

: SEN

2/17



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren

Stadt Baden
Gemeinde Ennetbaden

: VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren

Im neuen SEN sind wieder einige interessante Aktualitäten aufgeführt: Das Rückentraining nach Antara oder Tanz Fit zum Beispiel für ein ganzheitliches Training; die Schreibwerkstatt für die kreative Aufarbeitung der eigenen Lebensgeschichte und das Sonntags-Kafi als unkomplizierter Treffpunkt sind nur einige der Angebote. Mit der Vorankündigung der EXPOsenio 2018 werfen wir bereits einen Blick ins nächste Jahr.



Roland Guntern

Das Thema widmet sich dem DOCUPASS. Einem Dokumentenpaket zur Regelung der persönlichen Verhältnisse. Nicht nur eine Angelegenheit für das Alter!

Im Besonderen machen wir auf die Neuerungen im Besuchsdienst aufmerksam. Der Besuchsdienst wird ausgeweitet und beinhaltet neu besuchen, begleiten und kontaktieren. Neben den klassischen regelmässigen Besuchen sind nun auch sporadische Kontakte und Begleitungen z.B. zu einer Veranstaltung möglich. Beim Kontaktieren erhalten Sie regelmässig per E-Mail eine Mitteilung über verschiedene interessante Aktivitäten wie spezifische Veranstaltungen, Informationen zur Mobilität wie grössere Verkehrsstörungen, Gesundheitshinweise wie Pollenbelastung, richtiges Verhalten bei Hitze- oder Kältetagen usw. Wenn Sie von diesem neuen Angebot Gebrauch machen wollen, teilen Sie uns Ihren Namen, Adresse, Telefonnummer und E-Mail-Adresse mit.

Wir hoffen, Ihr Interesse geweckt zu haben und wünschen Ihnen gute Gesundheit. Geniessen Sie die warmen Sommertage!

Fachstelle Alter Region Baden
Roland Guntern, Leiter

: INHALT

AKTUELLES	03
Ausflüge / Exkursionen	03
Kurse	03
Mittagstische	04
Seelsorge	04
Treffs	05
Veranstaltungen	05
Verschiedenes	06
THEMA	07
ANGEBOTE	08
Beratung / Informationen	08
Dienstleistungen	08
Freizeit	09
Gesundheit	10
Seelsorge	11
Wohnen im Alter	11
TUTTI FRUTTI	12

: IMPRESSUM

Baden, Juni 2017

Herausgebende Gemeinden:

Stadt Baden
Gemeinde Ennetbaden

Fachstelle Alter 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.prosenectute.ch
erika.colombo@ag.prosenectute.ch

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

© bei Fachstelle Alter Region Baden, 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

Ausflüge mit dem Car, 09.30h - ca. 17.30h, diverse Einstiegsorte in Baden und Umgebung, Programmbestellung Tel 056 203 40 80
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Exkursionen, Einladungen / Daten werden jeweils den Mitgliedern zugestellt und auf www.srrb.ch publiziert. Auskunft Tel 056 221 17 81, Gäste sind willkommen.
Seniorenrat Region Baden SRRB

Kurse

Ab **Mo 21.08.17**, 11.00h-12.00h, Wettingen (kostenlose Schnupperlektion Mo 14.08.17), **Antara® Rückentraining**. Die tiefste Muskelschicht des Rumpfes steht im Zentrum, die für Stabilität und den Schutz des Rückens, für die Bauchform, für die Kraft des Beckenbodens und für eine funktionelle Atmung verantwortlich ist. Aufbauend wird immer an der Körperhaltung und an der Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit gearbeitet.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Ab **Do 21.09.17**, 3 Kurstage, 14.00h-16.30h Uhr in Baden, **Schreibwerkstatt «Lebenslauf»**. Mit kreativen Schreibmethoden machen wir uns auf die Spur unserer Lebensgeschichte, tauchen ein in Erinnerungen und vergegenwärtigen uns, was in unserem Leben wichtig ist. Ziel des Kurses ist, einen persönlichen und passenden Lebenslauf zu entwerfen und in Worte zu fassen.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Ab **Fr 20.10.17**, 5 Kurstage, 14.15h-15.15h in Baden, **Tanz Fit**. Halten Sie Ihren Körper in Bewegung und Sie fühlen sich fit! Tanz Fit ist speziell für ältere und aktive Menschen, welche die Kondition und Beweglichkeit gezielt, aber dennoch langsam aufbauen möchten. Tanz Fit bietet ein ganzheitliches Training zu verschiedenen Musikstilrichtungen.
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Kurse, Fortsetzung

Do 26.10., 02.11., 16.11., 23.11.2017, 14.00h-17.00h, **Einführungskurs** Besuchsdienst. Der Kurs zeigt das Besondere der Begegnungen im Besuchsdienst und bereitet auf den Einsatz vor.
Fachstelle Alter Region Baden

Ab Mitte Oktober, jeweils **Mittwoch** oder **Donnerstag**, **Verständigungstraining**, Ref. Kirchgemeindehaus Pro Audito Baden

Mittagstische

Baden

Do 06.07., 03.08., 07.09., 05.10., 02.11., 07.12.2017, 11.30h, **Restaurant Adesso**, Baden. Anmeldung Ursi Egli, Tel 056 222 95 37
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Kappelerhof

Do 06.07., 07.09., 02.11.2017, 11.30h, **Restaurant Quelle**, Kappelerhof, Anmeldung Tel 056 536 01 62
Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Rütihof

Mi 19.07., 16.08., 20.09., 18.10., 29.11., 20.12.2017, 11.30h, **Rest. Rütihof**, keine Anmeldung erforderlich
Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Dättwil, Tafelrunde 62 plus

Mi 30.08., 27.09., 25.10., 22.11.2017, 11.30h, **Rest. Täfern**, **Mi 13.12.17**, 12.00h, **Z'NACHTBAR** (Anmeldung bei M. Graber, Tel 056 222 27 86 bitte bis am Vorabend)
Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Ennetbaden

Do 14.09., 12.10., 09.11., 14.12.2017, 12.00h, **Restaurant Sonne**, Ennetbaden, Anm. Tel 056 221 24 24
Kath. Pfarrei Ennetbaden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Kappelerhof

Do 05.10., 30.11.2017, 11.30h, **Gasthof zur Brugg**, Kappelerhof, Anmeldung Tel 056 222 72 03
Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Baden

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, ab 11.30h, **Senioren-Mittagstisch**
Regionales Pflegezentrum Baden

Seelsorge

Baden

Mi 04.10., 08.11., 06.12.2017, jeweils 14.30h (ausser 08.11.2017 Beginn 14.00h), **Gottesdienst** Stadtkirche, anschliessend **Themennachmittage** und Beisammensein im Chorherrenhaus
Kath. Pfarrei Baden

Ennetbaden

Jeden Mittwoch, 09.00h, **kath. Gottesdienst** in der Krypta St. Michael mit anschliessendem Kaffeeplausch
Kath. Pfarrei Ennetbaden

Seelsorge, Fortsetzung

Ennetbaden

Jeweils **Dienstag**, 16.30h, **Gottesdienste**, Pro Senio / Rosenau, Ennetbaden, abwechslungsweise katholisch und reformiert. Genaue Daten im jeweiligen Pfarrblatt! Kath. Pfarrei Ennetbaden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Treffs

Kappelerhof

Mi 23.08. (Treff an der Badenfahrt, Hauptpost), **27.09.** (Film 55+), **18.10.** (Hüttenzauber), **15.11.** (Furio es brönnt!), **20.12.2017** (Film 55+), jeweils 15.00h, **Seniorenachmittag**, Schulhaus Kappelerhof Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Rütihof-Dättwil

Di 12.09., 17.10., Mi 15.11., 13.12.2017, 14.30h, (ausser 15.11.17, Beginn 14.00h mit Segnungsfeier Kapelle Rütihof), **Seniorenachmittag**, Arche Rütihof Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Ennetbaden

Mi 06.12.2017, 14.00h, ökumenischer **Seniorenachmittag**, Pfarreisaal Ennetbaden Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Baden

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

Veranstaltungen

Baden

Mi 26.07.2017, 14.30h, **Dia-Vortrag** mit K.H. Rüttgers «Blumen unserer Heimat»

Mi 09.08.2017, 14.30h, **Musiknachm.** «Die Tösstaler»

Sa 02.09.2017, 10.00h, **Kunsthandwerksmarkt** «Kunst & Kunstvolles im Park»
Regionales Pflegezentrum Baden

So 17.09., 15.10., 19.11., 17.12.2017, 14.00h-16.00h, **Sonntags-Kafi** für alle, die gerne Gespräche führen, Café Kardamom, Familienzentrum Karussell, Haselstr. 6, Baden, Kaffee/Tee Fr. 2.50, Kuchen Fr. 2.50
Gemeinnütziger Frauenverein Baden

Sa 21.10.2017, **TIXI-Lotto**, 17.00h, Ref. Kirchgemeindehaus Wettingen
TIXI Aargau

Mi 15.11.2017, 14.30h, **Dia-Show** «Wasser und Leben»

So 17.12.2017, 14.30h, klassisches **Sonntagskonzert**
Regionales Pflegezentrum Baden

Kappelerhof

Di 05.12.2017, 15.00h, **Samichlausfeier** mit den SchülerInnen aus dem Kappi, Aula Schulhaus Kappelerhof
Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Veranstaltungen, Fortsetzung

Ennetbaden

Mi 06.12.2017, 14.00h, **Chlausfeier**, kath. Pfarreisaal Ennetbaden

Kath. Pfarrei Baden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Do 14.12.2017, 19.00h, Öffnung des **Adventsfensters** des Alters- und Pflegeheimes Rosenau im Rahmen der Adventsfensterbeleuchtung der Gemeinde Ennetbaden, kleiner Umtrunk und fröhliches Beisammensein.

Bethesda Alterszentren AG

Baden

So 17.12.2017, 14.30h, **Weihnachten für alle**, Chorherrenhaus

Kath. Pfarrei Baden

Ennetbaden

Jeden **Mittwoch** (ausser Schulferien), 14.00h-15.00h, **Turnen**, kath. Pfarreisaal Ennetbaden, Leitung: Judith Zürcher, Tel 056 222 39 67

Kath. Pfarrei Ennetbaden / Ref. Kirchgemeinde Baden

Baden

Jeden **2. Donnerstag** im Monat, **seniOrient**, Filmhits für Jung und Alt, 15.00h, Kino Orient Wettingen, Programm siehe Flyer, Presse und Website www.srrb.ch
Seniorenrat Region Baden SRRB

November 2017, Senioren Arena «Finanzen im Alter», was sind Ergänzungsleistungen, wer hat Anspruch, was passiert bei Schenkung Liegenschaft, Vermögen? Mit Fallbeispielen, Ort und Zeit werden mit Flyer, Presse und unter der Website www.srrb.ch bekanntgegeben.
Seniorenrat Region Baden SRRB

Vorschau 2018

Sa 17.03.2018, EXPOsenio – Marktplatz für das Leben im Alter, Trafohalle Baden, Attraktives Rahmenprogramm. Sonderthema «Digitale Welt», weitere Informationen unter www.exposenio.ch
Seniorenrat Region Baden SRRB

Verschiedenes

Der Besuchsdienst Baden/Ennetbaden wird ausgeweitet und beinhaltet nun auch Kontakte nur für eine gewisse Zeit im Sinne von «besuchen, begleiten, kontaktieren». Melden Sie sich bei Interesse für solch befristete Einsätze bei der Fachstelle!

Wenn Sie per e-mail regelmässig Informationen über diverse Aktivitäten wie spezifische Veranstaltungen, Mobilitätshinweise wie grössere Störungen im Verkehr, Gesundheitshinweise wie Pollenbelastung, richtiges Verhalten bei Hitzetagen usw. erhalten möchten, melden Sie sich bei uns mit Name, Adresse, Telefonnummer und e-mail-Adresse.

Fachstelle Alter Region Baden

: THEMA

Vorsorgen mit dem DOCUPASS der Pro Senectute

Seit der Einführung des neuen Erwachsenenschutzrechts am 01.01.2013 gewähren die Gesetzesgrundlagen mehr Selbstbestimmung im Falle eines Verlustes der Urteilsfähigkeit. Angepasst an die veränderte Gesetzesgrundlage entwickelte Pro Senectute ein neues und umfassendes Dokumentenpaket für die persönliche Vorsorge. Dieses beinhaltet eine ausführliche Informationsbroschüre sowie Vorlagen bzw. Formulare für nachfolgende Themenbereiche:

Patientenverfügung

Jede urteilsfähige Person kann, wann immer sie möchte, eine Patientenverfügung verfassen. Darin wird festgehalten, wie sie zu medizinischen Behandlungsfragen steht, falls sie ihren Willen nicht mehr äussern kann oder nicht mehr über die nötige Urteilsfähigkeit verfügt, um bestimmten Behandlungen zuzustimmen oder sie abzulehnen.

Anordnung für den Todesfall

Mit Ihren Anordnungen für den Todesfall regeln Sie vieles über Ihren Tod und das Sterben hinaus. Ob zu Bestattung, Trauermahl, Organspende oder Trauerfeier: Anordnungen gewährleisten Ihre Wünsche und entlasten Ihre Hinterbliebenen.

Vorsorgeauftrag

Bei Verlust der Urteilsfähigkeit infolge Unfall oder Krankheit bestimmen Sie mit einem Vorsorgeauftrag eine Person Ihres Vertrauens, welche Ihre Administration erledigt, Ihre Finanzen regelt, Sie in rechtlichen

Angelegenheiten vertritt und sich um Ihr persönliches Wohlergehen kümmert. Auch wird mit einem Vorsorgeauftrag ein behördliches Eingreifen weitgehend verhindert.

Vorsorgeausweis

Dieser informiert im Ernstfall Helfende darüber, wer im Notfall kontaktiert werden soll, welche Vorsorgedokumente bestehen und wo sich die Originaldokumente befinden.

Die Pro Senectute Aargau bietet regelmässig Kurse zu den Themen Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag an. Erkundigen Sie sich auf Ihrer Beratungsstelle über die nächsten Termine.

Die Sozialberatung der Pro Senectute steht Ihnen beim Verfassen oder Ausfüllen der DOCUPASS-Formulare sowie bei Fragen kompetent, neutral und einfühlsam zur Seite. Jedes Gespräch findet mit einer ausgewiesenen Fachperson statt. Es ist für Menschen über 60 Jahren unentgeltlich und unterliegt der beruflichen Schweigepflicht. Wir beraten nicht nur Senioren, sondern auch deren Angehörigen.



Pro Senectute Aargau

: 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 Alter Region Baden**

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

> **Lungenliga Aargau, Beratungsstelle Baden**

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

> **Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.prosenectute.ch, www.ag.prosenectute.ch

> **Soziale Dienste Stadt Baden**

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

Dienstleistungen

> **Fachstelle Alter Region Baden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89
roland.guntern@ag.prosenectute.ch,
www.ag.prosenectute.ch/alterbaden
Vermittlungsstelle Besuchsdienst Baden / Ennetbaden

> **Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden**

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.prosenectute.ch, www.ag.prosenectute.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

> **Spitex Baden-Ennetbaden**

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

Dienstleistungen, Fortsetzung

> Verein TIXI AARGAU

Almuesenacherstr.4, 5506 Mägenwil, 056 406 13 63,
mail@tixi-aargau.ch, www.tixi-aargau.ch,
Fahrdienst für behinderte und betagte Menschen

Freizeit

> BENEVOL Aargau

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

> Fachstelle Alter Region Baden / Pro Senectute Aargau

Bahnhofstr. 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89,
roland.guntern@ag.prosenectute.ch
www.ag.prosenectute.ch/alterbaden
*Freiwilligenarbeit Besuchsdienst Baden/Ennetbaden,
Vermittlungsstelle „Generationen im Klassenzimmer“*

> Klubschule Migros Baden

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

Berufliche und Persönliche Weiterbildung

> Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80
info@ag.prosenectute.ch, www.ag.prosenectute.ch
*Kurse: Sprachen, Informatik, Gestalten und Spielen,
Kunst und Kultur, Bewegung, Sport, Gesundheit, Lebensgestaltung, Ernährung, Kochen*

*Mittagstische, Musik-/Tanztreffs, Jass-/Schachgruppen,
Ausflugsbuss, Ferienwochen, Gesprächsgruppe, Fitness und Gymnastik, internationale Tänze, Walking und Nordic Walking, Aqua-Fitness, Badminton, Faustball, Wandern und Velofahren, Mountainbiken*

Freiwilligenarbeit

Engagement als: Ortsvertretung, Seniorin/Senior im Klassenzimmer, Mittagstischleitung, Leitung von Interessen- und Feriengruppen, Kursleitung, Sportleitung, Mitarbeit im Administrativen Dienst, Steuererklärungs- oder Mahlzeitendienst,

> Stadtbibliothek Baden

Mellingerstr.19, 5401 Baden, Tel. 056 200 83 20,
stadtbibliothek@baden.ag.ch,
www.stadtbibliothek.baden.ch
Sachbücher, Sprachkurse, Romane, Literatur in Grossdruck, Fremdsprachen, Spielfilme, Musik, Hörbücher, e-books, Zeitungen, Zeitschriften

Freizeit, Fortsetzung

*Interessen- und
Arbeitsgruppen*

Abend- und Tageskurse

Konzerte

Gesundheit

> **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**, Präsident Martin
Langenbach, Fluhmattstr. 12, 5400 Baden, Tel 056 222
16 84, 079 336 53 46, info@srrb.ch, www.srrb.ch,
*Alters-Alltag/Philosophieren; Exkursionen; Gemeinden/
Institutionen; Kommunikation; Literaturgruppen (D, E);
Mentoring für Jugendliche; seniOrient, Träff 55-99 Ba-
den; Träff 55+ Würenlos; Wohnen im Alter, Erzählcafé*

> **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/Informatik, spe-
zielle Sprachkurse, Literatur, Gesundheit, Kreativität,
Gestalten, Gesellschaft*

> **Kammerorchester 65, Wettingen**

Tel 056 222 78 07, www.k65.ch, info@k65.ch

> **Senioren-Orchester der Region Baden**

Tel 076 489 44 43, www.senioren-orchester-baden.ch

> **sinfonia.baden** (früher Orchestergesellschaft Baden)
www.sinfonia-baden.ch, praesident@sinfonia-baden.ch

> **Wettinger Kammerkonzerte**

www.w-kk.ch, info@w-kk.ch

> **Hören und Sehen Kessler,**

Akustiker Herr Kessler, Weite Gasse 31, 5400 Baden
Tel. 056 222 60 70, baden@hoerensehenkessler.com
Hörberatung

> **Kantonsspital Baden**

Im Ergel 1, 5404 Dättwil, Tel. 056 486 21 11,
www.ksb.ch, info@ksb.ch, *Diabetes- und Ernährungs-
beratung / Gleichgewichtstraining*

> **Krebsliga Aargau**

Kasernenstrasse 25, 5000 Aarau, Tel 062 834 75 75
admin@krebssliga-aargau.ch, www.krebssliga-aargau.ch
Beratung und Unterstützung, Pflegebettendienst

> **Pro Auditio**

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

> **Regionales Pflegezentrum Baden**

info@rpb.ch, www.rpb.ch, Tel 056 203 81 11
Pflegemobilienmagazin, Verleih von Hilfsmitteln

Gesundheit, Fortsetzung

> **Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66
srk-baden@srk-aargau.ch, www.srk-aargau.ch
*Kurse im Gesundheits- und Pflegebereich, Notrufsystem
(Tel für Dienstleistung Notrufgeräte 0848 012 012)*

> **Spitex Baden-Ennetbaden**

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

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
www.pfarrei-ennetbaden.ch

> **Reformierte Kirchgemeinde Baden**

Oelrainstrasse 21, 5400 Baden, Tel. 056 200 55 00
info@refkirche-baden.ch, www.ref-baden.ch

Wohnen im Alter

> **Altersstiftung Ennetbaden**

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

> **Alterszentrum Kehl Baden**

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

> **Prosenio / Bethesda Alterszentren AG**, Badstr. 28,
5408 Ennetbaden, www.bethesda-alterszentren.ch, Tel.
056 200 16 16, info.prosenio@bethesda-alterszentren.ch
*Pflegezentrum, Ferienaufenthalte, Tages-Nachtklinik,
Notfalleintritte 365/24, Wohn- und Pflegegruppen Nuss-
baumen, Wettingen, Würenlos*

> **Regionales Pflegezentrum Baden**

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel. 056 203 81 11
www.rpb.ch, info@rpb.ch,
*Pflege-/Demenzzentrum, Schwerst-, Akut- und Über-
gangspflege, Tages-/Nachtzentrum, Pflegewohn-
gruppen, Pflegewohnen Park-Hotel Bad Zurzach*

> **Rosenau / Bethesda Alterszentren AG**

Badstrasse 5, 5408 Ennetbaden, Tel. 056 204 33 33,
www.bethesda-alterszentren.ch,
info.rosenau@bethesda-alterszentren.ch
Alters-/Pflegeheim, Ferienaufenthalte, Tages-/Nachtklinik

:TUTTI FRUTTI

Warnung vor Trickbetrügern

Das Internet ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Es erleichtert uns den Alltag in vielerlei Hinsicht. In der virtuellen Welt lauern aber auch Gefahren wie:

Gewinnversprechungen

In e-mails von vermeintlichen Anwälten erklären die Verfasser, dass der Nachlass eines Verstorbenen mangels Nachkommen verteilt werden müsse. Nach Überweisung einer hohen Bearbeitungsgebühr hören Sie nicht mehr von ihnen.

Zum Thema Gewinnversprechungen gehört auch der ausländische Lottogewinn. Obwohl nie ein Lottoschein ausgefüllt wurde, zahlen viele die geforderte Umtriebsgebühr ein.

Mahnungsschreiben

Gefälschte Bussenbescheide ausländischer Polizeistellen werden oft aus Angst, bei der nächsten Einreise Probleme zu bekommen,

bezahlt. Die Frage, ob sie überhaupt schon einmal in diesem ausländischen Ort waren, stellen sich die Betroffenen oft gar nicht.

Phishing

Betrüger versuchen mit meist täuschend echt aussehenden e-mails an Zugangsdaten z.B. zu e-banking oder Kreditkarten-Nummern heranzukommen. Ein seriöser Anbieter würde niemals auf diesem Weg nach vertraulichen Daten fragen.

Wichtige Hinweise

Verwenden Sie ein sicheres Passwort und bewahren Sie Passwörter, PIN-Codes etc. sicher auf. Teilen Sie diese niemanden mit. Überprüfen Sie Ihre Bankkonten und Kreditkartenabrechnungen regelmässig. Klicken Sie niemals auf Links in e-mails von angeblichen Institutionen, bei denen Sie ein Konto haben. Halten Sie Ihren Computer auf dem neusten Stand!

WICHTIGE TELEFON-NUMMERN:

Anlauf- und Beratungsstelle Aargau	0848 40 80 80
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
Sanität Notruf (Ambulanz)	144
Die Dargebotene Hand	143



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren