

**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



**Hilfe und Betreuung zu Hause**

# Wir beraten und informieren Sie zu folgenden Bereichen

## **Was bietet Ihnen der Haushilfedienst?**

Sie fühlen sich wohl in Ihrer vertrauten Umgebung, brauchen aber im Alltag Unterstützung?

Sie möchten selber bestimmen wo und wieviel Ihnen geholfen wird?

Sie möchten Ihre Angehörigen nicht zu sehr belasten?

Wenn Ihre Kräfte nachlassen, sei es durch das Alter, wegen einer Krankheit oder nach einem Spitalaufenthalt: Pro Senectute ist für Sie da und unterstützt Sie bei Aufgaben, die Sie nicht mehr selber machen können.

## **Wer hilft Ihnen?**

Ihre erste Ansprechperson ist die Leiterin Haushilfe. Im persönlichen Gespräch klärt sie den Bedarf und nimmt Ihre Wünsche entgegen.

Die Hilfe leisten Frauen aus der Region, die sich für ihre Mitmenschen einsetzen möchten.

## **Welche Aufgaben übernimmt die Haushilfe?**

Die Haushelferin übernimmt Haushaltarbeiten wie staubsaugen, betten, Wäsche waschen und bügeln, sowie das Bad und die Küche reinigen. Auch einen Frühlings- oder Grundputz kann sie nach Absprache für Sie machen. Sie macht für Sie die Einkäufe und kocht bei Bedarf. Wenn Sie Hilfe bei der Körperpflege brauchen, hilft Ihnen die Haushelferin beim Duschen, Baden oder die Haare zu waschen. Sie begleitet Sie wenn Sie unsicher sind, hört gerne zu und ist gerne für Sie da, wenn Sie ein Anliegen haben.

## **Kosten, Finanzierung**

Siehe separates Blatt  
*Haushilfe-Kosten, Tarife 2017.*

## **Die Mitarbeiterinnen**

Die Mitarbeiterinnen von Pro Senectute stehen unter Schweigepflicht. Sie nehmen keine Trinkgelder entgegen und können auch keine privaten Vereinbarungen treffen. Die Haushelferinnen erledigen ihre Aufgabe mit Achtung und Sorgfalt. Sie haben sich in einem Einführungskurs auf ihre Aufgabe vorbereitet und werden von qualifizierten Fachpersonen begleitet und ständig weitergebildet. Es ist uns wichtig, dass, wenn immer möglich, dieselbe Person zu Ihnen kommt.

## **Die Vermittlung des Haushilfedienstes**

Damit die Hilfe und Pflege gut geplant werden kann und Ihren Vorstellungen entspricht, klärt die zuständige Leiterin Haushilfe bei einem Hausbesuch Ihre Bedürfnisse ab. Als Auftraggeberin oder als Auftraggeber bestimmen Sie, welche Dienstleistungen Sie nutzen möchten. Die Haushalt- und Selbstversorgung richtet sich nach Ihren Ansprüchen und Gewohnheiten.

## **Der Mahlzeitendienst**

Für eine gesunde Ernährung zu Hause steht der Mahlzeitendienst zur Verfügung. Die Mahlzeiten werden in Ihrer Region gekocht und durch unsere Verteilerin täglich warm verteilt. Siehe separater Prospekt.

# Weitere Informationen

## Daheim Wohnen

- Haushilfe- und Spitexangebote
- Mahlzeitendienste
- Autofahrdienste

## Beratung und Information

- Finanzielle und rechtliche Fragen
- Private Betreuung regeln, Finanzierung klären
- Hilfe bei Umzug oder Wohnungsauflösung
- Heime und Alterswohnungen in der Region
- Hilfsmittel, Notrufgeräte
- Unterstützung bei administrativen Aufgaben
- Steuererklärungsdienst
- Infostelle Dement
- Coaching für betreuende Angehörige

## Kurse und Gruppenaktivitäten

- Kurse für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit, etc.
- Begleitete Wanderungen, Velotouren, Spaziergänge und Ferienwochen
- Gymnastik, Tanznachmittage

## Vorsorgedokumente

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

Anlaufstelle für Altersfragen

## Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland

9450 Altstätten, Bahnhofstrasse 15

9470 Buchs, Bahnhofstrasse 29

7320 Sargans, Bahnhofpark 3

## Öffnungszeiten

Mo–Fr, 8–11 / 14–17 Uhr

058 750 09 00, [rws@sg.prosenectute.ch](mailto:rws@sg.prosenectute.ch), [www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch)