

: SEN

2/11



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren

Stadt Baden
Gemeinde Ennetbaden

: VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren

Die Europäische Union (EU) hat das Jahr 2011 zum "Europäischen Jahr der Freiwilligkeit" erklärt. Auch in der Schweiz werden einige Aktivitäten und Angebote zur Freiwilligenarbeit lanciert.



Die Freiwilligenarbeit ist aus einem modernen Staatswesen nicht mehr wegzudenken. Beachten wir doch all die Freiwilligen, die sich in der Familie, im Bekanntenkreis und der Nachbarschaft engagieren oder die vielen Menschen, die sich in Vereinen und Organisationen aktiv betätigen. Sie alle leisten Freiwilligenarbeit und tragen dazu bei, dass unsere Gesellschaft funktioniert und sich weiter entwickelt. Insgesamt werden in der Schweiz 700 Millionen Stunden Freiwilligenarbeit pro Jahr geleistet. Total sind in der Schweiz 3 Millionen Menschen (knapp 40% der Bevölkerung) freiwillig engagiert. Fachleute gehen heute davon aus, dass 70% – 80% der geleisteten Pflege in der Schweiz im privaten Rahmen - also durch Angehörige - ausgeübt wird.



Freiwilligenarbeit soll aber nicht nur sichtbar, sondern der Nutzen auch für die Freiwilligen erkennbar gemacht werden. Freiwillige können Neues lernen, sich in einem neuen Tätigkeitsfeld engagieren und dadurch neue Kontakte knüpfen. Kurzum – Freiwilligenarbeit lohnt sich! Wenn Sie ebenfalls Freiwilligenarbeit leisten wollen, finden Sie verschiedene weiterführende Adressen in diesem Heft.

Roland Guntern
Leiter Fachstelle für Altersfragen Region
Baden

: INHALT

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

: IMPRESSUM

Baden, Juni 2011

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 08.00h bis 11.00h
roland.guntern@ag.pro-senectute.ch
erika.colombo@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

2011- Jahr der Freiwilligenarbeit Senioren im Einsatz

Die Europäische Union hat das Jahr 2011 zum Jahr der Freiwilligen erklärt. Auch die Schweiz macht mit.

In diesem Jahr wird erfreulicherweise die von unzähligen Freiwilligen verrichtete Arbeit, die so oft als selbstverständlich angenommen wird und im Schatten der öffentlichen und medialen Wahrnehmung steht, einmal ins Rampenlicht gerückt. Dabei weist man auf den grossen Nutzen dieser Freiwilligeneinsätze für Wirtschaft und Gesellschaft hin.

Eine grosse Anzahl der Freiwilligen, auch in unserer Region, sind Senioren und Seniorinnen, die nach der Aufgabe ihrer Berufstätigkeit über kürzere oder längere Zeit ehrenamtliche Tätigkeiten ausüben, zum Beispiel in gemeinnützigen Organisationen, in Kirchgemeinden und Pensioniertenverbänden oder in Arbeitsgruppen beim Senioren- und Seniorinnenrat Region Baden.

Spannende und nicht ganz alltägliche mehrtätige Einsätze leisten Senioren von Baden und Umgebung im Verein Kolping. Lesen Sie mehr dazu im nachfolgenden Bericht.

Ursula Gut SRRB

Kolping Baden gehört zum Schweizerischen Kolping-Verband und dem Internationalen Kolpingwerk. Er geniesst Gastrecht bei der katholischen Kirchgemeinde Baden. Nebst eigenen Anlässen für aktive Senioren- und Seniorinnen zählen auch soziale Projekte zu seinen Aufgaben. Während der Schweizerische und der Internationale Verband

sich mit ihrer Sozial- und Entwicklungshilfe vor allem der Dritten Welt widmen, legt Kolping Baden diesen Schwerpunkt auf Arbeitseinsätze in der Schweiz.

Seit 2006 organisiert er jedes Jahr einen mehrtägigen gemeinnützigen Arbeitseinsatz. 2006 wurde der Zugangsweg zur Topalihütte im Wallis verbessert, 2007 in Zusammenarbeit mit Pro Natura das Hochmoor Enzenau renaturiert, 2008 hat das Lassalle-Haus in Bad Schönbrenn bei Zug einen Weg erhalten, 2009 wurden 2 Weiler einer Genossenschaft im hinteren Maggiatal miteinander durch einen wintersicheren Weg verbunden.

Die Teilnehmenden sind meist Menschen in der zweiten Lebenshälfte mit Berufserfahrung. Um die Wirkung zu optimieren, werden in der Planungsphase Partner gesucht, die solche Tätigkeiten in geeigneter Form unterstützen oder begleiten. So hat die „KAB Koordinationsstelle Arbeitseinsätze im Berggebiet“ in Brugg 2010 ein Projekt des Lions Club Altdorf im Urner Schächental empfohlen.



Dieser plante anlässlich seines 50-Jahresjubiläums den Bau eines Laufstalles zu Gunsten einer Bergbauernfamilie in Spirigen und suchte Unterstützungsför-

: GEDANKEN AUS DEM ALLTAG

men wie Finanzierungsbeiträge, Arbeits-einsätze, Naturalleistungen, Dienstleistungen. Ziel war es, die Weiterführung des Bergbauernbetriebes für die Aufzucht, Mast und Milchwirtschaft zum Unterhalt einer Familie längerfristig zu sichern.

Kolping Baden hat sich bereit erklärt, dieses Projekt mit einem Arbeitseinsatz zu unterstützen.

Mit einem Beitrag der kath. Kirchgemeinde Baden, der Coop Patenschaft für Berggebiete und Kolping eigenen finanziellen Mitteln konnte eine Gruppe von siebzehn Helferinnen und Helfern aus verschiedenen Berufsschichten gefunden werden. Diese stellten sich für einen einwöchigen Freiwilligeneinsatz im September 2010 zur Verfügung. Reise, Unterkunft und Verpflegung waren für die Teilnehmer kostenlos.



Unter fachmännischer Bauleitung einer Urner Holzbaufirma wurden in Kleingruppen am bereits aufgerichteten Scheunenbau Böden eingebaut, Außenverkleidungen angebracht, das Blechdach gesichert, Tragbalken für Zwischenböden montiert und allgemeine Abschlussarbeiten ausgeführt.

Im Lagerhaus beim Hotel Posthaus in Urigen sorgten während der Einsatzdauer zwei Frauen ebenfalls ehren-

amtlich für währschaffe und wohl-schmeckende Verpflegung. Ein kulturhistorischer Rundgang durch Altdorf unter kompetenter Führung am Mittwochnachmittag war eine Gelegenheit, den Hauptort des Kantons Uri vertiefter kennen zu lernen.

Die Gruppe arbeitete mit viel Enthusias-



mus und Engagement unter besonderer Beachtung der Arbeitssicherheit. Obschon müde von der teilweise ungewohnten Tätigkeit, waren alle Beteiligten am Ende der Woche stolz und zufrieden.

Die Bauernfamilie freute sich über das entstandene Werk, welches ihnen hilft, die Aufgaben für die weitere Existenz im anspruchsvollen und strengen Alltag zu bewältigen.



Für 2011 ist der Einsatz im Pizolgebiet für die Alpkorporation Wangs vom 4. bis 10. September geplant. Die Hirtenunterkunft dort muss modernisiert und den heutigen Bedürfnissen angepasst werden.

Werner Hurni, Kolping Baden

: AKTUELLES

Fachstelle für Altersfragen Region Baden

*Generationen im Klassen-
zimmer*

*Besuchsdienst
Baden/Ennetbaden*

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

Wir suchen freiwillige Mitarbeiter. Unser Besuchsdienst ermöglicht Kontakte und bereichert den Alltag. Im Herbst 2011 findet wieder ein Einführungskurs statt, der Sie auf Ihren Einsatz vorbereitet.

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

Pro Senectute Bezirk Baden

Mittagstisch Baden

Herbstsammlung 2011

Do 11.08., 01.09., 06.10., 03.11., 01.12.2011

11.30h, Senioren-Mittagstisch, Rest. Eintracht, Baden

Der Wunsch, möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu bleiben, geht öfter in Erfüllung, als gemeinhin angenommen wird. Wie lange alte Menschen noch in den eigenen vier Wänden wohnen können, hängt wesentlich vom Angebot ambulanter Dienstleistungen ab. Pro Senectute unterstützt ältere Menschen beispielsweise im Haushalt oder bei administrativen Arbeiten. In der kostenlosen Sozialberatung erhalten ältere Menschen und ihre Angehörigen Beratung und Unterstützung. Zudem werden Personen bei Bedarf gezielt mit finanziellen Beiträgen unterstützt.

Für diese Leistungen ist Pro Senectute auf Spenden angewiesen. Ab dem 15. September werden die Spendenaufrufe in die Briefkästen verteilt. Pro Senectute dankt allen Spenderinnen und Spendern für die Unterstützung.

Tag der älteren Menschen

Jedes Jahr am 1. Oktober begehen wir den internationalen Tag der älteren Menschen. Pro Senectute wird mit einem Stand an der Badstrasse über die Arbeit informieren, sowie Prospekte und kleine Geschenke verteilen.

Neuer Kurs: Aquarellieren

Entdecken Sie die Welt der Farben! Freude am Zeichnen und Malen wieder zu gewinnen oder neu zu entdecken ist entscheidend und nicht die Vorkenntnisse.

Kursprogramm

Im August erscheint das neue Kursprogramm mit einer Vielzahl von Kursen. Es kann bei der Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Baden bezogen werden.

Pro Senectute Aargau

Telefonkette

Viele alleinstehende oder nicht mehr mobile ältere Menschen vermissen soziale Kontakte. Pro Senectute Aargau fördert mit der Telefonkette den regelmässigen Austausch zwischen den Menschen. Anmeldung zu einer Kette in Ihrem Bezirk und nähere Auskunft: Pro Senectute Aargau, Tel. Nr. 056 203 40 89

Alterszentrum Kehl, Baden

Das Veranstaltungsprogramm des Alterszentrums Kehl finden Sie auf der Website www.daskehl.ch. Alle Veranstaltungen sind kostenlos und öffentlich zugänglich.

Benevol Aargau

Sa 29.10.2011, Freiwilligentagung und Freiwilligengala im Kultur- und Kongresshaus Aarau

Krebsliga Aargau, Baden

Gesprächs- und Selbsthilfegruppen für Krebskranke oder Angehörige

Mi 07.09.2011, 16.00h, mit Kindern über Krebs reden

Mi 05.10.2011, 16.00h, Diagnose Brustkrebs,

Mi 02.11.2011, 16.00h, Patientenverfügung

Mi 07.12.2011, 16.00h Herausforderung Krebs

REHA-Wochenende am Hallwilersee

Sa/So 03./04.09.2011, Wochenend-Oase für Familien und Grosseltern: kreatives Arbeiten, Gesellschaftsspiele, Erzählen von Geschichten, Atemübungen
Detailinformation unter www.krebsliga-aargau.ch

Kath. Pfarrei Baden

Baden Zentrum

Seniorenachmittage

Mi 05.10., 02.11., 07.12.2011

jeweils 14.30h, Gottesdienst in der Stadtkirche, anschliessend Beisammensein im Chorherrenhaus

Weihnachtsfeier

So 18.12.2011, 14.30h, Chorherrenhaus

Ennetbaden

Mi 29.06.2011, Seniorenausflug

Mi 07.12.2011, 14.00h, Senioren-Samichlausnachmittag

Ref. Kirchgemeinde Baden

Baden

Oase mit Herz

So 21.08.2011, 16.00h-19.00h,

So 23.10., 20.11.2011, 14.00h-17.00h,

Bullingerstube, Ref. Kirchgemeindehaus Baden

Kirchenmorgen

Mi 14.09., 19.10., 23.11.2011, jeweils 09.30h, Referat/Thema mit anschl. Mittagessen, Kirchgemeindehaus

Seniorenferienwoche

26.09.-02.10.2011, Seehotel Bönigen am Brienersee
Auskunft: Jürg Hermann Sozial-Diakon/Gastgeber, Tel 056 222 57 07 oder juerg.hermann@ag.ref.ch

Dättwil

Tafelrunde 62 plus

Keine Tafelrunde im Juli,

Mi 31.08., 28.09., 26.10., 30.11., 28.12.2011, jeweils 11.30h, Restaurant Täfern,

Ennetbaden

Seniorenmittagstisch

Jeweils **2. Donnerstag im Monat**, 12.00h, Restaurant Sonne

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

Kappelerhof

Seniorennachmittage

Mittagstisch

Chlausfeier

Rütihof und Dättwil
Senioren-Mittagstisch

Seniorennachmittage

**Regionales Pflegezentrum
Baden**

Seniorenmittagstisch

Restaurant

Kiosk-Öffnungszeiten

Anlässe

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

seniOrient-Filmhits für Jung/Alt

Träff 55-99 Baden

Altersarena

Stadtbibliothek Baden

Lirum Larum Verslispiel

BilderBuchZeit

Mi 19.10.2011, Diashow, Vulkane Italiens

Mi 26.10.2011, Filmnachmittag

Mi 16.11.2011, Lotto

Mi 14.12.2011, Filmnachmittag

Jeweils 14.00h, Aula Schulhaus Kappelerhof

Do 15.09.2011, 11.30h, Restaurant Quelle

Do 03.11.2011, 11.30h, Restaurant Bruggerhof

Di 06.12.2011, 12.00h, Chlausfeier, Hotel La Cappella

Di 26.07., 23.08., 20.09., 18.10., 29.11., 20.12.2011,
jeweils 12.30h, Restaurant aRomana Rütihof

Di 13.09. (Ausflug), 25.10., 15.11., 13.12.2011, jeweils
14.30h, Gemeinschaftszentrum Arche Rütihof

Jeden **2. und 4. Dienstag im Monat** in unserem Restau-
rant ab 11.30h. Buffet à discrétion inkl. Dessert Fr. 14.50
(ohne Getränke)

Unser Restaurant ist öffentlich. Besuchen Sie uns!

Mo-Fr 13.30-19.30h, Sa 08.15-17.00h, So 12.15-17.00h

1./3. Mittwoch im Monat, Film- und Musiknachmittage

So 03.07.2011, 14.30h-15.30h, Sonntagskonzert

Jeden **2. Donnerstag im Monat** um 15.00h im Kino
Orient. Programm in der Presse, unter www.srrb.ch oder
beim Kino Orient, Landstr. 2, Wettingen

Jeden **1. Montag im Monat**, 14.30h-16.30h, Rest. Roter
Turm Baden. Der „Träff“ ist eine offene Gesprächsrunde
zu Themen und Fragen rund ums Älterwerden. Auskunft:
Tel. 056 426 42 48, 056 222 45 47 oder 056 282 54 59

Do 08.09.2011, Rest. Roter Turm, Baden

Fahrtüchtigkeit im Alter–Fachleute geben Auskunft: Vier
Kurzreferate von Experten, anschliessend Publikumsdis-
kussion, Leitung H. Fahrländer. Einladung und genauere
Information in der Tagespresse und auf www.srrb.ch

Sa 27.08., 29.10., 10.12. 2011, 09.30h, Buchstarttreff
(Versli und Kinderreime) für Kleinkinder von 9-24 Mona-
ten. Gratis Buchstartpaket mit Informationen zur natio-
nalen Kampagne.

Geschichten hören, für Kinder ab 3 Jahren (Deutsch: **Do**
22.09., 03.11., 15.12.2011, 14.15h/15.15h, Englisch: **Do**
18.08.2011, Spanisch: **Do 25.08., 13.10.2011**, je 14.15h)
Mehr unter www.stadtbibliothek.baden.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,
www.ag.pro-senectute.ch

> **Pro Senectute Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.pro-senectute.ch, www.ag.pro-senectute.ch

> **Soziale Dienste Stadt Baden**

Im Graben 2, 5400 Baden, Tel. 056 200 82 60
soziale.dienste@baden.ag.ch, www.baden.ch

Dienstleistungen

> **Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89
roland.guntern@ag.pro-senectute.ch,
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, 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, www.srk-aargau.ch
Fahrdienst durch Freiwillige, Besuchs- und Begleit-, Schreibdienst, Notrufsystem, Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, Patientenverfügung

> **Spitex Baden-Ennetbaden**

Bahnhofstr. 40, 5400 Baden, Tel. 056 221 53 33
info@spitex-baden.ch, www.spitex-baden.ch
Krankenpflege (zu Hause oder im Ambulatorium), Frischmahlzeitendienst

> **Verein TIXI AARGAU**

Almuesenacherstr.4, 5506 Mägenwil, Öffnungszeiten:
Mo-Fr. 8.00-12.00h und Di 13.30-17.00h, Telefon:
056 406 13 63, mail@tixi-ag.ch, www.tixi-ag.ch,
Fahrdienst für behinderte, betagte und blinde Menschen

Freizeit

Bildung

> Pro Senectute Bezirk Baden

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.pro-senectute.ch, www.ag.pro-senectute.ch
Sprachkurse, Informatik-, Handykurse, Verhalten im Strassenverkehr, Männerkochkurs, Bewegungskurse (Feldenkrais, Qi Gong), Gesundheit, Lebensgestaltung, Ernährung.

Animationsangebote, Treffs

Mittagstische, Musik- und Tanztreffs, Jass- und Schachgruppen, Ausflüge und begleitete Ferienwochen

Sportkurse und Sportgruppen

Turnen und Volkstanzen, Walking und Nordic Walking, Aqua-Fitness, Schwimmen, Badminton, Faustball, Wandern und Velofahren

Berufliche und Persönliche Weiterbildung

> Klubschule Migros Baden

Nordhaus 3, 5400 Baden, Tel. 058 568 97 97
klubschule.baden@gmaare.migros.ch, www.migros.ch
Informatik, Management & Wirtschaft, Sprachen, Gestalten, Musik, Wellness und Sport, Essen und Trinken

> Stadtbibliothek Baden

Mellingerstrasse 19, 5400 Baden, Tel. 056 200 83 20
stadtbibliothek@baden.ag.ch,
www.stadtbibliothek.baden.ch
Sachbücher, Sprachkurse, Spielfilme, Musik, Hörbücher

Abend- und Tageskurse

> Volkshochschule Wettingen

Sekretariat, 5430 Wettingen, Tel. 056 427 11 78
info@vhs-wettingen.ch, www.vhs-wettingen.ch
Philosophie, Geschichte, Naturwissenschaften, Umwelt, Technik, Kunst, Kultur, Sprachkurse, Literatur, Gesundheit, Kreativität, Gestalten, Gesellschaft,

Konzerte

> Orchestergesellschaft

Orchestergesellschaft, 5400 Baden, www.oqbaden.ch

> Wettinger Kammerkonzerte

Käthi Kupper, Meierhofstrasse 11, 5400 Baden ,
Tel. 056 222 69 75, Fax 056 222 78 57, info@wettinger-kammerkonzerte.ch, www.wettinger-kammerkonzerte.ch

Ferien

> Schweiz. Rotes Kreuz Baden

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel.: 056 222 33 66
srk-baden@srk-aargau.ch, www.srk-aargau.ch
Ferien und Ausflüge für Behinderte und Betagte

Kulturreisen

> Vereinigung für Heimatkunde Bezirk Baden

Hans Bolliger, Präsident, Geissbergstrasse 44, 5408 Ennetbaden, Tel. 056 222 68 24, Fax 056 222 68 24
habebolliger@bluewin.ch, www.vfhk.ch (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, www.spitex-baden.ch

*Diabetes- und
Ernährungsberatung*

> **Kantonsspital Baden**

Im Ergel 1, 5404 Dättwil, Tel. 056 486 21 11,
www.ksb.ch,

*Kurse im Gesundheits- und
Pflegebereich, Notrufsystem*

> **Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66
srk-baden@srk-aargau.ch, www.srk-aargau.ch

> **Krebsliga Aargau**

Schwertstrasse 4, 5400 Baden, Tel. 056 210 47 50,
admin@krebssliga-aargau.ch, www.krebssliga-aargau.ch
Sozialberatung, Gesprächs- und Selbsthilfegruppen

*Kurse Lippenlesen und
Hörtraining*

> **Pro Audito**

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

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, Geriatisches Ambulatorium
info@rpb.ch, www.rpb.ch

Seelsorge

> **Katholisches Pfarramt Baden**

Kirchplatz 15, 5400 Baden, Tel. 056 222 57 15
j.stuebi@pfarreibaden.ch, www.pfarreibaden.ch

> **Katholisches Pfarramt Ennetbaden**

Grendelstrasse 25, Ennetbaden, Tel. 056 222 51 28
marco.heinzer@pfarreibaden.ch,
www.pfarrei-ennetbaden.ch

> **Reformiertes Pfarramt Baden**

Oelrainstrasse 21, 5400 Baden, Tel. 056 222 46 33
info@refkirche-baden.ch, 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,
www.ag.pro-senectute.ch

*Vermittlungsstelle Freiwilligenarbeit für Generationen im
Klassenzimmer*

> **BENEVOL Aargau**

Entfelderstrasse 11, 5001 Aarau, Tel. 062 823 30 44,
benevol@benevol-aargau.ch, www.benevol.ch

**Seniorenaktivitäten /
Selbstengagement,
Fortsetzung**

Freiwilligenarbeit

> Pro Senectute Bezirk Baden

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.pro-senectute.ch, www.ag.pro-senectute.ch
*Sozialzeitengagement als Sport-Gruppenleitung oder
Unterstützung von älteren Menschen zu Hause*

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

Präs. Ruth Blum, Pilgerstrasse 33, 5405 Baden-Dättwil,
Tel 056 493 29 56, ruthblum@bluewin.ch, info@srrb.ch

*Website: www.srrb.ch mit Aktualitäten, Informationen,
Angeboten und Sonderteil zu „Wohnen im Alter“*

Wohnen im Alter

*Gesprächs- und Arbeits-
gruppen*

*Alters-Alltag und Philosophieren; Alt und Jung; Gemein-
den/Institutionen; Kommunikation; 3 Literaturgruppen (D,
E, F); Migration/Integration; Senioren und Seniorinnen in
der Volksschule; seniOrient; Wettinger Treff, tröff 55-99
Baden; Wohnen im Alter.*

Information/Anmeldung

*Neue TeilnehmerInnen sind jederzeit willkommen.
Tel. 056 493 29 56 oder 056 221 70 79*

Wohnen im Alter

> Alterszentrum Kehl

Im Kehl 7, 5400 Baden, Tel. 056 200 28 28
info.azk@baden.ag.ch, www.daskehl.ch,
Betreutes Alterswohnen, Pflegeplätze

> Regionales Pflegezentrum Baden

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel. 056 203 81 11
info@rpb.ch, www.rpb.ch
Pflegeheim

> Altersheim St. Anna

Wettingerstrasse 11, 5400 Baden, Tel. 056 203 82 70
info@rpb.ch, www.rpb.ch
Altersheim

> Alters- und Pflegeheim Rosenau

Badstrasse 5. 5408 Ennetbaden, Tel.: 056 204 33 33
info@stiftung-rosenau.ch, 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, www.prosenio.ch
Alters- und Pflegeheim

> Altersstiftung Ennetbaden

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

: TUTTI FRUTTI

Notfall zu Hause, was tun?

Gewisse Risiken für die Gesundheit lassen sich mit zunehmendem Alter nicht ausschliessen. Doch was ist zu tun, wenn der Kreislauf verrückt spielt? Wie erkennt man einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall? Antworten auf diese und weitere Fragen erhalten Sie von einer Instruktorin des Schweizerischen Sanitätskorps.

Besuchen Sie den neuen Kurs „Richtiges Handeln im Notfall zu Hause“ der Pro Senectute Aargau.

Di 15.11.2011 und Di 22.11.2011, jeweils 09.00h-11.15h, Kosten Fr. 58.00

Anmeldeschluss: 5. November 2011

Ein Defibrillator (Herzschock-Gerät) kann Leben retten. Sollte es zu einem Notfall kommen, ist es gut zu wissen, wo in unmittelbarer Nähe ein Defibrillator zur Verfügung steht.

Wie sieht das Gerät eigentlich aus und kann jeder einen Defibrillator bedienen?

Im neuen Kurs der Pro Senectute Aargau Kurs lernen Sie den Umgang mit einem Defibrillator kennen und wissen, wo sich diese Geräte befinden.

Mo 14.11. 2011 und Mo 21.11.2011, jeweils 09.00h-11.15h, Kosten Fr. 58.00

Anmeldeschluss: 4. November 2011

WICHTIGE TELEFON NUMMERN:

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

