

: SEN
2/15



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren

Gemeinde Obersiggenthal

: VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren

Wir können den Nachmittag des Lebens nicht nach demselben Programm leben wie den Morgen (C.-G. Jung)

Dieses Bonmot habe ich im Rahmen des Altersleitbildes vor rund 5 Jahren benützt. Ein Bonmot, welches unsere Arbeit begleitet und welches auch aufzeigt, dass das Alter in unserer Gesellschaft immer weniger negativ, sondern auch sehr positiv gewertet wird. Es ist unbestritten, dass unsere Gemeinde einen sehr hohen Anteil an Senioren hat. Es ist aber auf der anderen Seite auch sehr erfreulich, dass viele Familien mit Kindern in die Gemeinde ziehen. Der Morgen des Lebens steht im Einklang mit dem Nachmittag und es zeigt auch schön, dass Häuser für Familien frei werden und sich die Senioren in für sie angenehme, kleinere, aber auch alltags-tauglichere Wohnungen begeben. Sie begeben sich nicht aus unserer Gemeinde, sie bleiben. Und dies ist schön, zeigt also, dass wir auch für das Nachmittags-programm viel zu bieten haben. Die folgenden Seiten in dieser Broschüre sollen sie einladen, Ihren Nachmittag aktiv zu gestalten.

An dieser Stelle ist es auch Zeit, mich von Ihnen, zumindest als Gemeinderätin und Schreiberin des Vorwortes zu verabschieden. Dies ist meine letzte Ausgabe, da ich ja von meinem Amt als Gemeinderätin zurücktrete. Ich wünsche Ihnen viel Glück und vor allem gute Gesundheit und grüsse Sie freundlich.

Therese Schneider,
Präsidentin Kommission für Altersfragen
Gemeinde Obersiggenthal

: INHALT

AKTUELLES	03
Ausflüge / Exkursionen	03
Freiwilligenarbeit	03
Kurse	03
Mittagstische	04
Seelsorge	04
Treffs	04
Veranstaltung	05
Verschiedenes	05
THEMA	06
ANGEBOTE	07
Informationen / Beratung	07
Dienstleistungen	07
Freizeit	08
Gesundheit	10
Seelsorge	11
Wohnen im Alter	11
TUTTI FRUTTI	12

: IMPRESSUM

Baden, Juni 2015

Herausgebende Gemeinde:

Gemeinde Obersiggenthal

Fachstelle für Altersfragen Region Baden
Bahnhofstrasse 40, 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

: AKTUELLES

Die Anbieter der aktuellen Angebote finden Sie jeweils auf der letzten Zeile. Weiterführende Informationen der Anbieter wie Telefon-Nummern oder e-mail-Adressen finden Sie im Teil Angebote ab Seite 8

Ausflüge / Exkursionen

Baden

Mi 08.07., 12.08., 09.09., 14.10., 11.11.2015, jeweils 10.00h-ca. 17.00h, **Ausflugsbuss**. Diverse Einstiegsorte. Mit erfahrenen Begleitpersonen. Programm bei der Beratungsstelle Baden, Tel 056 203 40 80
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Obersiggenthal

Do 06.08.2015, (Zeit siehe Rundschau/Horizonte), **Seniorenausfahrt**, Anm: Pia Good, Tel 056 282 41 74
Kath. Frauenbund

Mi 16.09.2015, Seniorenausflug oder „wenn jemand eine Reise tut“... Nähere Information im Mitteilungsblatt Kirche Aktuell oder Rundschau
Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Mi 23.09.2015, 14.00h, **Stadtführung Winterthur**, Abfahrt mit Zug ab Baden 13.15h, Anm. bis 11.09.15 bei M. Häfliger, Tel 056 282 24 26
Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Baden

Exkursionen, organisiert vom SRRB: Die Einladung zu den geführten Exkursionen werden jeweils den Mitgliedern zugestellt und auf der Website www.srrb.ch publiziert. Gäste sind willkommen. Ausk. Tel 056 221 17 81
Seniorenrat Region Baden SRRB

Freiwilligenarbeit

Obersiggenthal

„Mobil im Alter Obersiggenthal“ (MiA) erbringt Freiwilligen-Fahrdienste für Senioren. Wir **suchen** noch **Teilzeit Koordinatorinnen/Koordinatoren**. Aufgaben: Entgegennahme der Fahrten-Bestellung, Erstellen/Versenden der Fahraufträge, Auskunft bei Anfragen. Haben Sie gerne Kontakt mit Senioren, verfügen Sie über einen PC und haben gute Excel/Outlook Kenntnisse? Sie können von zu Hause aus arbeiten, kleiner Stundenlohn.
Mia.obersiggenthal@gmx.ch oder Tel 079 283 39 11
Fahrdienst Mobil im Alter Obersiggenthal

Kurse

Baden

Do 20.08.2015, 14.00h, **SBB Fahrplan / Ticket Shop**, Interaktiv werden der Umgang mit online und mobilen Fahrplänen sowie E-Ticketing erklärt. Ein Smartphone,

Kurse, Fortsetzung

Baden

Tablet oder Laptop ist Voraussetzung.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Ab 01.09.2015, 09.30h-10.30h, **Indian Balance**. Bewegungsabläufe aus Yoga, Pilates, Deep Work und Thai Chi trainieren Rücken, Bauch, Beine, Po.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Obersiggenthal

Mi 14.10.15, 17.30h, **Kochkurs aus Schweizer Küchen** mit Elisabeth Frei. Anm. bis 09.10.15 bei H. Bernasconi, Tel 056 282 49 71
Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Baden

Fr. 23.10. – 11.12.2015, 08.30h, **Deutsch für Fremdsprachige Frauen**. Gemeinsam unter Frauen Deutsch verstehen, sprechen und lesen lernen.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Mittagstische

Do 03.09., 01.10., 05.11., 03.12.2015, 14.01., 11.02.2016, 12.00h, **Mittagstisch, Gemeindesaal Nussbaumen**, An- und Abmeldung: Mia Schiesser, Tel 056 282 24 22 / 079 380 00 05 (bis Montag abend)
Gemeinde Obersiggenthal

Mi 15.07., 19.08. 16.09., 21.10., 18.11., 16.12.2015, 11.15h, **Mittagstisch, Rest. Hirschen**, Kirchdorf, An- und Abmeldung: M. Sydler, Tel 056 282 52 51
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Treffs

Baden

Ab Do 13.08.2015, 09.00h-11.00h, **Gedächtnis-Träff**. Viel beschäftigt, fast keine Zeit! Und doch wollen Sie Ihr Gedächtnis fit und beweglich halten. Im monatlichen „Träff“ haben Sie hierzu die Möglichkeit.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Jeden 1. Montag im Monat, 14.30h, **Träff 55-99 Baden**, Restaurant Roter Turm, offene Gesprächsrunde rund ums Älterwerden. Tel 056 426 42 48 / 056 222 45 47 / 056 282 54 59
Seniorenrat Region Baden SRRB

Neu: Jeden Dienstag, ab 09.30h, **Zmorgestamm** im Restaurant Manora im Warenhaus Manor Baden. Tisch für ein ungezwungenes Treffen mit anregendem Gedankenaustausch ist reserviert. Tel 056 222 73 81
Seniorenrat Region Baden SRRB

Veranstaltung

Di 25.08.2015, 14.30h, **Reisen im Alter**, Referate von C. Schneider, Freelancer für Reisen, R. Wyss, M. Born, ApothekerIn, S. Gämman, Hotelspitex Bern, Regionales Pflegezentrum Baden, Saal
Seniorenrat Region Baden SRRB

Veranstaltung, Forts.

Obersiggenthal

Di 01.09.2015, 14.30h-17.00h, **Lotto-Nachmittag**

Mi 16.09.2015, 19.00h, **Begegnung mit Muslimen**,
Kath. Frauenbund Obersiggenthal

Sa 24.10.2015, **Tag der offenen Türe**

Alterswohncentrum Gäsliacker

Mi 28.10.2015, 14.30h, **Faszination Insekten und Spinnen**, Dietmar Marty vom Natur- und Vogelschutzverein Obersiggenthal bringt uns die Wunderwelt der Insekten und Spinnen nahe. Saal Ref. Kirchenzentrum Nussbaumen

Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Mi 18.11.2015, 14.30h, **Badener Geschichte(n)**. Silvia Hochstrasser, langjährige Stadtführerin erzählt Interessantes und bringt Anekdoten über die 2000-jährige Geschichte Badens. Ref. Kirchenzentrum Nussbaumen
Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Do 26.11.2015, ab 09.00h/13.00h, **Kranzen** und
Fr 27.11.2015, ab 09.00h, **Verkauf** der Kränze, Markthof
Ref. Frauenverein / Kath. Frauenbund

Baden

Do 26.11.2015, 19.00h, „Welche **Pensionierung** brauchen wir?“, **Referate**: C. Egerszegi und Prof. Dr. F. Höpflinger, anschl. Podiumsgespräch, Roter Turm
Seniorenrat Region Baden SRRB

Obersiggenthal

Mi 09.12.2015, 14.00h, **ökumenische Adventsfeier**, feierlicher Nachmittag mit Liedern, Musik, besinnlichen Momenten und feinem Zvieri. Ref. Kirchenzentrum Nussbaumen, Saal

Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Mi 16.12.2015, 19.00h, **Adventsabend** mit Pfr. Andreas Haag, Cheminéeraum Ref. Kirchenzentrum
Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Baden

Vorschau 2016

12.03.2016, **EXPOsenio – Marktplatz für das Leben** im Alter, Trafohalle Baden. Weitere Informationen unter www.exposenio.ch
Seniorenrat Region Baden SRRB

Verschiedenes

Obersiggenthal

Geniessen Sie ein feines Mittagessen im Limmat-Cafi mit Blick in den Park oder besuchen Sie unsere abwechslungsreiche Gartenanlage mit ihren Kunstwerken.
Alterswohncentrum Gäsliacker

Baden

Jeden **Mittwoch**, 15.00h-17.30h, Jeden **Samstag**, 13.30h-16.00h, **Brockenstube**, Mellingerstr. 27a, Baden, Tel 079 898 43 29, sgf-baden@bluewin.ch
Schweizer Gemeinnütziger Frauenverein Sektion Baden

Projekt altersgerechter Lebensraum

Im Altersleitbild der Gemeinde Obersigenthal wurde das Thema Verkehr und Mobilität als Schwerpunkt definiert. Der Anteil der über 65jährigen ist in Obersigenthal mit 25.7% sehr hoch und im Kantonsvergleich überdurchschnittlich. Der Wunsch, immer länger in den eigenen vier Wänden zu leben, ist heute bereits Realität. Dies zeigt auch das heute sehr hohe Durchschnittsalter beim Eintritt ins Alters- und Pflegeheim und die sehr kurze Verweildauer in dieser Institution.

Die Thematik „altersgerechter Lebensraum ist, insbesondere was den hindernisfreien öffentlichen Raum angeht, für alle Generationen zu prüfen und verfolgt diese Ziele:

- Die Gemeinde als Lebensraum ist bezüglich öffentlichem Raum, Nachversorgung und Mobilität generationengerecht.
- Die Gemeinde bietet gute Lebensqualität für ältere Bewohner, die auch vielen anderen Bewohnergruppen zu Gute kommt. Generationenrespekt und Solidarität unter den Generationen wird sichtbar.
- Die Gemeinde bietet älteren Menschen die Möglichkeit, selbstbestimmt am sozialen, gesellschaftlichen und kulturellen Leben teilzunehmen. Sie sind im öffentlichen Raum sichtbar.

Die Quartiere sind sehr unterschiedlich und müssen getrennt beurteilt werden. Bisher wurde dieses Thema nicht flächendeckend untersucht. Das Projekt setzt sich zusammen aus Vertretern der gemeinderätlichen Kommission Alters- und Freiwilligenarbeit – einem Mitglied der Verkehrskommission sowie dem Leiter Bau und Planung der Gemeindeverwaltung.

Steuerungsausschuss ist der Gemeinderat. Fallweise werden Experten auf Stufe Kanton, Region Baden und Gemeinde einbezogen. Da die Gemeinde in den verschiedenen Gremien und Institutionen vertreten ist, sind die Fachexperten Meinungen ohne grossen finanziellen Aufwand abrufbar.

Es ist vorgesehen, in den verschiedenen Quartieren und den öffentlichen Plätzen und Gebäuden eine Bestandesaufnahme aufzunehmen. Dies umfasst Quartierbesichtigung in Bezug auf Beleuchtung, Markierung, Übersichtlichkeit und Hindernissen. Besichtigung von Begegnungsorten wie Schwimmbad, Aufenthaltsräume für soziale Kontakte, Outdoor Bewegungsmöglichkeiten, Grünflächen mit hindernisfreien Wegen sowie Zugänge zu Gebäuden. Diese Begehungen werden nicht nur mit Senioren, sondern auch mit Kleinkindern und Müttern mit Kinderwägen durchführt.

Es ist folgender Zeitplan vorgesehen:

- Erhebung und Vertiefung IST-Situation (Herbst 2015)
- Diskussion über SOLL-Zustand (Winter 2015/16)
- Optimierungsvorschläge und Weg zum Soll (Frühjahr 2016)
- Antrag an Einwohnerrat bzw. Budget 2017

Mit der Möglichkeit, als Pilotgemeinde vom Know-how des Kantons zu profitieren, zeigt sich der heutige Zeitpunkt als ideal.

Wir sind auf Ihre Mithilfe angewiesen: Geben Sie uns Hinweise, wo es aus Ihrer Sicht Handlungsbedarf gibt oder wenn Sie uns bei den Begehungen unterstützen wollen. Melden Sie sich doch direkt telefonisch bei Christine Kaderli, Kommission für Altersfragen, Telefon 079 174 59 76.

Kommission für Altersfragen
Präsidentin Therese Schneider

: ANGEBOTE

Information / Beratung

> **Kommission für Altersfragen Obersiggenthal**

Präsidentin Therese Schneider, Kirchdorf
the_schneider@bluewin.ch, Tel 079 669 89 86

> **Gemeinde Obersiggenthal, Abteilung Soziales**

Gemeindehaus, 5415 Nussbaumen, Tel 056 296 21 80
soziales@obersiggenthal.ch, www.obersiggenthal.ch

> **Fachstelle für Altersfragen Region Baden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel 056 203 40 89,
roland.guntern@ag.pro-senectute.ch
www.ag.pro-senectute.ch/alterbaden

> **Lungenliga Aargau, Beratungsstelle Baden**

Seminarstrasse 19, 5400 Baden, Tel 056 222 57 57,
lungenliga-aargau@llag.ch, www.lungenliga.ch

> **Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden**

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

Dienstleistungen

Unterstützung zu Hause

> **Mahlzeitendienst Spitex Verein Obersiggenthal**

Bestellung direkt: Tel 056 296 17 71, Alterswohnen-
zentrum Gäsliacker, Nussbaumen

> **MitMensch / Besuchsdienst Obersiggenthal**

Luise Fässler, 5417 Untersiggenthal, Hangstr. 9, Tel
056 288 17 42, sepp.luise@bluewin.ch, täglich ganz-
tags erreichbar

Ambulante Krankenpflege,

> **Spitex Verein Obersiggenthal**

Gäsliackerstr. 16, 5415 Nussbaumen, Einsatzzeiten:
07.00h-22.00h / Termine auf Vereinbarung
Tel 056 282 17 00, info@spitex-obersiggenthal.ch

Mittagstische

> **Mittagstisch für Senioren, Nussbaumen**

Jeweils am ersten Donnerstag im Monat (Juni zweiter
Donnerstag), im Gemeindesaal,
Anmeldung an Frau Mia Schiesser, Tel 056 282 24 22

> **Mittagstisch Pro Senectute Aargau in Kirchdorf,**

jeweils jeden 3. Mittwoch im Monat, Gasthaus zum
Hirschen Anm. bei Marianne Sydler, Tel 056 282 52 51

Dienstleistungen, Forts.

Unterstützung zu Hause

> **Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.pro-senectute.ch, www.ag.pro-senectute.ch
Mahlzeitendienst, Steuererklärungs- und Administrativer Dienst, Betreuungsdienst, Gartendienst

> **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-, Begleit- und Schreibdienst, Notrufsystem, Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, Patientenverfügung

Fahrdienste

> **Fahrdienst MiA Obersiggenthal**

Die Fahrtenbestellung muss mindestens 1 Tag vor der geplanten Fahrt erfolgen über Koordinationsstelle MiA:
Mo-Fr, jeweils 09.00h-11.00h / 14.00h-17.00h, Tel 079 798 20 79, **Email: Mia.Obersiggenthal@gmx.ch**

> **Verein TAXI AARGAU**

Almuesenacherstr. 4, 5506 Mägenwil, Öffnungszeiten:
Mo-Fr 08.00h-11.30h / 13.30h-16.00h,
Tel 056 406 13 63, mail@tixi-ag.ch, www.tixi-ag.ch
Fahrdienst für behinderte und betagte Menschen

Freizeit

Verschiedene Aktivitäten

> **Katholischer Frauenbund Obersiggenthal**

Programm siehe unter www.pfarrei-liebfrauen.ch, oder telefonische Auskunft durch Marianne Egloff, Oberbodenstr. 20, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 00 82

> **Reformierter Frauenverein Obersiggenthal**

verschiedene Aktivitäten wie Vorträge, Lesungen, Themenabende, Feste im Kirchenjahr, Ausflug, Besichtigung von Institutionen. Kontakt: Heidi Bernasconi, Ackerstr. 18, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 49 71, h.b.bernasconi@bluewin.ch

> **Ref. Kirchgemeinde Baden Teilkirchgemeinde Obersiggenthal**

Kontakt für alle Aktivitäten: Andreas Haag,
Tel 056 282 17 38.

Seniorenachmittage, Jeden **3./ 4. Mittwoch**, 14.30h-16.30h, Saal des Ref. Kirchenzentrums Nussbaumen (keine Seniorenachmittage während der Sommerpause). Nachmittag für Pensionierte und andere ältere Personen mit Referaten zu Glaubens- und Lebensfragen, Diavorträge, Sing-, Theater-, Musik- und Spielnachmittage, sowie ein feines Zvieri. Der Fahrdienst holt Sie gerne ab.

Freizeit, Fortsetzung

*Ref. Teilkirchgemeinde
Obersiggenthal, Forts.*

Senioren-Jassen, jeden zweiten Freitag, 14.00h-17.00h,
Ref. Kirchenzentrum, Nussbaumen, Untergeschoss.
Leitung Arlette Baumann, Tel 056 282 12 10

> Männerriege TV Obersiggenthal

Seniorenturnen in der Sporthalle Obersiggenthal

Jeden Dienstag, 09.15h-10.15h, (in den Schulferien kein
Turnbetrieb), Gemischt für Männer und Frauen.

Leitung Peter Rutz, Tel 056 282 52 89 und Kathrin

Füglister, Tel 056 282 20 73, www.tvobersiggenthal.ch

> Kommission für Altersfragen

Wanderungen in Obersiggenthal „gemeinsam statt ein-
sam“, Jeweils am letzten Donnerstag im Monat um 13.30h
Treffpunkt: beim Gemeindehaus (bei jeder Witterung)

Leitung: Evelyne Koch, Tel 056 282 22 33

Jacqueline Santschi, Tel 056 282 16 08

> Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Nordic Walking Treff

Jeden Mittwoch, 09.00h-10.15h, Treffpunkt: Tennisplatz
Nussbaumen, Leitung: M. Süss, Tel 056 249 30 60

Fitness und Gymnastik - fit und zwäg – gemischte
Gruppen, Jeden Dienstag, 14.00h-15.00h und 15.00h-
16.00h, Gemeindesaal Obersiggenthal, Leitung Maya
Sieber, Tel 056 282 37 34. Sie sind herzlich zu einer
Schnupperstunde eingeladen!

> BENEVOL Aargau

Entfelderstrasse 11, 5001 Aarau, Tel 062 823 30 44,

benevol@benevol-aargau.ch, www.benevol-aargau.ch

Freiwilligenjobseite: www.benevol-jobs.ch

> Klubschule Migros Baden

Nordhaus 3, 5400 Baden, Tel 058 568 97 97,

klubschule.baden@gmaare.migros.ch,

www.klubschule.ch

*Informatik, Management und Wirtschaft, Sprachen, Ge-
stalten, Musik, Wellness und Sport, Essen und Trinken*

> Pro Senectute Aargau Bezirk Baden

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel 056 203 40 80

info@ag.pro-senectute.ch, www.ag.pro-senectute.ch

Sprachkurse, Informatikkurse, Gestalten und Spielen,

Kunst und Kultur, Bewegungsaktivitäten und Sportkurse,

Gesundheit, Lebensgestaltung, Ernährung, Kochen

Mittagstische, Musik-/Tanztreffs, Jass-/Schachgruppen,

Ausflugsbuss/begleitete Ferienwochen, Gesprächsgruppe

Freizeit, Fortsetzung

Pro Senectute Aargau, Forts.

Freiwilligenarbeit

Fitness und Gymnastik, internationale Tänze, Walking und Nordic Walking, Aqua-Fitness, Badminton, Faustball, Wandern und Velofahren, Mountainbiken

Ortsvertretung, Organisation Mittagstisch, Leitung von Interessen- und Feriengruppen, Mitarbeit im Administrativen Dienst, Steuererklärungs- oder Mahlzeitendienst, Sportgruppenleitung, Engagement als Kursleitung

> 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

> Seniorenrat Region Baden SRRB

Präs. R. Blum, Pilgerstr. 33, Baden-Dättwil,
Tel 056 493 29 56, ruthblum@bluewin.ch, www.srrb.ch,
info@srrb.ch,

Alters-Alltag/Philosophieren; Exkursionen, Gemeinden/Institutionen, Kommunikation; Literaturgruppen (D, E); Mentoring für Jugendliche; seniOrient; Träff 55-99; Malen; Wohnen im Alter; Erzählcafé; Zmorgestamm

> Volkshochschule Wettingen

Sekretariat, 5430 Wettingen, Tel 056 427 11 78
Info@vhs-wettingen.ch, www.vhs-wettingen.ch
Philosophie, Geschichte, Naturwissenschaften, fremde Welten, Technik, Kunst, Kultur, Internet und Informatik, spezielle Sprachkurse, Literatur, Gesundheit, Kreativität, Gestaltung, Gesellschaft

Gesundheit

> Ärzte in Obersiggenthal

Dres. med. Wälchli & Bamert, allg. Medizin, Hertensteinstrasse 7, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 50 54

Dr. med. Peter Wicki, Innere Medizin, Blumenstrasse 3, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 11 55

> Kantonsspital Baden

Im Ergel 1, 5404 Dättwil, Tel 056 486 21 11,
www.ksb.ch
Diabetes- und Ernährungsberatung

> Hören und Sehen Kessler

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

> Pro Audito

Silvia Zanini, Kirchplatz 14, 5400 Baden,
Tel 056 222 27 21, proauditobaden@bluewin.ch
Kurse Lippenlesen und Hörtraining

Gesundheit, Fortsetzung

> Regionales Pflegezentrum

Wettingerstrasse, 5400 Baden,

info@rpb.ch, www.rpb.ch

Pflegemobilienmagazin, Verleih von Hilfsmitteln

Seelsorge

> Ref. Pfarramt Obersiggenthal

Schulstrasse 16, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 17 38

www.ref-baden.ch

regelmässige Gottesdienste auch im Alters- und Wohnzentrum Gässliacker

> Sekretariat der Kath. Pfarreien Kirchdorf

Brühlstrasse 16, 5416 Kirchdorf, Tel 056 296 20 40

sekretariat@kath-siggenthal.ch,

www.kath-siggenthal.ch

> Kath. Pfarramt Nussbaumen

Birkenstrasse 2, 5415 Nussbaumen, Tel 056 290 11 55

www.kath-siggenthal.ch/nussbaumen

> Kath. Pfarramt Kirchdorf

Brühlstrasse 16, 5416 Kirchdorf, Tel 056 296 20 42

www.kath-siggenthal.ch/kirchdorf

> Altersseelsorge

Konrad Krattenmacher, Tel 056 290 12 55

Wohnen im Alter

> Alterswohnzentrum Gässliacker

Gässliackerstr. 18, 5415 Nussbaumen,

Tel 056 296 17 00, www.awz-gaessliacker.ch,

info@awz-gaessliacker.ch

Pflegeheim, Betreutes Wohnen

> ProSenio, Bethesda Alterszentren, Wohn- und

Pfleggruppe, Feldstrasse 11, 5415 Nussbaumen,

Tel 056 296 15 10, www.prosenio.ch,

info.prosenio@bethesda-alterszentren.ch

Alters- und Pflegeheim, Standorte in Ennetbaden und Nussbaumen

> Altersstiftung Ennetbaden

Schlösslistrasse 54, 5408 Ennetbaden,

Tel 056 200 06 01 (Gemeindekanzlei Ennetbaden)

Alterswohnungen

> Alters- und Pflegeheim Rosenau, Bethesda

Alterszentren, Badstrasse 5. 5408 Ennetbaden, Tel

056 204 33 33 info.rosenau@bethesda-alterszentren.ch

www.stiftung-rosenau.ch

Alters- und Pflegeheim

> Regionales Pflegezentrum Baden

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel 056 203 81 11

info@rpb.ch, www.rpb.ch

Pflegeheim

:TUTTI FRUTTI



Spitex Obersiggenthal

Die Spitex Obersiggenthal ist eine gemeinnützige Organisation für Hilfe und Pflege zu Hause.

Unsere Dienstleistungen stehen allen

Einwohnerinnen und Einwohnern jeden Alters der Gemeinde Obersiggenthal zur Verfügung.

Unsere Dienstleistungen sind vielfältig und richten sich nach den Bedürfnissen unserer Kundschaft. Zum Angebot gehören unter anderem:

Abklärung und Beratung

Die Abklärung des individuellen Pflegebedarfs, Beratung und Anleitung von Betroffenen wie auch von Angehörigen. Koordination der Zusammenarbeit mit andern ambulanten Dienstleistern.

Behandlungspflege

Wundversorgung, Medikamentenmanagement, Injektionen, Infusionen, Blutentnahmen, Messung von Kreislaufparametern, Blutzuckerkontrolle und vieles mehr ...

Grundpflege

Unterstützung in der Körperpflege, beim Anlegen von Kompressionsverbänden und Stützstämpfen und vieles mehr ...

Hauswirtschaft

Einkaufen, Wohnungsreinigung, Wäschebesorgung, Kinderbetreuung, Alltagsgestaltung.

Mahlzeitservice

Hauslieferung, täglich frisch zubereitete warme Mahlzeiten.

Für Informationen wenden Sie sich bitte an:

Spitex Verein Obersiggenthal

Tel. 056 282 17 00

WICHTIGE TELEFON-NUMMERN:

Kommission für Altersfragen	079 669 89 86
Anlauf- und Beratungsstelle Aargau	0848 40 80 80
Spitex Obersiggenthal	056 282 17 00
Gemeindekanzlei Obersiggenthal	056 296 21 14
Alterswohnzentrum Gäsliacker	056 296 17 00
Toxikologisches Zentrum Zürich / Giftinformationszentrum	044 251 51 51, 145
Polizei Notruf	117
Feuerwehr Notruf	118
Sanität Notruf (Ambulanz)	144



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren