19.00 Uhr
raymond.hafner@gmail.com

Quartier Langenstein-Altenburg:

Frau Birgit Amrhein 077 438 74 51
telefonisch erreichbar Montag 09.00 - 10.00 Uhr
Mittwoch +Freitag 11.00 - 12.00 Uhr
18.00 - 19.00 Uhr
nachbarschaftsnetz-la@gmx.ch

Quartier Schöpflihuse:

Herr Tushar Ghosh 056 426 82 76
Heckenweg 6, 5430 Wettingen
telefonisch erreichbar Montag 16.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch 16.00 - 17.00 Uhr
Freitag 11.00 - 12.00 Uhr
schoepflihus.nn@gmail.com

Quartier Wettingen-Kloster:

Frau Sabine Bluhm

telefonisch erreichbar

076 222 49 03

Freitag

09.00 - 11.00 Uhr

klosterquartier@outlook.com

Mittagstische

Der Besuch der Mittagstische kann das soziale Wohlbefinden verbessern durch gemeinsames Essen mit anderen Personen und der Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen. Es findet jede Woche im Monat in Wettingen ein Mittagstisch statt.

Mittagstische jeweils um 11.30 Uhr

- **zweiter** Dienstag/Monat **Reg. Pflegezentrum Baden*** (SeelsorgerIn anwesend)
 - **dritter** Dienstag/Monat **Restaurant Zwysighof** (betreut durch Pro Senectute)
 - **letzter** Dienstag/Monat **Reg. Pflegezentrum Baden*** (SeelsorgerIn anwesend)
- Für diese Mittagstische ist keine Voranmeldung nötig!

Kontakt: Rita Maria Amschler Dienstag und Donnerstag Tel. 056 437 08 49

Der Mittagstisch am **ersten** Dienstag im Monat findet um 12.00 Uhr statt **im Café Forum , Zentralstrasse 59, 5430 Wettingen.**

Das Mittagessen kostet Fr. 20.00 inkl. eines alkoholfreien Getränkes.

Nächste Durchführung: Dienstag, 04.06.13

Anmeldung erbeten an Frau Nicole Schraner, Neustrasse 38, 5430 Wettingen

nicole_s@hispeed.ch

Dienstleistungen, Sicherheit, Bildung und Freizeit

Pro Senectute Aargau

Die Pro Senectute ist eine gesamtschweizerisch tätige Organisation mit eigenständigen Trägerschaften in den Kantonen. Sie ist bekannt als Fachorganisation für Altersfragen mit Angeboten für ältere Menschen. Sie setzt sich ein für selbstbestimmte, lebenswerte Altersjahre sowie für die Solidarität zwischen den Generationen.

Die verschiedenen Angebote der Pro Senectute Regionalstelle Baden:

1. Dienstleistungsangebote:

Folgende Dienstleistungen unterstützen Seniorinnen und Senioren, um möglichst lange in der vertrauten Umgebung wohnen zu können. Der Einsatz erfolgt stundenweise nach Absprache und wird der Regel von derselben HelferIn oder demselben Helfer übernommen.

Leistungsangebot:

- Haushilfedienst
- Reinigungsdienst
- Entlastungsdienst
- Wäschedienst

- Gartendienst
- Administrative Unterstützung
- Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung
- Mahlzeitendienst

2. Beratungsangebote

Sozialberatung

Die unentgeltliche Beratung richtet sich an Menschen ab 60 und deren Bezugspersonen. Sie bietet Unterstützung zu verschiedenen Themen in unterschiedlichen Lebenslagen. Die Beratung wird auch zu Hause durchgeführt.

Anlauf- und Beratungsstelle Aargau: Information über und Vermittlung von Dienstleistungen an Personen und ihre Angehörigen.

Zugang über www.info-ag.ch oder Tel. **0848 40 80 80** oder beratung@info-ag.ch

Docupass

Von der Patientenverfügung bis zum Testament bietet die Pro Senectute mit dem DOCUPASS erstmals eine Gesamtlösung für alle persönlichen Vorsorgedokumente (Patientenverfügung, Anordnung für den Todesfall, Vorsorgeauftrag, Testament, Vorsorgeausweis, Beratung).

3. Freizeitangebote

Blockflöten Ensemble

Donnerstag 14.00 Uhr, alle 14 Tage Treffpunkt: ref. Kirchgemeindehaus Wettingen

Kontakt: Marianne Daglio, Tel. 056 222 92 57

Gruppo di Lingua Italiana, 2 x monatlich (nach Plan)

Treffpunkt: Kirche St. Anton Wettingen

Kontakt: Anita Gurtner, Tel. 056 427 19 49

Jassen, Montag 14.00 -17.00 Uhr, wöchentlich

Treffpunkt: ref. Kirchgemeindehaus, Wettingen

Kontakt: Helmut Merkli, Tel. 056 426 54 43

Schachspielen

Dienstag 14.00 -17.00 Uhr, 2-3 x monatlich

Schachunterricht

Dienstag 14.00 -18.00 Uhr, 2 x monatlich

Treffpunkt: Tägerhard Wettingen

Kontakt: Tony Wyss, Tel. 056 424 20 57

Sonntags-Treff

jeden 2. Sonntag im Monat (nach Plan)

Treffpunkt: 11.30 Uhr im Restaurant Tägerhard Wettingen

Kontakt: Anita Gurtner, Tel. 056 427 19 49

Offenes Singen:

Freitag 14.30 -16.00 Uhr, wöchentlich

Treffpunkt: Rathaus-Saal Wettingen

Kontakt: Christine Neuhaus, Tel. 056 493 47 85, Martha Chand, Tel. 056 406 45 47

Tanznachmittage

Dienstag 14.00 -17.00 Uhr, monatlich (n. Plan)

Treffpunkt für die Region Baden: Grand Casino Baden, Au Premier

Kontakt: Erika Schneider, Tel. 056 426 45 67

4. Sportangebote**Turnen**

Dienstag 14.00 - 15.00 Uhr (Pause Jul./Aug.)

Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr (Pause Jul./Aug.)

Treffpunkt: Pfarreiheim St. Anton Wettingen

Kontakt: Anita Hofmann, Tel. 056 222 97 35, Ursi Egli, Tel. 056 222 95 37

Turnen

Mittwoch 9.30 - 10.30 Uhr

Treffpunkt: ref. Kirchgemeindehaus, Wettingen

Kontakt: Brigitte Czerwenka, Tel. 056 426 66 83

Walking / Jogging

Montag 9.00 - 10.15 Uhr

Treffpunkt: Firma Huba Control, Würenlos (Bahnübergang)

Kontakt: Magdalena Spörri, Tel. 056 427 24 15, Albert Greuler, Tel. 056 222 88 14

Nordic Walking

Dienstag 8.45 - 10.00

Freitag 8.45 - 10.00

Treffpunkt: Firma Huba Control, Würenlos (Bahnübergang)

Kontakt: Magdalena Spörri, Tel. 056 427 24 15, Albert Greuter, Tel. 056 222 88 14

Dora Dömer, Tel. 056 426 65 11

Velo fahren

Donnerstag, gemäss Programm (14-täglich)

Treffpunkt: Parkplatz Terrassenschwimmbad oder gem. Programm

Kontakt: Kurt Düsel, Tel. 056 221 06 18, Hans Dreher, 056 245 37 20, Rolf Meier, 056 427 36 17

Magdalena Spörri, Tel. 056 427 24 15, Vreny Widmer, Tel. 056 249 25 39

Wandern

Freitag, gemäss Programm

Treffpunkt: gemäss Programm

Kontakt: Konrad Müller, Tel. 056 491 11 81, Werner Graber, Tel. 056 491 21 82,

Marie-Rose Bircher, Tel. 056 493 28 06

5. Angebote für Ferien- und Sportwochen

Gruppenferien, begleitet und betreut von bewährten Ferienleitungen, der persönliche Kontakt hat einen hohen Stellenwert. Alle wesentlichen Leistungen sind im Pauschalpreis inbegriffen.

Weitere Informationen gibt es unter

www.aq.pro-senectute.ch oder info@aq.pro-senectute.ch oder Tel. 056 203 40 80

Definitionen: Ferienwoche: gemütliche Ferien

Pflegeferien: für Seniorinnen und Senioren mit leichten körperlichen Einschränkungen oder bei leichter Pflegebedürftigkeit

Wanderwoche: täglich kleinere und grössere Wanderungen

6. Chor

Der "Nachtigallenchor" sucht neue Sängerinnen und Sänger!

Wann: jeweils Freitag von 14.30 - 15.40 Uhr (ausgenommen während Schulferien)

Wo: Wettingen, Rathaus-Saal

Kosten: Fr. 30.00 pro Jahr

Auskunft: Frau Martha Chand, Tel. 056 406 45 17, Frau Christine Neuhaus, Tel. 056 493 47 85

7. Weitere Veranstaltungen aus dem Kursprogramm der Pro Senectute Kanton Aargau

Neben den regelmässigen Gruppenveranstaltungen bietet Pro Senectute AG auch ein vielseitiges Kursprogramm an.

Das Kursprogramm kann bei untenstehender Adresse der Pro Senectute bezogen werden.

8. Mittagstisch

Der jeweils am 3. Dienstag im Monat stattfindende Mittagstisch im Hotel Zwysighof wird durch die Pro Senectute betreut.

Kosten: Fr. 19.00 ganzes Menü, ohne Getränke

Kontakt: Hedy Fitsche, Tel. 056 426 24 61

Sonntagstreff für Senioren jeden 2. Sonntag im Monat mit anschliessendem Spielnachmittag um 11.30 Uhr im Restaurant Tägerhard

9. Telefonketten

Viele alleinstehende oder nicht mehr mobile ältere Menschen vermissen ein soziales Netz und den regelmässigen Kontakt zu Mitmenschen. Telefonketten bieten eine Möglichkeit, den regelmässigen Kontakt und Austausch zu fördern. Zu einer vereinbarten Zeit rufen sich die Mitglieder einer Telefonkette reihum an und erkundigen sich nach dem gegenseitigen Befinden, führen Gespräche, pflegen Austausch.

Information: Pro Senectute Aargau, Roland Guntern, Tel. 056 203 40 89

Adresse: Pro Senectute Baden, Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden

Telefonnummer: 056 203 40 80

E-Mail: info@ag.pro-senectute.ch

Homepage: www.ag.pro-senectute.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz

Regionalstelle Baden

Das SRK ist eine dynamische Organisation mit humanitärem Auftrag, die sich auf engagierte Freiwilligenarbeit auf allen Ebenen, einen fachlich qualifizierten Mitarbeiterstab und eine effiziente Führung stützt.

Das SRK ist im Inland in den Bereichen Gesundheits- und Sozialwesen, Migrationsarbeit, Not- und Wiederaufbauhilfe tätig. Es erbringt Dienst-, Hilfe-, Bildungs- und Unterstützungsleistungen.

Die verschiedenen Angebote**1. Unterstützende Dienste****Rotkreuz Notrufsystem**

Das Notrufsystem des Schweizerischen Roten Kreuzes Aargau vermittelt älteren, kranken oder behinderten Personen sowie ihren Angehörigen Sicherheit, dass bei einem Notfall zuhause rasch und zuverlässig Hilfe angefordert werden kann.

Rotkreuz Fahrdienst

Der Rotkreuz Fahrdienst befördert gesundheitlich beeinträchtigte Personen zum Arzt, zur Therapie oder zur Behandlung ins Spital. Er steht zur Verfügung, wenn man nicht in der Lage ist, selbstständig Termine wahrzunehmen.

Liegendtransport

Ein spezielles Fahrzeug steht für Personen bereit, die liegend transportiert werden müssen, aber während des Transports keiner medizinischen Überwachung bedürfen. Zur persönlichen Betreuung fährt eine Rotkreuz Begleitperson mit.

Kontakt: Tel. 079 215 96 53

Rotkreuz Schreibdienst

Der Schreibdienst richtet sich an Personen, die beim inhaltlichen Verstehen und korrekten Verfassen des privaten oder amtlichen Schriftverkehrs Unterstützung benötigen. Die Mitarbeitenden helfen bei Briefen, Formularen, einfachen Verträgen, Kündigungsschreiben oder bei Fragestellungen im Zusammenhang mit Versicherungen, Mietangelegenheiten oder Sozialeinrichtungen.

Besuchs- und Begleitdienst

Der Dienst richtet sich an Personen, die über kein ausreichendes Beziehungsnetz verfügen, die sich einsam fühlen oder aufgrund ihres Alters oder einer Behinderung nicht vollumfänglich am sozialen Leben teilnehmen können.

Die Besuche und Begleitungen werden regelmässig durch dieselbe Person nach den Bedürfnissen und Vorlieben der Dienstbezügler und Dienstbezüglerinnen ausgeführt.

Ferien und Ausflüge mit dem Roten Kreuz

Das Angebot richtet sich an behinderte und betagte Personen, die von der Spitex oder von Angehörigen betreut werden, die nicht die Möglichkeit haben, selbstständig zu verreisen oder Zeit ausserhalb ihrer gewohnten Umgebung zu verbringen oder die nicht an herkömmlichen Reise- und Ausflugsangeboten teilnehmen können.

Auskunft und Anmeldung für Kurse: Tel. 062 835 70 47

SRK Aargau, Bildung und Entlastungsdienste, Buchserstrasse 24, 5000 Aarau

kurse@srk-aargau.ch

Adresse: Schweizerisches Rotes Kreuz, Regionalstelle Baden, Mellingerstrasse 22,
5402 Baden

Telefonnummer: 056 222 33 66

E-Mail: srk-baden@srk-aargau.ch

Homepage: www.srk-aargau.ch

2. Spezielle Dienste**Lumicino - Entlastungsdienst für pflegende Angehörige**

Der Dienst ermöglicht Angehörigen von kranken, pflege- oder betreuungsbedürftigen Personen während eines längeren Zeitraums eine Ablöse von ihren betreuenden Aufgaben. Die Betreuungspersonen erhalten regelmässig Zeit für sich, um z.B. Sport auszuüben, Erledigungen nachzugehen, Termine einzuhalten oder um die Kraftreserven aufzutanken.

Adresse: Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau, Bildung und Entlastungsdienste,
Buchserstrasse 24, 5000 Aarau

Telefonnummer: 062 835 70 47

E-Mail: geschaeftsstelle@srk-aargau.ch

Homepage: www.srk-aargau.ch

Patientenverfügung SRK

Mit einer Patientenverfügung bestimmen Sie, wie Sie nach einem Unfall oder einer Erkrankung, mit Verlust Ihrer Urteils- und Kommunikationsfähigkeit medizinisch behandelt werden möchten. Die Erstellung einer Patientenverfügung ist anspruchsvoll. Ärzte können sich nur danach richten, wenn sie klar und unmissverständlich formuliert ist. Deshalb bietet das SRK Aargau eine persönliche Beratung an. Seit Inkraftsetzung des neuen Erwachsenenschutzgesetzes anfangs 2013 gelten neue Richtlinien und Bestimmungen.

Beratungen unter: Telefon 062 835 70 40

Adresse: geschaeftsstelle@srk-aargau.ch oder
Schweizerisches Rotes Kreuz, Regionalstelle Baden, Mellingerstrasse 22,
5402 Baden

Telefonnummer: 056 222 33 66

E-Mail: srk-baden@srk-aargau.ch

Homepage: www.srk-aargau.ch

Caritas Aargau

Kursangebot für Menschen die Sterbende oder Trauernde begleiten möchten. Caritas vermittelt Angebote von anderen Veranstaltern.

Kontakt: Markus Schmid, Tel.062 822 78 69

Caritas führt den **Kirchlichen Regionalen Sozialdienst** der römisch-katholischen Kirchgemeinden der Region.

Öffnungszeiten Dienstag bis Freitag 09.00 - 12.00 Uhr

Adresse: **Kirchlicher Regionaler Sozialdienst**, Bahnhofplatz 1, 4. Stock, 5400 Baden

Telefonnummer: 056 210 93 55

E-Mail: krsd.baden@caritas-aargau.ch

Caritas Markt

Caritas Aargau, das Dekanat Baden der röm.-kath. Kirche und das Lernwerk Turgi haben gemeinsam einen Caritas-Markt in Baden aufgebaut. Zum Einkauf berechtigt sind nur finanziell Benachteiligte mit einer Einkaufskarte. Eine Einkaufskarte wird von öffentlichen, kirchlichen oder privaten sozialen Fachstellen und bei Caritas Baden oder Aarau ausgestellt. Die Karte muss jährlich erneuert werden.

Ort: Rütistrasse 1, 5400 Baden

Öffnungszeiten:

Montag	14.00 - 18.30 Uhr
Dienstag bis Freitag	09.00 - 13.00 / 14.00 - 18.30 Uhr
Samstag	09.00 - 16.00 Uhr

Telefonnummer: 056/221 67 67

E-Mail: markt@caritas-aargau.ch

Homepage: www.caritas-aargau.ch

HOPE Christliches Sozialwerk

HOPE, Christliches Sozialwerk, ist ein Verein mit biblisch christlichem Hintergrund. Deren Aufgabe ist es, sozial benachteiligte Personen oder Personen in Krisensituationen aufzufangen, zu begleiten und zu unterstützen.

Angebote:**Begegnen:**

Das Restaurant an der Stadtturmstrasse 16 in Baden ist von Montag bis Freitag von 09.00 - 15.00 Uhr, Mittwochabend von 19.00 - 22.00 Uhr geöffnet. Es bietet über Mittag sehr günstige Menüs an.

Betreuen:

- Besuchs- und Begleitdienst
- Lebensmittelabgabe am Freitag um 16.15 Uhr mit Bezugskarte von Montag - Freitag 13.30 mit Geschirr
- Sozialberatung, Diakonie auf Anfrage im Büro

Beschäftigen:

Donnerstag von 14.00 - 17.00 Uhr basteln von Karten zum Verkauf

Beherbergen:

Das Wohnzentrum bietet 17 Plätze als Übergangslösung für Menschen mit IV-Rente, mit Sozialhilfe, am Existenzminimum. Aufgenommen wird jeweils von Montag bis Donnerstag, während den Bürozeiten.

Freie Zimmer sind abfragbar über Tel. 056 221 84 64. Oder über www.hope-baden.ch

Veranstaltung im Juni 2013:

Wanderung zum Flugplatz Birrfeld am Samstag, 15. Juni 2013

- Abfahrt Bahnhof Baden um 10.40 Uhr Gleis 2, Kosten mit Halbtax Fr. 8.-
- Verpflegung im Restaurant oder Pick-nick aus dem Rucksack
- Wanderung dauert ca. 1.5 - 2 Stunden

Kontakt: Georges Huguenin, Tel. 056 223 20 55, Kurt Straumann, Tel. 056 426 14 92

Susi und Alex Streichenberg, Tel. 056 426 99 72

Anmeldung über Sekretariat HOPE Baden

Kontakt: HOPE Christliches Sozialwerk, Stadtturmstrasse 16, 5400 Baden
Daniela Fleischmann,
Telefonnummer: 056 221 84 64
E-Mail: daniela.fleischmann@hope-baden.ch
Homepage: www.hope-baden.ch

Alzheimer-Angehörigengruppen in der Region Baden / Wettingen

Geleitet von Fachkräften, geschult durch die Schweizerische Alzheimervereinigung

Baden: Regionalen Pflegezentrum Baden
Kontakt: Frau Käthy Möckli, Tel. 056 406 35 85

Baden: Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Bezirk Baden, Bahnhofstrasse 7
Kontakt: Frau Käthy Möckli, Tel. 056 406 35 85

Alzheimerferien - Entlastung ohne Trennung

Begleitete Ferien für demenzkranke Menschen und ihre pflegenden Angehörigen vom
15. Juni bis 22. Juni 2013

im Artoszentrum in Interlaken, Kosten Fr. 900.00 pro Person

Anmeldung: Maria Schulthess, Bolkenstrasse 1, 4556 Aeschi, Tel. 062 961 36 77

mariaschulthess@gmx.ch

Informations-Seminar (im Oktober 2013)

Das Seminar richtet sich an Angehörige von Demenzpatienten und Personen, die aus anderen Gründen mit Demenzpatienten zu tun haben.

- Samstag, 12. Oktober 2013 im Spital Laufenburg, Spitalstrasse 10, 5080 Laufenburg
- Fr. 70.- pro Person inkl. Mittagessen
- Detailliertes Programm über untenstehende Kontaktdaten (Adresse) der Alzheimervereinigung
- Anmeldung (schriftlich) an Casimir Schäffler, Seminarleiter, Dohlenzelgstrasse 11, 5210 Windisch, Tel. 056 441 90 22 schaefflers@swissonline.ch

Beratung und Vermittlung der Alzheimervereinigung

Kontakt: Alzheimervereinigung Aargau, Anlaufstelle, Tel. 056 406 50 70

Montag bis Freitag 09.00 - 12.00 Uhr

Montag 16.00 - 20.00 Uhr

Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr

Zugehende Beratung

Durch Hausbesuche, Familienberatung und kontinuierliche Begleitung werden die betroffenen Familien gestützt, gestärkt und entlastet.

Über die Geschäfts- und Beratungsstelle der Alzheimervereinigung ist eine Liste der Tagesstätten und weiterer Entlastungs- und Pflegeangebote für Demenzkranke im Kanton Aargau erhältlich.

Kontakt: Schweizerische Alzheimervereinigung Aargau

Geschäfts- und Beratungsstelle, Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg

Telefonnummer: 056 406 50 70

E-Mail: info.ag@alz.ch

Homepage: www.alz.ch/ag

Krebsliga Aargau

Die Beratungsstelle **Baden** der Krebsliga Aargau bietet eine Informations- und Diskussionsrunde für Betroffene und Angehörige an.

Kontakt: Krebsliga in Baden, Schwertstrasse 4, 5400 Baden, Tel. 056 210 47 50

Infotreffen in Aarau

Dienstag, 18.06.13 von 18.00 - 19.30 Uhr

Thema: raffinierte Kopfbedeckungen

Kontakt: Krebsliga Aarau, Milchgasse 41, 5000 Aarau, Tel. 062 834 75 75

Als Dienstleistung bietet die Krebsliga Aargau **Sozialberatung** und **Gesprächs- und Selbsthilfegruppen** an. Informationen bei untenstehender Adresse.

- Gesprächsgruppe für Angehörige in Baden
jeweils jeden vierten Dienstag des Monats von 17.30 - 19.00 Uhr
- Gesprächsgruppe krebsbetroffener Frauen in Baden
jeweils jeden dritten Mittwoch des Monats von 14.00 - 16.00 Uhr

Auskunft und Information zu den Gesprächsgruppen durch Jeanette Schmid, Tel. 056 210 47 52

In Zusammenarbeit mit der lokalen Spitex- Organisation bietet auch die **Ambulante Onkologiepflege** ihre Leistungen an.

Weitere Informationen:

- Krebsforum, Das Onlineforum für Betroffene und Angehörige, www.krebsforum.ch
- Krebstelefon, Informationen zum Thema Krebs, anonym und kostenlos
- Montag bis Freitag von 10.00 - 18.00 Uhr Tel. 0800 11 88 11

Für Informationen bestellen Sie die Broschüre "Angebote für Krebskranke und Angehörige 2013".

Postadresse: Krebsliga Aargau, Schwertstrasse 4, 5400 Baden
Telefonnummer: 056 210 47 50
E-Mail: admin@krebsliga-aargau.ch
Homepage: www.krebsliga-aargau.ch

Procap Schweizerischer Invaliden-Verband

Der Rechtsdienst der Procap setzt sich mit den Möglichkeiten der Alterspensionierung von Personen mit Behinderung auseinander und informiert über die Auswirkungen auf die Leistungen der Invalidenversicherung (IV) und anderer Sozialversicherungen. Ebenso bietet Procap auch gute Hinweise für das Wohnen mit einer Behinderung an.

Postadresse: Procap Schweizerischer Invaliden-Verband, Frobürgstrasse 4, Postfach, 4601 Olten
Telefonnummer: 062 206 88 88
E-Mail: zentraalsekretariat@procap.ch
Homepage: www.procap.ch

Stiftung Wendepunkt

Die Stiftung Wendepunkt ist eine christliche Sozialunternehmung mit Sitz in Muhen AG und mit Betrieben an mehreren Standorten im Kanton Aargau.

Neu lanciertes Angebot: **WendeMobil**

WendeMobil unterstützt den Alltag zu Hause. Ein breites Angebot entlastet Personen und ihre Angehörigen beim Wohnen zu Hause. Dienstleistungen:

- Wäscheservice: Waschen und bügeln
- Reinigung: regelmässige Reinigungen, Grundreinigungen
- Garten: regelmässige Gartenpflege
- Umgebung und Unterhalt: Hauswarttätigkeiten
- Administration: Unterstützung bei der persönlichen Administration
- Räumung und Umzug

Information und Anmeldung: wendemobil@wende.ch , Tel.056 437 90 36

Postadresse: Stiftung Wendepunkt Wettingen, Klosterstrasse 40 (Haus C), 5430 Wettingen

Telefonnummer: 056 437 90 30 (Bürozeiten)

E-Mail: info@wende.ch

Homepage: www.wende.ch

TIXI Aargau - Fahrdienst für behinderte und betagte Personen

Der Fahrdienst erleichtert behinderten, betagten oder blinden Personen, die ohne Unterstützung keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzen können, die Integration ins gesellschaftliche Leben und fördert die Pflege sozialer Kontakte. Vom Besuch bei Freunden bis zur Teilnahme an kulturellen Anlässen.

Die Kosten einer Fahrt sollen nicht wesentlich teurer sein als die Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Fahrzeiten:

Montag - Freitag 07.30 - 22.00 Uhr

Samstag/Sonntag/Feiertage 08.00 - 22.00 Uhr

Öffnungszeiten Zentrale:

Montag - Freitag 08.00 - 12.00 Uhr und 13.30 - 16.00 Uhr

Reservationen:

Tel. 056 406 13 63

Fahrtenbestellung möglichst **2 Arbeitstage im Voraus**

Kontakt:

Verein TIXI Aargau, Almuesenacherstrasse 4, 5506 Mägenwil

Telefonnummer:

056 406 13 63

E-Mail:

mail@tixi-aq.ch

Homepage:

www.tixi-aq.ch

praktischön gmbh

Die praktischön gmbh verfügt über ein grosses Angebot an Alltagshilfen für ältere und jüngere handycapierte Personen.

Neben dem vielfältigen Angebot an Hilfsmitteln bietet praktischön GmbH auch eine nicht zeitlimitierte Beratung, welche zuhause durchgeführt werden kann. Hilfsmittel können vor dem Kauf zuhause ausprobiert werden. Rollatoren und Rollstühle stehen zur Vermietung zur Verfügung.

Postadresse:

praktischön gmbh, Etzelstrasse 11, 5430 Wettingen

Telefonnummer:

056 426 07 25

Öffnungszeiten:

Dienstag - Freitag 09.00 - 12.00/13.30 - 18.00 Uhr

Samstag 09.00 - 14.00 Uhr / Montag geschlossen

E-Mail:

info@praktischoen.ch

Homepage:

www.praktischön.ch

Gemeinnützige Gesellschaft Wettingen (GGW)

Die Gemeinnützige Gesellschaft Wettingen betreibt auf gemeinnütziger Basis Wohngelegenheiten für Betagte und unterstützt und fördert Einrichtungen und Veranstaltungen für ihre Bewohnerinnen und Bewohner.

Vier Alterswohnsiedlungen bestehen bereits: Birkenhof, Sulperg, Bernau und Bifang.

Die GGW arbeitet zur Zeit an einem weiteren Projekt, das in der Anfangsphase steht.

Postadresse GGW:

Alberich Zwyszig Strasse 7, 5430 Wettingen

Telefonnummer

056 426 45 85

Kontakt:

Meinrad Küng

erreichbar

Montagnachmittag 14.00 - 17.00 Uhr

Mittwochvormittag 08.00 - 11.00 Uhr
 Freitagnachmittag 14.00 - 17.00 Uhr

E-Mail meinrad.kueng@ggw.ch
Homepage www.ggw.ch
Volkshochschule Wettingen

Das Kursangebot umfasst Abend- und Tageskurse für Wissensdurstige jeglichen Alters zu Kultur, Musik, Gesellschaft, Natur, Gesundheit, Technik, Medien, Beruf, Zeichnen/Malen, Sprachen, Reisen und fremden Ländern.

Die Semester beginnen jeweils Mitte Februar und Mitte August. Das Kursprogramm erscheint etwa einen Monat früher.

Das Programm kann bestellt werden bei:

Postadresse: Frau Cornelia Berger, Sekretariat VHS Wettingen, 5430 Wettingen
 Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr und Freitag von 15.00 bis 17.00 Uhr
Telefonnummer: 056 427 11 78
E-Mail: info@vhs-wettingen.ch
Homepage: www.vhs-aargau.ch

BENEVOL Aargau

BENEVOL Aargau ist die Fach- und Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit im Kanton Aargau auf der Basis einer guten Zusammenarbeit mit Partnern und Freiwilligen. BENEVOL setzt sich für mehr Anerkennung, Vernetzung und Koordination der Freiwilligenarbeit ein, fördert diese und macht sie sichtbar.

BENEVOL Aargau bietet verschiedene Anlässe während des Jahres an.

Postadresse: BENEVOL Aargau, Entfelderstrasse 11 , 5000 Aarau
Telefonnummer: 062 823 30 44
Kontakt: Kerstin Wenk, Claudia Laube
Erreichbar: Montag bis Donnerstag 09.00 - 11.30 Uhr
E-Mail: benevol@benevol-aargau.ch
Homepage: www.benevol-aargau.ch

Selbstorganisierte Gruppierungen

Selbsthilfezentrum Aargau

Das SelbsthilfeZentrum Aargau ist die Informations- und Beratungsstelle rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen im Kanton Aargau. 125 Aargauer Gruppen sind registriert, deren Kontaktadressen gerne vermittelt werden.

- Vermittlung von Selbsthilfegruppen
- Unterstützung bei der Gründung neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung bestehender Selbsthilfegruppen
- Informations- und Weiterbildungsveranstaltungen

Unter den Selbsthilfegruppen befinden sich auch viele für Seniorinnen und Senioren, mit den vielfältigsten Themen.

Selbsthilfezentrum Aargau, Rain 6, 5000 Aarau

Telefonnummer: **056 203 00 20**, Dienstag 08.00 - 12.00, Donnerstag 08.00 - 12.00

E-Mail: info@selbsthilfezentrum-ag.ch

Homepage: www.selbsthilfezentrum-ag.ch

VASK Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken

Die VASK ist eine Selbsthilfeorganisation und bietet betroffenen Angehörigen eine Plattform für Erfahrungsaustausch und Dienstleistungen. Die Mitglieder helfen einander auf Freiwilligenbasis bei der Suche nach Problemlösungen. Die VASK ist konfessionell und politisch neutral und setzt sich öffentlich für mehr Verständnis gegenüber psychisch Kranken ein.

Dienstleistungen:

Kontakt: Montag und Donnerstag 09.30 - 11.30 **Telefon 062 837 50 15**

E-Mail: info@vaskaargau.ch

Selbsthilfegruppe/Angehörigengruppe in Baden

Leitung: Dr. med. Ursula Davatz

Anmeldung: Tel. 056 200 08 10 oder

www.ganglion.ch

EQUILIBRIUM Selbsthilfegruppe "Depression" Baden

Diese Selbsthilfegruppe in Baden trifft sich zweimal im Monat an einem Freitag von 19.00 - 21.00 Uhr. Treffpunkt ist das "Chorherrenhaus" am Kirchplatz 12, Baden.

Kontakt und Auskunft: Equilibrium **Tel. 00848 143 144**

Selbsthilfezentrum **Tel. 056 203 00 20**

Kontaktpersonen Verena Goetz **Tel. 056 444 93 66**

Walter Krauss **Tel. 056 427 23 03**

Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden (SRRB)

Der Senioren- und Seniorinnenrat (SRRB) der Region Baden ist ein Forum für Menschen aus der Region Baden, die an Alters- und Generationenfragen interessiert sind. Er nimmt Bedürfnisse der älteren Menschen wahr und hilft mit, deren soziale Stellung und Lebensqualität zu verbessern. Der SRRB ist eine Organisation älterer Personen, die ihre Lebenserfahrung und ihr Wissen Jung und Alt d.h. der ganzen Gesellschaft zur Verfügung stellt. Er betreibt aktiv Öffentlichkeitsarbeit und fördert die Kommunikation zwischen den Generationen.

Der SRRB prüft Angebote und Konzepte für ältere Menschen im Auftrag von Behörden, Institutionen und Organisationen und nimmt stellvertretend für die ältere Bevölkerung an politischen Vernehmlassungen teil.

Tätigkeitsfelder:

1. Arbeits- und Gesprächsgruppen

Alters-Alltag und Philosophieren

Gesprächsgruppe zum Thema Wert- und Sinnfragen im Alter, ausgehend von den eigenen Lebenserfahrungen

Kontakt: Catherine Courvoisier. Tel. 056 222 70 69

Kommunikation

Thema ist die Öffentlichkeitsarbeit für den SRRB, nach aussen wie nach innen (Kontakt zu Medien, Pflege der Homepage, Verfassung von Mitgliederbriefen usw.).

Kontakt: Ursula Gut, Tel. 056 221 70 79

Literaturgruppen deutsch

Gemeinsames Lesen und Diskutieren deutschsprachiger Literatur

Kontakt Gruppe 1: Dr. Hans Jörg Meyer, Tel. 043 288 03 40

Gruppe 2: Christina Keltz, Tel. 056 426 03 14

Gruppe 3: Barbara Villiger, Tel. 056 426 32 69

The English book Club

reading and discussing English books

Kontakt: Deborah Marolf, Tel. 056 493 51 58

Migration / Integration

Diese Gruppe arbeitet mit dem kantonalen Projekt "Mentoring für Jugendliche" zusammen. Ziel ist, spätimmigrierten Jugendlichen bei der Integration im Allgemeinen zu unterstützen und sie bei der Suche nach einem Ausbildungsplatz hilfreich zu begleiten.

Kontakt: Peter Lacheta, Tel. 056 222 72 54

Seniorinnen und Senioren in der Volksschule

Seniorinnen und Senioren unterstützen als zusätzliche Bezugspersonen die Kinder in ihrem Schulalltag (Förderung, Entlastung der Lehrkräfte, Drei-Generationen-Begegnung).

Kontakt: Roland Guntern, Reg. Fachstelle für Altersfragen Pro Senectute, Tel. 056 203 40 89

Wohnen im Alter

Gesprächsgruppe (mit Untergruppen) mit dem Ziel, in der Bevölkerung, in Institutionen wie bei Behörden die Sensibilisierung von spezifischen Bedürfnissen beim Wohnen im Alter zu fördern. Aktive Mitarbeit bei der Umsetzung von bestehenden Altersleitbildern (Baden, Ennetbaden).

Kontakt: Ruth Blum, Tel. 056 493 29 56

Gemeinden / Institutionen

In den verschiedenen Gemeinden gut vernetzte Vertreter/innen des SRRB nehmen die Vertretung der Interessen der Senioren gegenüber Behörden und öffentlichen Institutionen wahr.

Kontakt: Peter Imholz, Tel. 056 282 53 15, Alfons Müller, Tel. 056 493 19 58

2. Veranstaltungen/Treffen**Senioren-Träff Wettingen****Café Forum, Katholisches Pfarreizentrum St. Anton**

Jeden 1. Donnerstag des Monats (ausser Feiertagen)

14.30 - ca. 17.00 Uhr: Stammtisch, gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 06.06.2013 nächstes Treffen

Vorankündigung:**Donnerstag, 04.07.2013 Ausflug ins Gesundheitszentrum A. Vogel in Teufen**

- Die Anreise erfolgt individuell per Bahn (Baden ab 08.08, Wettingen ab 07.58)
- 10.30 Uhr bis 12.00 Uhr Führung im "Gesundheitszentrum - Kräutergarten", Kosten pro Person Fr. 10.-
- 12.00 bis 13.00 Uhr Spaziergang über den Kräuterweg zum Restaurant Waldegg.
- 13.00 Uhr Mittagessen im Restaurant Waldegg - "à la carte", Preise Tagesteller von Fr. 20.- bis Fr. 26.-

Anmeldeschluss ist der 10. Juli 2013

Kontakt und Detailinfos: Frau Marianne Boner **Tel. 056 406 28 16 / 079 476 58 64**
marianneboner@bluewin.ch

seniOrient

Alte und neuere Filmhits für Alt und Jung, das Kinoerlebnis am Nachmittag speziell für ältere Menschen.

Kino: Kino **Orient**, Landstrasse 2, Wettingen am zweiten Donnerstagnachmittag jedes Monats
Kinobeginn jeweils um 15.00 Uhr

Preise: AHV-Alter Fr. 13.00, übrige Fr. 15.00

keine Platzreservation möglich!

Das jeweilige Filmangebot wird öffentlich publiziert.

Donnerstag 13.06.13 Nuovo Cinema Paradiso

Kontakt: Andreas Courvoisier, Haselstrasse 5, 5400 Baden, Tel. 056 222 88 71

3. Veröffentlichungen

Durch die Jahresberichte und die regelmässigen Mitgliederbriefe stellt der Senioren- und Seniorinnenrat seine Tätigkeiten und Neuigkeiten vor.

Ebenso sind Neuerungen oder Ratschläge und Anregungen zu verschiedenen Themen auf der Homepage zu finden.

4. Veranstaltungen

Excursionen:

Dienstag, 18. Juni 2013 Besuch der "Création Baumann" in Langenthal

Ein Schweizer Unternehmen, in der 4. Generation weltweit führend im Design, in der Produktion und im Vertrieb von edelsten Stoffen. Eintauchen in eine prächtige Farbenwelt, Besichtigung der Abteilungen vom Design bis zur Fertigung, kurze Powerpoint-Show, kleine Erfrischung.

Programm:

- Treffpunkt 13.15 Uhr Bahnhof Baden auf dem Perron 2/3 Sektor D
- Führung 14.30 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden
- Rückkehr 18.13 Uhr bzw. 18.37 Uhr
- **Anmeldeschluss: 7. Juni 2013**

Auskunft: Marita Knecht 056 221 71 81 mail@maritaknecht.ch

- **Adresse:** SRRB, Frau Ruth Blum, Pilgerstrasse 33, 5405 Baden-Dättwil
 - **Telefonnummer:** 079 478 64 68
 - **E-Mail:** info@srrb.ch
 - **Homepage:** www.srrb.ch
-

Parterre 101

Die Verwaltung der Firma STEFANINI hat für die Bewohnerinnen und Bewohner in den Häusern **Alberich Zwyszigstrasse 49 und 53** und **Zentralstrasse 93, 95, 97, 99** und **101**

Freizeiträume bereitgestellt.

Im Freizeitraum des Hauses an der Zentralstrasse 101 findet jeden

Dienstag von 15.30 - 17.30 Uhr

ein Kaffeetreff statt. Die Kaffeestube wird von Freiwilligen geführt.

Kontakt: Ruth Thorn, Alberich Zwysigstrasse 53, Tel. 056 426 91 81

Kirchliche Organisationen:

Evangelisch-Reformierte Kirchgemeinde Wettingen - Neuenhof

Gottesdienste:

- in den Kirchen von Wettingen und Neuenhof
- jeweils Sonntag von 9.30 Uhr, in Wettingen und Neuenhof
- (genaue Informationen durch die Tagespresse)
- im Regionalen Pflegezentrum Baden
Auskunft unter Tel. 056 203 81 11
- im Alters- und Pflegeheim St. Bernhard
Auskunft unter Tel. 056 437 25 00
- in der Alterssiedlung Sonnmatt, Auskunft unter Tel. 056 437 30 30
- in der Alterssiedlung Sulperg, Auskunft unter Tel. 056 437 30 30

Seniorenachmittage in **Wettingen** und in **Neuenhof** finden im Winterhalbjahr statt.

Fahrdienste zum Besuch der Seniorenachmittage:

- Wettingen: Ruth Born, Tel. 056 426 93 72, Anruf am Vormittag der Veranstaltung
- Neuenhof: Rita Fellmann, Tel. 079 289 21 79, Anruf zwischen 11.00 - 12.00 am Veranstaltungstag

Frauen Träff

Für Frauen ab 50, jeden 2. Donnerstagnachmittag (ausser Schulferien) treffen wir uns im Kirchgemeindehaus Wettingen. Persönliche Kontakte pflegen beim Handarbeiten für den Bazar.
Kontakt: Dora Senn, Utostrasse 58, Wettingen, Tel. 056 426 73 59

Wir Frauen

Regelmässige Treffen mit unterhaltsamen und informativen Inhalten mit Erika Steiner
Kontakt: Erika Steiner, Lindenstrasse 11, 5432 Neuenhof, Telefon 056 437 30 33
erika.steiner@ref-wett-nhf.ch

Jassen für Seniorinnen und Senioren

Jeden Montag von 14.00 - 17.00 Uhr (nicht während Schulferien)

Ankündigung:

Ökumenische Seniorenferien

Die reformierte Kirchgemeinde Wettingen-Neuenhof und die Katholische Kirchgemeinde Wettingen führen gemeinsam vom

24. August bis 31. August 2013 Seniorenferien durch.

Die Reise geht nach **Flüeli Ranft** ins Jugendstil- Hotel PAXMONTANA,

Informationen dazu: Erika Steiner, Tel. 056 437 30 33

- **Adresse:** **Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Wettingen-Neuenhof,**
Etzelstrasse 22, 5430 Wettingen
- **Telefonnummer:** **056 437 30 30**
- **E-Mail:** Pfr. L. Fischer-Lamprecht: lutz.fischer-lamprecht@ref-wett-nhf.ch
SDM Erika Steiner: erika.steiner@ref-wett-nhf.ch

- Homepage: www.ref-wett-nhf.ch
-

Römisch-katholische Kirchgemeinde Wettingen

Gottesdienste

Regelmässige Gottesdienste in der Kirche St. Anton:

Samstag 18.00 Uhr

Sonntag 09.30 Uhr

Mittwoch 09.00 Uhr

In der Kapelle: Dienstag 09.00 Uhr

Freitag 18.30 Uhr

Regelmässige Gottesdienste in der Kirche St. Sebastian:

Samstag 17.30 Uhr

Sonntag 09.30 Uhr

Dienstag 08.00 Uhr

Mittwoch 09.00 Uhr

Donnerstag 08.00 Uhr

Freitag 08.00 Uhr

Im Pfarreiheim St. Sebastian findet nach den Sonntagsgottesdiensten regelmässig ein geselliges Treffen beim **Sonntagskaffee** statt. Jeden Sonntag von 10.30 - 11.30 Uhr.

Gottesdienste in der Klosterkirche Maria Meerstern jeden Sonntag um 11.00 Uhr

Veranstaltungen:

Treff "Forum 60 plus" im Cafe Forum

Seniorinnen und Senioren treffen sich jeden 3. Donnerstag (ausser in den Schulferien) zwischen 14 - 16 Uhr im Cafe Forum des Pfarreizentrums St. Anton, nächstes Treffen 20. Juni 2013
Kontaktperson: Altersseelsorge Wettingen, Rita-Maria Amschler

"Zukunft Alter"

Veranstaltungen und Anlässe für SeniorInnen, für beide Pfarreien und teilweise zusammen mit der reformierten Kirche (detaillierte Angaben entnehmen Sie bitte den Pfarreimitteilungen im "Horizonte").

Weitere Veranstaltungen im Juni 2013:

- Mittwoch, 19.06.13 Rentierwanderung, Informationen siehe Horizonte
- Donnerstag 27.06.13 mit dem Wettinger Ausflugsbus auf die Thurgauer Rigi

Information/Anmeldung: Tel. 056 298 11 10

Frauengemeinschaft St. Anton

Dienstag, 11.06.13 um 17.00 Parkführung Villa Brown Boveri

Dienstag, 25.06.13 Besichtigung REGA Zentrum Zürich Flughafen, Auskunft Tel. 056 426 04 66

Kontakt Sr. Margrit Huber, Tel. 056 426 04 66

Frauengemeinschaft St. Sebastian

Donnerstag, 20.06.13 ganztags Seniorenausflug nach Heiligkreuz, Details siehe Horizonte

Kontakt Ruth Abrecht, Tel. 056 426 93 04

Landfrauenverein Wettingen

Treff jeden ersten Montag im Monat um 19.30 Uhr im Pfarreiheim St. Sebastian.
03.06.2013 Themenabend: Erlebnisse und Erinnerungen der Landfrauen aus früheren Jahren

Treff jeden Montag zum Walken (bei jedem Wetter)
Treffpunkt Bushaltestelle Brunnenwiese um 08.30 Uhr

Donnerstag, 13.06.13 ganztags Vereinsreise, Details s. Horizonte

Kontakt Susanne Meier, Tel. 056 427 41 27, Daniela Senn Tel. 056 426 33 66

Café Forum, Pfarreizentrum St. Anton, Zentralstrasse 59, 5430 Wettingen

Öffnungszeiten:

Montag geschlossen

Dienstag 14.00 Uhr - 23.00 Uhr

Mittwoch 09.00 Uhr - 23.00 Uhr

Donnerstag 14.00 Uhr - 23.00 Uhr

Freitag und Samstag geschlossen (bei besonderen Anlässen geöffnet)

Sonntag 10.00 Uhr -17.00 Uhr (bei Bedarf auch länger geöffnet)

Kontakt Markus Freiburghaus, Tel. Café 056 437 08 44, Tel. privat Tel. 056 401 54 76

- **Adresse St. Anton:** Pfarramt St. Anton, Antoniusstrasse 12, 5430 Wettingen
 - **Telefonnummer:** 056 437 08 47
 - **E-Mail:** st.anton@kath-wettingen.ch

 - **Adresse St. Sebastian:** Pfarramt St. Sebastian, Schartenstrasse 155, 5430 Wettingen
 - **Telefonnummer:** 056 437 08 57 oder 056 437 08 54
 - **E-Mail:** st.sebastian@kath-wettingen.ch

 - **Altersseelsorge E-Mail:** ritamaria.amschler@kath-wettingen.ch
 - **Telefonnummer** 056 437 08 49
 - **Homepage:** www.kath-wettingen.ch
-

Christkatholische Kirchengemeinde Baden-Brugg-Wettingen

Gottesdienste

Die Gottesdienste werden in der **Klosterkirche Wettingen** gefeiert:

Sonntagsmesse jeweils am Sonntag um 09.30 Uhr

Ökumenischer Gottesdienst am Sonntag um 10.30 Uhr in der ref. Kirche Zurzach

Veranstaltungen

Unregelmässige Nachmittagstreffen der älteren Mitglieder im Foyer des alten Pfarreihauses (Klosterkirche Wettingen)

Kontakt Pfr. Wolfgang Kunicki, Tel. 062 893 08 46

Frauengruppe

Die Gruppe trifft sich einmal im Quartal zu unterschiedlichen Aktivitäten z.B. für Ausflüge, Vorträge Geselliges usw.

Kontakt Clara Kunicki, Tel. 062 893 08 46

(Details zu den einzelnen Aktivitäten sind unter Tel. 062 893 08 48 oder aus dem Gemeindeblatt zu erhalten.)

- **Adresse** **Christkatholisches Pfarramt**, Talstrasse 17, 5105 Auenstein-Au
 - **Telefonnummer** **062 893 08 46**
 - **E-Mail** baden-brugg@christkath.ch
 - **Homepage:** <http://www.christkath.ch/baden-brugg>
-

Baptistengemeinde Wettingen

Veranstaltungen

Die **Seniorentreffs** finden jeden zweiten Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr statt

Die **Frauentreffs** finden am letzten Dienstag im Monat um 20.00 Uhr statt

- **Adresse** **Baptistengemeinde Wettingen**, Neustrasse 57, 5430 Wettingen
 - **Telefonnummer** Gemeindepastor Jürgen Wolf, Tel. 056 426 19 94
 - **E-Mail** pastor@baptists.ch
 - **Homepage:** www.baptists.ch
-

Freie Evangelische Gemeinde

- **Adresse** **Freie evangelische Gemeinde Baden-Wettingen**
Bahnhofstrasse 73, 5430 Wettingen
 - **Telefonnummer** 056 426 38 66
 - **E-Mail** feg-wettingen@bluewin.ch
 - **Homepage** www.feg-wettingen.ch
-

Wünschen Sie diese Liste in gedruckter Form? Fehlt Ihr Angebot in der Liste?
Dann wenden Sie sich bitte an folgende Adresse:

Fachstelle für Altersfragen und Freiwilligenarbeit
Lilo Jud-Meier, Tel. 056 437 38 08
lilo.jud@wettingen.ch

Wettingen, Ende Mai 2013