

: SEN  
2/10



: SEN

Das Infoblatt  
für Seniorinnen  
und Senioren

# : VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren

Immer mehr wird der Fokus auf die grössere Lebenserwartung der Menschen gerichtet. Erfreulicherweise sind diese zusätzlichen Jahre auch mit einer längeren Dauer der Gesundheit verbunden.

Diese Jahre zu gestalten und sinnvoll zu nutzen, ist sicher keine einfache Aufgabe. Wesentliche Faktoren für eine gute Gestaltung dieses Lebensabschnittes sind sicherlich funktionierende Partnerschaften, andere soziale Beziehungen und sinn- und lustvolle Beschäftigungen.

Wie können Beziehungen entwickelt und vertieft werden? Erfahrungsgemäss gleichen sich Frauen und Männer im Laufe des Lebens einander an bzw. entwickeln oft neue Persönlichkeitsmerkmale. Männer zum Beispiel werden sensibler gegenüber den sozialen Aspekten des Zusammenlebens, Frauen setzen sich mehr durch. In unserem Thema lesen Sie ausführlicher darüber.

Wenn nun solche neuen Persönlichkeitsmerkmale zugelassen, ausgelebt bzw. akzeptiert werden, kann das Leben durch neue Erlebensformen bis ins hohe Alter eine spannende Angelegenheit bleiben.

**Roland Guntern**  
**Leiter Fachstelle für Altersfragen**  
**Region Baden**

# : INHALT

<b>GEDANKEN AUS DEM ALLTAG</b>	<b>03</b>
<b>THEMA</b>	<b>04</b>
<b>AKTUELLES</b>	<b>05</b>
Fachstelle für Altersfragen Region Baden	05
Pro Senectute Baden	05
Alterszentrum Kehl Baden	06
BENEVOL Aargau	06
Kath. Pfarrei Baden	06
Krebsliga Aargau, Baden	06
Ref. Kirchgemeinde Baden	06
Ökumenische Treffen	07
Regionales Pflegezentrum Baden	07
Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden SRRB	07
Stadtbibliothek Baden	07
<b>ANGEBOTE</b>	<b>08</b>
Informationen / Beratung	08
Dienstleistungen	08
Freizeit	09
Gesundheit	10
Seelsorge	10
Seniorenaktivitäten	10
Wohnen im Alter	11
<b>TUTTI FRUTTI</b>	<b>12</b>

# : IMPRESSUM

Baden, Juni 2010

Herausgebende Gemeinden:

**Stadt Baden**  
**Gemeinde Ennetbaden**

Fachstelle für Altersfragen Region Baden  
Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden  
Telefon 056 203 40 89/Fax 056 203 40 81  
Mo bis Fr 08.00 h bis 11.00 h  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch)

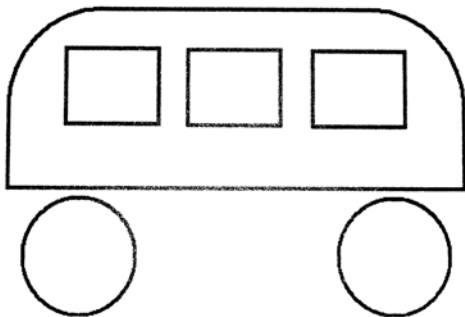
Das SEN erscheint 2x pro Jahr  
(jeweils Januar und Juli)

© bei Fachstelle für Altersfragen, für alle Beiträge

# : GEDANKEN AUS DEM ALLTAG

## ... eines älter werdenden Menschen

Anfang Mai schickte mir ein Freund ein Papier aus dem Internet mit dem Titel „**Ein Vorschultest für Dich**“, auf dem der hier abgebildete Bus zu sehen ist und die nachstehenden Fragen resp. Bemerkungen stehen:



In welche Richtung fährt der Bus? Nach links oder nach rechts?

Können Sie sich nicht entscheiden? Schauen Sie das Bild nochmals sorgfältig an! Immer noch nicht klar?

Dieses Bild wurde Vorschulkindern gezeigt und genau die gleiche Frage gestellt.

90% von ihnen gaben zur Antwort: „Der Bus fährt nach links.“

Auf die Frage: „Warum glaubt Ihr, dass der Bus nach links fährt?“, antworteten sie: „Weil man die Türe zum Einsteigen nicht sieht.“

Und jetzt: „Wie fühlen Sie sich?“  
Ich weiss wie, mir ging es gleich!!

Ja, und ist das schlimm?  
Mir ist klar, ich werde alt!

Dazu noch eine kleine Geschichte in Anlehnung an den Autor Jörg Zink:

Letzthin machte ich am Morgen – wie jeden Tag – das Bett, als meine Frau im Esszimmer etwas zu mir sagte. Ich verstand es nicht. Man hört ja nicht mehr wie früher. Ich frage zurück. Sie möchte wissen, ob ich am Donnerstagabend Zeit hätte. Bislinis wollten kurz vorbeikommen.

Meine Agenda liegt in meinem Büro, ausserhalb der Wohnung. Ich gehe hinüber, schliesse die Türe auf und als ich im Büro stehe merke ich, ich weiss nicht mehr, weshalb ich hierher kam. Ach ja, da fällt mir wieder ein: Bislinis! Ich greife nach der Agenda und da stelle ich fest, meine Brille liegt im Wohnzimmer. Man sieht ja nicht mehr so gut und kann Kleingeschriebenes nur mit Brille lesen. Also gehe ich hinüber sie holen und komme wieder zurück. Schliesslich finde ich den Donnerstag.

Und für Bislinis will ich gleich eine gute Flasche holen. Ich steige in den Keller hinunter und merke, irgendetwas im Kreuz ist nicht wie sonst. Und unten greife ich in die Hosentasche: „Wo ist nur der Kellerschlüssel?“

Kein Zweifel: Ich werde alt!

Aber komisch, es stört mich nicht. Was schadet, dass ich Namen vergesse von Leuten, die mir gestern vorgestellt wurden. Dass alles langsamer geht, auch mühsamer natürlich. Ich bin ja im Ruhestand, ich darf einfach Dasein und leben!  
**Leben Sie wohl!**

Andreas Courvoisier, ehemaliger Präsident des Senioren- und Seniorinnenrates der Region Baden

# : THEMA

## **Wandel der Geschlechterrollen - Werden Männer im Alter femininer, passiver und Frauen kompromissloser, kantiger?**

Welchem Geschlecht jemand angehört, ist wohl eines der wichtigsten Merkmale zur Charakterisierung eines Menschen. Vorstellungen, wie Frauen und Männer sich zu verhalten haben, sind in der Gesellschaft fest verankert.

In der ersten Lebenshälfte gilt es, sich gesellschaftlich und beruflich zu verankern, auf eine Partnerschaft einzugehen, Kinder gross zu ziehen. Männer haben in dieser Phase eine starke maskuline Geschlechtsrollenorientierung. Frauen hingegen werden als gütig und verständnisvoll definiert.

Ab der Lebensmitte beginnt der Mann verstärkt seine „femininen“ Eigenschaften wie Zärtlichkeit und Passivität zu entdecken und auszuleben. Er wird sensibler gegenüber den sozialen Aspekten des Zusammenlebens und abhängiger von der Partnerin. Ebenso bahnt sich bei den Frauen in der zweiten Lebenshälfte eine Wende ihrer Geschlechtsidentifikation an. Sie entdecken ihre eher durchsetzerischen, hartnäckigen und kantigen Seiten (oder lassen sie nun endlich zu).

C.G. Jung, Psychiater und Begründer der analytischen Psychologie wies darauf hin, dass es ab der Lebensmitte zu einer Konvergenz der Geschlechterrollen, bei vielen gar zu einer eigentlichen Rollenumkehrung komme. Gemäss Jung geht es darum, in der zweiten Lebenshälfte die beiden in uns liegenden gegensätzlichen, aber komplementären Kräfte, den Animus (männlicher Aspekt) und die Anima (weiblicher Aspekt) auszusöhnen. Hat ein Mann in der ersten Lebenshälfte seinen Animus extensiv ausgelebt, so wird er in der zweiten Lebenshälfte seine Anima entdecken und ausleben wollen.

Auch moderne Wissenschaftler weisen auf eine zunehmende Feminisierung des Mannes mit steigendem Alter und Maskulinisierung der alternden Frau hin. Der amerikanische Psychologe Gutmann führt die Annäherung des alternden Mannes an die weibliche Geschlechtsrolle auf die Entlastung von der Rolle als Ernährer der Familie zurück. Durch die Anreicherung der maskulinen Persönlichkeit mit femininen Eigenschaften werden gemäss Gutmann die Flexibilität und die Anpassungsfähigkeit des Mannes gefördert. Diese Entwicklung im mittleren Lebensalter sei eine notwendige Voraussetzung, um erfolgreich zu altern.

Tatsache ist jedenfalls, dass beide Geschlechter ab der Lebensmitte zunehmend weniger Bereitschaft zeigen, brav rollenkonzorm zu sein und sich die Freiheit nehmen, neue Persönlichkeitsmerkmale zu entwickeln bzw. latent Dagewesenes zuzulassen. Es ist aber keineswegs so, wie oft angenommen wird, dass der Mensch mit zunehmendem Alter zu einem Neutrum („Alterseingeschlechtlichkeit“) mutiert. Er lässt vielmehr beide vorhandenen Anteile – Weiblichkeit und Männlichkeit – bewusster zu und lebt sie aus. Möglicherweise gelingt es Männern und Frauen in unserer heutigen Gesellschaft zunehmend, dieses Ausleben dürfen beider Geschlechtlichkeiten als ein Geschenk zu empfinden, als eine „späte Freiheit“, die keine Einengungen kennt, frei von geschlechtergebundenen Zwängen ist und neue Erlebensformen ermöglicht.

Fachstelle für Altersfragen Region Baden mit Auszügen aus

„Der biographische Wandel des Männlichen und Weiblichen“ von Prof. Dr. phil. Perrig-Chiello und „In der Lebensmitte“, Perrig-Chiello, P. (2001) NZZ Buchverlag,

# : AKTUELLES

## **Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

---

*Besuchsdienst  
Baden/Ennetbaden*

Herzlich willkommen sind im Besuchsdienst Baden/Ennetbaden sowohl Menschen, die gerne besucht werden als auch Menschen, die Besuche machen möchten. Für die BesucherInnen wird im Herbst 2010 wiederum ein Einführungskurs organisiert.

*Generationen im Klassen-  
zimmer*

Für regelmässige Einsätze in der Schule suchen wir Freiwillige. Sie brauchen keine pädagogische Ausbildung oder Fachkenntnisse, aber Lebenserfahrung, Einfühlungsvermögen, Geduld und Humor.

Sind Sie interessiert? Wenden Sie sich an die Fachstelle für Altersfragen Region Baden, Tel. 056 203 40 89.

## **Pro Senectute Bezirk Baden**

---

*90 Jahre Pro Senectute  
Aargau*

Am 7. Januar 1920 wurde in Brugg die Stiftung für das Alter Kanton Aargau gegründet. Vom ursprünglichen Fürsorgewerk für "bedürftige Greise beiderlei Geschlechtes" entwickelte sich Pro Senectute Aargau in den 90 Jahren zu einem vielfältigen Dienstleistungsbetrieb. Nach wie vor stehen die Sozialberatung und die individuelle Finanzhilfe im Vordergrund. Mit weiteren Dienstleistungen in den Bereichen Hilfe zu Hause, Bildung und Kultur, Sport und Bewegung wird das Angebot für die ältere Bevölkerung im Kanton Aargau ergänzt.

*40 Jahre Sport + Bewegung*

"Alle Betagten turnen" - mit diesem erfolgreichen Slogan eröffnete vor 40 Jahren Pro Senectute im Kanton Aargau den Alterssport. Bestanden im ersten Jahr bereits in 59 Gemeinden Turngruppen, so bewegen sich heute über 3'350 Seniorinnen und Senioren in rund 340 Gruppen regelmässig in den verschiedensten Sportarten

*Geschichten, die das Leben  
schrieb*

Die bekannten Autoren Milena Moser, Karl Gautschi und Klaus Merz haben Pro Senectute zum Jubiläum je eine Geschichte geschenkt. Die drei Geschichten erzählen von der Vielseitigkeit des Alters. Die Geschichtenhefte können bei Pro Senectute kostenlos bezogen werden.

*Kursprogramm*

Im August erscheint das neue Kursprogramm der Pro Senectute Aargau. Es enthält wieder eine Vielzahl von Kursen, darunter verschiedene Computer-, Bewegungs- und Sportkurse. Das Programm enthält auch spez. Angebote zu aktuellen Themen für ältere Menschen wie

<b>Pro Senectute,</b> <i>Kursprogramm, Fortsetzung</i>	Verhalten im Strassenverkehr, Ernährung und Gesundheit. Neu im Programm sind Kurse über die deutsche Rechtschreibung, eine Schreibwerkstatt Biographie, zu den Krankenversicherungen, zur Einführung in das System des öffentlichen Verkehrs der A-Welle und ein PC-Grundkurs für MAC Computer. Weitere Informationen dazu erteilt Pro Senectute.
<b>Alterszentrum Kehl, Baden</b>	Das Veranstaltungsprogramm des Alterszentrums Kehl finden Sie auf der Website <a href="http://www.daskehl.ch">www.daskehl.ch</a> . Alle Veranstaltungen sind kostenlos und öffentlich zugänglich.
<b>BENEVOL Aargau</b>	Der Aargau hat neu auch eine BENEVOL-Stelle. Diese Fach- und Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit baut nun ein Netzwerk für Freiwillige und Organisationen auf. Erste Projekte sind am Laufen. Auskünfte unter Tel. 062 823 30 44
<b>Kath. Pfarrei Baden</b> <i>Seniorenachmittage</i>	Mi 18.08. (Ausflug), 06.10., 03.11., 01.12.2010, jeweils 14.30h, Gottesdienst in der Stadtkirche, anschliessend Beisammensein im Chorherrenhaus
<i>Weihnachtsfeier</i>	So 19.12.2010, 14.30h Chorherrenhaus
<b>Krebsliga Aargau, Baden</b> <i>Gesprächs- und Selbsthilfegruppen für Krebskranke oder Angehörige</i>	Mi 11.08.2010, 18.00h, Krebs: Was ist Palliative Care? Mi 18.08.2010, 18.00h, Angst als ständiger Begleiter Mi 08.09.2010, 18.00h, Partner/Angehörige leiden mit Mi 15.09.2010, 19.30h Über das Reifen zur Spiritualität? Mi 22.09.2010, 19.30h, Darf man noch träumen? Detailinformationen unter <a href="http://www.krebsliga-aargau.ch">www.krebsliga-aargau.ch</a>
<b>Ref. Kirchgemeinde Baden</b> <i>Oase mit Herz</i>	So 17.10., 21.11.2010, 14.00h-17.00h, Oase mit Herz, Bullingerstube, Ref. Kirchgemeindehaus Baden
<i>Kirchenmorgen</i>	Mi 29.09., 10.11., 15.12.2010, jeweils 09.30h, Referat und Thema, anschl. Mittagessen, Kirchgemeindehaus
<b>Dättwil</b> <i>Tafelrunde 62 plus</i>	Keine Tafelrunde im Juli, Mi 25.08., 29.09., 27.10., 24.11., 29.12.2010, jeweils 11.30h, Restaurant Täfern,
<b>Ennetbaden</b> <i>Seniorenmittagstisch</i>	Jeweils 2. Donnerstag im Monat, 12.00h, Rest. Sonne
<i>Sen.-nachmittag / Samichlaus</i>	Mi 1.12.2010, ab 14.00h, Pfarrsaal St. Michael,
<i>Spiel- und Jassnachmittage</i>	2x im Monat am Freitagnachmittag (meist am 1. und 3. Freitag), 14.00h-17.00h, Café Prestige, Ennetbaden

**Ökumenische Treffen – Kath.  
Pfarrei / Ref. Kirchgemeinde  
Baden**

---

Kappelerhof, Mittagstisch, jeweils 11.30h  
Do 16.09.2010, Restaurant Quelle,  
Do 04.11.2010, Restaurant Bruggerhof,

**Kappelerhof**  
Seniorennachmittage

Mi 22.09.2010, D'Gotthardposcht“ mit Dreiländer-Nostalgie-Ensemble  
Mi 20.10.2010, Lebensmut – Begegn. mit Heidi Anneler  
Mi 17.11.2010, Handharmonika-Gruppe Pro Senectute  
jeweils 14.00h, Aula Schulhaus Kappelerhof

**Rütihof**  
Senioren-Mittagstisch

Di 31.08., 28.09., 19.10., 30.11., 21.12.2010,  
jeweils 12.30h, Restaurant aRomana

Seniorennachmittage

Di 14.09. (Ausflug), 26.10., 16.11., 14.12.2010,  
jeweils 14.30h, Gemeinschaftszentrum Arche

**Regionales Pflegezentrum  
Baden**

---

*Geriatrisches Ambulatorium*

Im Frühjahr 2010 wurde das Geriatrische Ambulatorium eröffnet. Durch eine ganzheitliche Abklärung wird betagten und gebrechlichen Menschen gezeigt, wie die noch vorhandenen Ressourcen genutzt werden können und wie sich Defizite beheben lassen.

**Senioren- und Seniorinnen-  
rat Region Baden SRRB**

---

*seniOrient-Filmhits für Jung/Alt*

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 12.08., 02.09., (09.09. Fantoche!), 14.10., 11.11., 09.12.2010, 15.00h, Programm unter [www.srrb.ch](http://www.srrb.ch) oder Kino Orient Wettingen

6. Alters-Arena

Do 28.10.2010, 14.30h, Rathaussaal Wettingen  
R. Mohn, Leiter der polizeilichen Beratungsstelle Aargau hält das Referat „Sicherheit im Alter“, anschl. Diskussion.

Vortragszyklus

Do 04.11.2010, 18.00h, Thema: *Alte Eltern - erwachsene Kinder*; Referentin Dr. B. Ugolini  
Do 18.11.2010, 18.00h: *Grenzen der Medizin im Alter*;  
Referent Dr. L. Müller  
Do 24.11. 2010, 18.00h: *Zusammen allein leben*;  
Referent Prof. Dr. F. Höpflinger  
Referatsdauer 1 Stunde, anschl. Fragen und Diskussion

**Stadtbibliothek Baden**

---

Prix Chronos

Jung und Alt lesen dieselben Jugendbücher, diskutieren und jurieren gemeinsam. Ab Mitte September sind die fünf von einer Fachjury ausgewählten Bücher ausleihbar.

Lesepass mit den Kleinsten

Mit dem Enkelkind in die Bibliothek zum Geschichten hören? Es wird eine lustige Mundart-Geschichte für Kinder ab 3 Jahren erzählt. Auf Deutsch (09.09.2010) oder auf Englisch (12.08., 04.11.2010)

Mehr unter [www.stadtbibliothek.ch](http://www.stadtbibliothek.ch)

# : ANGEBOTE

*Detaillierte Informationen zu den aufgelisteten Angeboten erhalten Sie über die einzelnen Adressen. Zögern Sie nicht, diese zu kontaktieren. Weitere Informationen erhalten Sie auch in der Tagespresse.*

## Information / Beratung

### > **Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch),  
[www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

### > **Pro Senectute Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

### > **Soziale Dienste Stadt Baden**

Im Graben 2, 5400 Baden, Tel. 056 200 82 60  
[soziale.dienste@baden.ag.ch](mailto:soziale.dienste@baden.ag.ch), [www.baden.ch](http://www.baden.ch)

## Dienstleistungen

### > **Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch),  
[www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

*Vermittlungsstelle Besuchsdienst Baden / Ennetbaden*

### > **Pro Senectute Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)  
*Mahlzeiten-, Steuererklärungs-, Administrativer Dienst*

### > **Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)  
*Notrufsystem, Fahr-, Besuchs- & Begleit-, Schreib-, dienst, Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, Patientenverfügung*

### > **Spitex Baden-Ennetbaden**

Bahnhofstr. 40, 5400 Baden, Tel. 056 221 53 33  
[info@spitex-baden.ch](mailto:info@spitex-baden.ch), [www.spitex-baden.ch](http://www.spitex-baden.ch)  
*Krankenpflege (zu Hause oder im Ambulatorium), Frischmahlzeitendienst*

### > **Verein TIXI AARGAU**

Hinterhagweg 1, 5432 Neuenhof, Tel. 056 406 13 63  
[mail@tixi-ag.ch](mailto:mail@tixi-ag.ch), [www.tixi-ag.ch](http://www.tixi-ag.ch), Öffnungszeiten:  
Mo-Fr. 8.00-12.00h und Di 13.30-17.00h  
*Fahrdienst für behinderte, betagte und blinde Menschen*



<b>Freizeit</b>	<b>&gt; Pro Senectute Bezirk Baden</b> Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80 <a href="mailto:info@ag.pro-senectute.ch">info@ag.pro-senectute.ch</a> , <a href="http://www.ag.pro-senectute.ch">www.ag.pro-senectute.ch</a> <i>Sprachkurse, Informatik-, Handykurse, Verhalten im Strassenverkehr, Männerkochkurs, Bewegungskurse (Feldenkrais, Qi Gong), Gesundheit, Lebensgestaltung, Ernährung.</i>
<i>Bildung</i>	
<i>Animationsangebote, Treffs</i>	<i>Mittagstische, Musik- und Tanztreffs, Jass- und Schachgruppen, Ausflüge und begleitete Ferienwochen</i>
<i>Sportkurse und Sportgruppen</i>	<i>Turnen und Volkstanzen, Walking und Nordic Walking, Aqua-Fitness, Schwimmen, Badminton, Faustball, Wandern und Velofahren</i>
<i>Berufliche und Persönliche Weiterbildung</i>	<b>&gt; Klubschule Migros Baden</b> Nordhaus 3, 5400 Baden, Tel. 058 568 97 97 <a href="mailto:klubschule.baden@gmaare.migros.ch">klubschule.baden@gmaare.migros.ch</a> , <a href="http://www.migros.ch">www.migros.ch</a> <i>Informatik, Management &amp; Wirtschaft, Sprachen, Gestalten, Musik, Wellness und Sport, Essen und Trinken</i>
	<b>&gt; Stadtbibliothek Baden</b> Mellingerstrasse 19, 5400 Baden, Tel. 056 200 83 20/22 <a href="mailto:stadtbibliothek@baden.ag.ch">stadtbibliothek@baden.ag.ch</a> , <a href="http://www.stadtbibliothek.baden.ch">www.stadtbibliothek.baden.ch</a> <i>Sachbücher, Sprachkurse, Spielfilme, Musik, Hörbücher</i>
<i>Abend- und Tageskurse</i>	<b>&gt; Volkshochschule Wettingen</b> Sekretariat, 5430 Wettingen, Tel. 056 427 11 78 <a href="mailto:info@vhs-wettingen.ch">info@vhs-wettingen.ch</a> , <a href="http://www.vhs-wettingen.ch">www.vhs-wettingen.ch</a> <i>Philosophie, Geschichte, Naturwissenschaften, Umwelt, Technik, Kunst, Kultur, Sprachkurse, Literatur, Gesundheit, Kreativität, Gestalten, Gesellschaft,</i>
<i>Konzerte</i>	<b>&gt; Orchestergesellschaft</b> Orchestergesellschaft, 5400 Baden, <a href="http://www.ogbaden.ch">www.ogbaden.ch</a>
	<b>&gt; Wettinger Kammerkonzerte</b> Käthi Kupper, Meierhofstrasse 11, 5400 Baden , Tel. 056 222 69 75, Fax 056 222 78 57, <a href="mailto:info@wettinger-kammerkonzerte.ch">info@wettinger-kammerkonzerte.ch</a> , <a href="http://www.wettinger-kammerkonzerte.ch">www.wettinger-kammerkonzerte.ch</a>
<i>Ferien</i>	<b>&gt; Schweiz. Rotes Kreuz Baden</b> Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel.: 056 222 33 66 <a href="mailto:srk-baden@srk-aargau.ch">srk-baden@srk-aargau.ch</a> , <a href="http://www.srk-aargau.ch">www.srk-aargau.ch</a> <i>Ferien und Ausflüge für Behinderte und Betagte</i>
<i>Kulturreisen</i>	<b>&gt; Vereinigung für Heimatkunde Bezirk Baden</b> Hans Bolliger, Präsident, Geissbergstrasse 44, 5408 Ennetbaden, Tel. 056 222 68 24, Fax 056 222 68 24 <a href="mailto:habebolliger@bluewin.ch">habebolliger@bluewin.ch</a> , <a href="http://www.vfhk.ch">www.vfhk.ch</a> (für Programme)

## **Gesundheit**

*Krankenpflege (zu Hause oder im Ambulatorium),*

### **> Spitex Baden-Ennetbaden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 221 53 33  
[info@spitex-baden.ch](mailto:info@spitex-baden.ch), [www.spitex-baden.ch](http://www.spitex-baden.ch)

*Diabetes- und Ernährungsberatung*

### **> Kantonsspital Baden**

Im Ergel 1, 5404 Dättwil, Tel. 056 486 21 11,  
[www.ksb.ch](http://www.ksb.ch),

*Kurse im Gesundheits- und Pflegebereich*

### **> Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)

*Kurse Lippenlesen und Hörtraining*

### **> Pro Audito**

Frau Silvia Zanini, Kirchplatz 14, 5400 Baden  
Tel. 056 222 27 21, Fax 056 222 27 56

### **> Krebsliga Aargau**

Schwertstrasse 4, 5400 Baden, Tel. 056 210 47 50,  
[admin@krebsliga-aargau.ch](mailto:admin@krebsliga-aargau.ch), [www.krebsliga-aargau.ch](http://www.krebsliga-aargau.ch)  
*Sozialberatung, Gesprächs- und Selbsthilfegruppen*

*Hörberatung*

### **> Hören und Sehen Kessler,**

Akustiker Herr Kessler, Weite Gasse 31, 5400 Baden  
Tel. 056 222 60 70,  [hoeren.sehen.kessler@baden.ch](mailto: hoeren.sehen.kessler@baden.ch)

*Verleih von Hilfsmitteln*

### **> Regionales Pflegezentrum**

Pflegemobilienmagazin, Verleih von Hilfsmitteln  
[info@rpb.ch](mailto:info@rpb.ch), [www.rpb.ch](http://www.rpb.ch)

## **Seelsorge**

---

### **> Katholisches Pfarramt Baden**

Kirchplatz 15, 5400 Baden, Tel. 056 222 57 15  
[j.stuebi@pfarreibaden.ch](mailto:j.stuebi@pfarreibaden.ch), [www.pfarreibaden.ch](http://www.pfarreibaden.ch)

### **> Katholisches Pfarramt Ennetbaden**

Grendelstrasse 25, Ennetbaden, Tel. 056 222 51 28  
[sguerra@pfarrei-ennetbaden.ch](mailto:sguerra@pfarrei-ennetbaden.ch), [www.pfarrei-ennetbaden.ch](http://www.pfarrei-ennetbaden.ch)

### **> Reformiertes Pfarramt Baden**

Oelrainstrasse 21, 5400 Baden, Tel. 056 222 46 33  
[info@refkirche-baden.ch](mailto:info@refkirche-baden.ch), [www.ref-baden.ch](http://www.ref-baden.ch)

## **Seniorenaktivitäten / Selbstengagement**

---

### **> Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch),  
[www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

*Vermittlungsstelle Freiwilligenarbeit für Generationen im Klassenzimmer*

### **> Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden /**

**SRRB** Präs. G. Bürge, Weiherstr.1, 5430 Wettingen,  
Tel 056 426 41 31, [gema@buerge.ch](mailto:gema@buerge.ch), [info@srrb.ch](mailto:info@srrb.ch),  
Website: [www.srrb.ch](http://www.srrb.ch) mit Aktualitäten, Informationen,

## **Seniorenaktivitäten /Selbst- engagement, Fortsetzung**

*Wohnen im Alter*

*Gesprächs- und Arbeits-  
gruppen*

*Information/Anmeldung*

*Freiwilligenarbeit*

*Angeboten und Sonderteil zu „Wohnen im Alter“  
Alters-Alltag und Philosophieren; Alt und Jung; Gesund-  
heit und Alter; Kommunikation; Literaturgruppen D, E, F;  
Migration/Integration; Senioren und Seniorinnen in der  
Volksschule; seniOrient; Stammtisch Wettingen; trüff 55-  
99 Baden; Wohnen im Alter.  
Neue TeilnehmerInnen sind jederzeit willkommen.  
Tel. 056 426 41 31 oder 056 221 70 79*

### **> Pro Senectute Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)  
*Sozialzeitengagement als Sport-Gruppenleitung oder  
Unterstützung von älteren Menschen zu Hause*

### **> BENEVOL Aargau**

Kasinostrasse 25, 5000 Aarau, Tel. 062 823 30 44,  
[benevol@benevol-aargau.ch](mailto:benevol@benevol-aargau.ch), [www.benevol.ch](http://www.benevol.ch)

### **> Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)

## **Wohnen im Alter**

### **> Alterszentrum Kehl**

Im Kehl 7, 5400 Baden, Tel. 056 200 28 28  
[info.azk@baden.ag.ch](mailto:info.azk@baden.ag.ch), [www.daskehl.ch](http://www.daskehl.ch),  
*Betreutes Alterswohnen, Pflegeplätze*

### **> Regionales Pflegezentrum Baden**

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel. 056 203 81 11  
[info@rpb.ch](mailto:info@rpb.ch), [www.rpb.ch](http://www.rpb.ch)  
*Pflegeheim*

### **> Altersheim St. Anna**

Wettingerstrasse 11, 5400 Baden, Tel. 056 203 82 70  
[info@rpb.ch](mailto:info@rpb.ch), [www.rpb.ch](http://www.rpb.ch)  
*Altersheim*

### **> Alters- und Pflegeheim Rosenau**

Badstrasse 5. 5408 Ennetbaden, Tel.: 056 204 33 33  
[info@stiftung-rosenau.ch](mailto:info@stiftung-rosenau.ch), [www.stiftung-rosenau.ch](http://www.stiftung-rosenau.ch)  
*Alters- und Pflegeheim*

### **> Pro Senio Wohn- und Pflegehaus National**

Badstrasse 28, 5408 Ennetbaden, Tel. 056 200 16 16  
[info@prosenio.ch](mailto:info@prosenio.ch), [www.prosenio.ch](http://www.prosenio.ch)  
*Alters- und Pflegeheim*

### **> Altersstiftung Ennetbaden**

Schlösslistrasse 54, c/o Gemeindekanzlei 5408 Ennet-  
baden, Tel. 056 200 06 01  
*Alterswohnungen*

# : TUTTI FRUTTI

## Fahrdienst Verein TIXI Aargau für behinderte und betagte Menschen

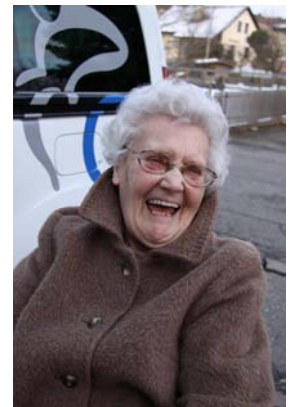
Der Verein TIXI Aargau ist ein gemeinnütziger, politisch und konfessionell neutraler Verein. Die Aufgabe des TIXI Aargau ist der Betrieb eines Fahrdienstes für alle mobilitätsbehinderten Menschen, welche die öffentlichen Verkehrsmittel nicht oder nur unter erschwerten Bedingungen nutzen können. Es bestehen keine Einschränkungen wie Alters-, Einkommens- oder Vermögensgrenzen. Die Tarife des Fahrdienstes sind vergleichbar mit den Tarifen der öffentlichen Verkehrsmittel ganz im Sinne der Gleichberechtigung.

Der Fahrdienst Verein TIXI Aargau erleichtert behinderten, betagten oder blin-

den Menschen die Integration ins gesellschaftliche Leben und fördert die Pflege sozialer Kontakte. Der Besuch bei Freunden, das Einkaufen, die Teilnahme an kulturellen Anlässen wird durch diesen Fahrdienst erleichtert und wieder möglich.

Bedingung für die Inanspruchnahme des TIXI Aargau ist die Mitgliedschaft im Verein TIXI Aargau.

Nähere Information erhalten Sie unter [www.tixi-ag.ch](http://www.tixi-ag.ch) oder unter der Telefon-Nr. 056 406 13 63.



Fachstelle für Altersfragen Region Baden	056 203 40 89
Pro Senectute Bezirk Baden	056 203 40 80
Anlauf- und Beratungsstelle Aargau	0848 40 80 80
Spitex Baden-Ennetbaden	056 221 53 33
Kantonsspital Baden	056 486 21 11
Ärztlicher Notfalldienst	0844 844 500
Notfallapotheke der Region Baden	0844 844 600
Toxikologisches Zentrum Zürich / Giftinformationszentrum	044 251 51 51, 145
Polizei Notruf	117
Feuerwehr Notruf	118
Sanitäts Notruf (Ambulanz)	144



: SEN

Das Infoblatt  
für Seniorinnen  
und Senioren