

**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



Für Menschen ab 60 Jahren

Informationen, Dienstleistungen
und Freizeitgestaltung

Selbstbestimmt leben – auch im Alter

Leitidee

Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland (RWS) führt im Auftrag der Gemeinden der Region RWS und des Bundes eine neutrale Informations- und Beratungsstelle für die ältere Bevölkerung und deren Angehörige.

Die Rechte, das Wohl und die Würde des Menschen im Alter stehen im Mittelpunkt. Jede ältere Person soll ihr Leben selber bestimmen können. Um dieses Ziel zu erreichen bietet Pro Senectute RWS als unabhängige Sozialorganisation diverse Dienstleistungen an und ist mit anderen Organisationen vor Ort gut vernetzt. Sie koordiniert ihre Dienstleistungen insbesondere mit den betroffenen Angehörigen, Nachbarn und Bekannten, mit involvierten Behörden, Spitex, Hausärzten, Spitälern und Heimen. Im Verbund mit ihren Partnern gewährleistet Pro Senectute RWS die nötige Unterstützung und Entlastung für das selbständige Leben in der gewohnten Umgebung.



Hier nachlesen, wofür Pro Senectute steht und was ihr wichtig ist: Verständnis von Grundversorgung.



Der QR-Code führt Sie direkt zum entsprechenden Thema auf unserer Website.





Dienstleistungen zu allen Fragen rund ums Alter

Information, Beratung, Hilfe und Betreuung zu Hause

Mit der breiten Erfahrung in allen Altersbelangen unterstützt Pro Senectute RWS mit Rat und Tat. Betroffene sowie Angehörige erhalten Denkanstöße und Unterstützung im Finden von Lösungen. Bei Fragen rund um die eigene finanzielle Situationen, die Erstellung eines Vorsorgeauftrages, einen allfälligen Heimeintritt, sowie weiteren spezifischen Themen wie beispielsweise einer beginnenden Demenz ist Pro Senectute die richtige Gesprächspartnerin. Die Beratungen sind kostenlos und die Mitarbeitenden unterstehen der Schweigepflicht.

Ältere Menschen leben gerne zu Hause und möchten das, auch wenn sie vorübergehend oder länger auf Unterstützung angewiesen sind. Mit den Dienstleistungen von Pro Senectute RWS in der Haushilfe bleiben ältere Menschen selbständig und selbstbestimmt und gleichzeitig werden auch Angehörige entlastet. Im Gespräch mit den Betroffenen wird der Bedarf geklärt und die Unterstützung organisiert. Die stundenweise Hilfe und Betreuung ermöglicht nicht nur persönliche Kontakte, sondern gibt Sicherheit für den Alltag in der gewohnten Umgebung. Mahlzeitendienst, administrative Unterstützung und die Vermittlung weiterer Dienste für das Wohnen zu Hause ergänzen das Angebot.



Mit gezielter Unterstützung und Entlastung in der gewohnten Umgebung bleiben.



Freizeit aktiv gestalten

Beweglich bleiben und soziale Kontakte pflegen

Die Freizeit- und Ferienangebote der Pro Senectute RWS sind vielfältig und bieten eine breite Palette an Kursen für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit und Bewegung. Neues kennenlernen, körperlich fit und geistig aktiv bleiben und dabei soziale Kontakte pflegen können Seniorinnen und Senioren auch bei begleiteten Gruppenangeboten wie zum Beispiel bei Wanderungen, E-Bike-Touren, Spaziergängen, Tanznachmittagen, Gymnastik, Spiel und an Vorträgen



*Online im
aktuellen Kurs- und
Gruppenangebot
stöbern oder die
gedruckte Version
bestellen.*



Nachbarschaftshilfe und soziale Teilhabe

Sinnstiftend und flexibel tätig sein

Bei Pro Senectute finden Jüngere und Ältere eine attraktive soziale Aufgabe. Sie können Fähigkeiten erhalten, fördern und weiterentwickeln. Pro Senectute RWS ist auf Frauen und Männer angewiesen, die ältere Menschen beim Leben zu Hause unterstützen oder die ihre Talente und Fähigkeiten in der Kurs- oder Gruppenleitung einbringen möchten. Die Palette an Tätigkeiten umfasst Haushaltsarbeiten, Betreuung und Begleitung, Entlastung für Angehörige, Mahlzeitenauslieferung, Administrativer Dienst, Steuerklärungsdienst, sowie die Möglichkeit der Mitarbeit im breiten Kurs- und Gruppenangebot.

Nachbarschaftshilfe im Sozialzeit-Engagement oder im Nebenerwerb hat bei Pro Senectute RWS eine über 50-jährige Tradition und wird finanziell entschädigt. Dauer und Umfang der Tätigkeiten sind flexibel gestaltbar. Die Mitarbeitenden haben einen Arbeitsvertrag, Spesenvergütung, Sozialleistungen und profitieren von Weiterbildungsangeboten.



Weitere Information für ein persönliches Engagement.



Die wichtigsten Leistungstarife im Überblick

Tarifübersicht von Pro Senectute RWS (Stand 2024)

Viele Leistungen von Pro Senectute RWS werden durch die öffentliche Hand mitfinanziert, damit sie für alle Seniorinnen und Senioren erschwinglich sind. Für etliche Leistungen können Beiträge bei Ergänzungsleistungen, Krankenversicherung, Zusatzversicherungen, Hilflosenentschädigung oder AHV geltend gemacht werden. Zudem kann individuelle Finanzhilfe durch Pro Senectute und andere sozialer Einrichtungen beantragt werden.



*Alle aktuellen
Tarifübersicht
finden Sie auf
unserer Website.*

Die wichtigsten Kundentarife im Überblick

Haushilfe, pro Stunde	CHF	31.00
Reinigungsdienst, pro Stunde	CHF	37.50
Mahlzeiten inkl. Lieferung am Mittag, pro Mahlzeit	CHF	17.00
Administrativer Dienst, pro Stunde	CHF	47.00
Steuererklärung bis zu 1 Stunde, pauschal	CHF	100.00
Autofahrten für Klienten, pro km	CHF	0.80
Kurse, je nach Angebot, siehe Ausschreibung		
Gruppen, je nach Angebot, Unkostenbeitrag je Veranstaltung		

Beratung und Information sind unentgeltlich.



Fachorganisationen für das Alter

Praktische Erfahrung und umfangreiches Fachwissen

Pro Senectute RWS verfügt zu altersrelevanten Themen über breites Fachwissen und umfangreiche Erkenntnisse aus der praktischen Altersarbeit. Sie kennt die aktuelle materielle und immaterielle Situation alter Menschen. Darauf basierend kann Pro Senectute RWS wertvolle Beiträge zur sozialen Entwicklung von Altersarbeit in Quartier, Gemeinde und Region leisten.

Pro Senectute RWS organisiert und veranstaltet Vorträge, hilft bei der Umsetzung von Vorhaben zur Entwicklung der Altersarbeit und lanciert oder beteiligt sich an Projekten dazu.

Themenbereiche

Organisation und Entwicklung von Dienstleistungen der Grundversorgung im Alter

Wohnen und Wohnbedürfnisse im Alter

Betreuungsformen im sozialen Umfeld

Gemeinwesen, soziale Integration

Zusammenleben der Generationen:
Solidarität, Konflikte

Materielle Sicherung im Alter
und Finanzierung von Hilfen

Lebensformen und Altersbilder in der Gesellschaft

Beziehungen im Alter, Einsamkeit, Gewalt, Sicherheit

Mitbeteiligung von Seniorinnen und Senioren stärken

Spezielle Themen der Hochaltrigkeit:
Demenz, Sterben, Vorsorgedokumente



*Kontakt
für Anfragen zu
Vorträgen und
Projekten.*

Wissenswertes und Koordination mit Partnerorganisationen

Weiterführende Themen, Ansprechstellen und Netzwerke kennen

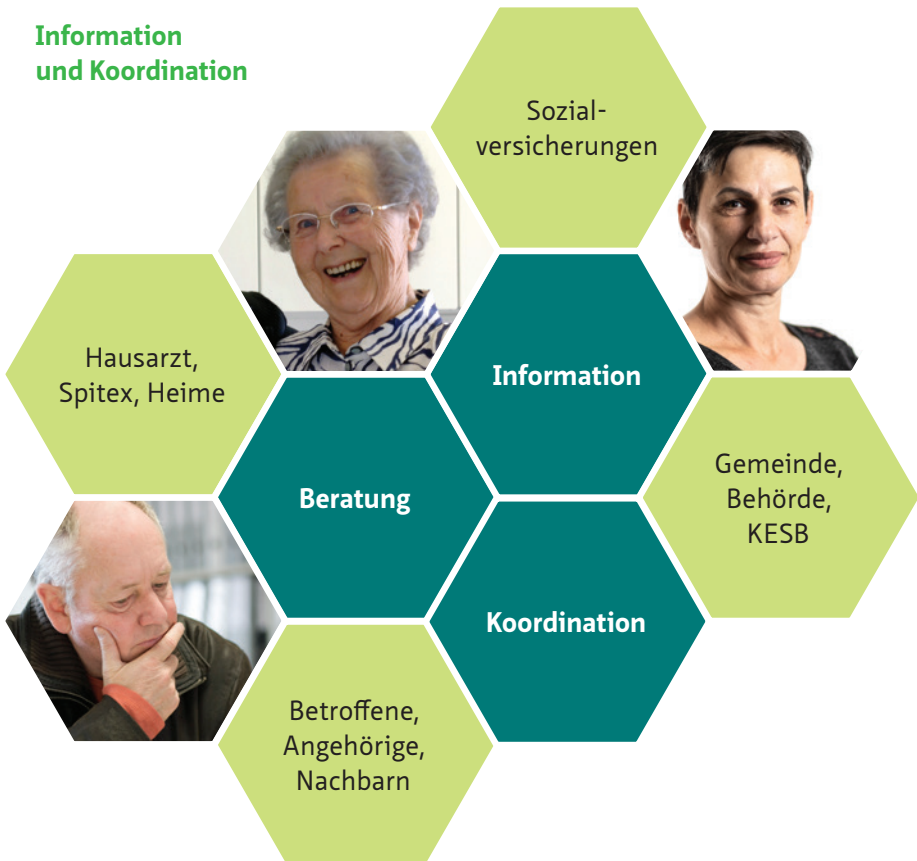
Als gerontologische Fachorganisation verfügt Pro Senectute RWS über eine Vielzahl von Informationen und Unterlagen, die Seniorinnen und Senioren, ihre Angehörigen oder andere Organisationen mit weiterführenden, nützlichen Hinweisen bedient.

In einem Übersichtsblatt stellen wir Ihnen nützliche Informationen und Kontaktdaten anderer Organisationen und Institutionen zur Verfügung.



Liste mit nützlichen Adressen heruntergeladen:
Tipps von A-Z

Information und Koordination



Angebote von Pro Senectute

Daheim Wohnen

- Haushalt- und Betreuungsangebote
- Mahlzeitendienste

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
- Steuerklärungsdienst
- Infostelle Demenz
- Coaching für betreuende Angehörige

Kurse und Gruppenaktivitäten

- Kurse für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit und Bewegung
- Begleitete Wanderungen, E-Bike-Touren, Spaziergänge und Ferienwochen
- Gymnastik, Tanznachmittage

Vorsorgedokumente

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

Pro Senectute in der Region unterstützen

Unsere Arbeit finanziert sich durch Beiträge der Kundinnen und Kunden, der öffentlichen Hand und durch Spenden. Spenden und Legate zu Gunsten unserer Regionalstelle stärken direkt die Altersarbeit in der Region und sind von den Steuern abzugsberechtigt.



Spenden Sie einfach und direkt per Twint. Herzlichen Dank!



Anlaufstelle für Altersfragen

Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland

9450 Altstätten, Bildstrasse 5
9470 Buchs, Bahnhofstrasse 29
7320 Sargans, Bahnhofpark 3

Öffnungszeiten

Mo – Fr, 8–11 / 14–17 Uhr

058 750 09 00, rws@sg.prosenectute.ch, www.sg.prosenectute.ch

Ihre Spende in guten Händen: IBAN CH14 0900 0000 9001 6018 5

