

: SEN
2/16



: SEN

Das Infoblatt
für Seniorinnen
und Senioren

Gemeinde Obersiggenthal

: VORWORT

„Es kommt nicht darauf an, dem Leben mehr Jahre zu geben, sondern den Jahren mehr Leben“ (Alexis Carrel)

Liebe Seniorinnen und Senioren

Wenn man in eine neue Wohnung oder ein Haus zügelt, kann man sich viele Sachen vorher aussuchen und auf ihre Qualität prüfen: Hat es eine schöne Küche mit guten Geräten, gibt es einen Aufzug, wirkt der Umschwung gepflegt? All das unterziehen wir einer Art „Qualitäts-Check-up“, um sicher zu gehen, dass wir uns in dieser Wohnung wohl fühlen können.

Aber eine Sache können wir nicht vor dem Zügeln auf ihre Qualität prüfen: die zukünftigen Nachbarn. Und gerade diese sind für das Wohlfühlen ganz entscheidend. Was nutzt mir die schöne Küche, wenn ich krank bin, nicht einkaufen kann und niemand klingelt, um zu fragen, ob er mir etwas mitbringen soll. Der schöne Umschwung und die Aussicht sind noch schöner, wenn sich jemand mit mir darüber freut. Sie wissen schon, was ich meine: Eine gute Nachbarschaft steigert die Lebensqualität.

Gerade im fortgeschrittenen Alter erleichtern kleine Hilfen von Nachbarn oder Freunden das tägliche Leben sehr. Doch nicht jeder mag um Hilfe bitten und so manchem Nachbarn fehlt die Zeit oder das Gschpürri, sie von sich aus anzubieten. Die Kommission für Altersfragen diskutiert zurzeit, wie solche Nachbarschaftshilfen zu fördern wären. Es gibt verschiedene Organisationen, die sich bereits mit organisierter Hilfe von Privat für Privat beschäftigen (z.B. KISS, Benevol u.a.) und die uns beraten können. Ich halte Sie auf dem Laufenden, sobald es etwas Konkretes zu berichten gibt.

Walter Vega, Gemeinderat Obersiggenthal
Präsident Kommission für Altersfragen und
Freiwilligenarbeit

: INHALT

AKTUELLES	03
Ausflüge / Exkursionen	03
Kurse	03
Mittagstisch	04
Seelsorge	04
Treffs	04
Veranstaltung	04
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 2016

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

Obersiggenthal

Do 04.08.2016, Seniorenausfahrt

Kath. Frauenbund Obersiggenthal

Mi 21.09.2016, zum Herbstanfang unternehmen wir den traditionellen gemeinsamen **Ausflug**. Nähere Informationen/Angaben zur Anmeldung im Mitteilungsblatt „Kirche Aktuell“ oder der Rundschau.

Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Baden

Eintägige **Seniorenfahrten**, diverse Einstiegsorte in Baden und Umgebung, 10.00h- ca. 17.00h. Programmbestellung bei der Beratungsstelle, Tel 056 203 40 80
Pro Senectute Aargau, Bezirk 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

Kurse

Baden

Mi 24.08., 31.08.2016, 14.00h-16.00h, **Mandala Malen**, Wettingen. Beim Zeichnen und Malen der Mandalas beruhigt sich der Gedankenfluss, die Kreativität sowie die Konzentration werden gefördert. Keine Vorkenntnisse nötig. Kosten CHF 70.00

Mi 14.09.2016, 10.30h-14.30h, **Kochkurs Gewürze aus aller Welt**, Wettingen. Gewürze erobern sich einen Platz in unserem Küchenschrank - von Ajowan über Ingwer bis Zimt. Mit einer selbsterstellten Curry-Senfemischung kochen Sie ein schmackhaftes 4-Gang Menü. Kosten CHF 60.00

Mo 10.10.2016, 14.00h-15.30h, **Baustellenführung Schulhausplatz Baden**. Im Inforaum der Baustelle erhalten Sie einen Einblick in die komplexe Organisation, den in Europa einzigartigen Bustunnel und die grosse Fussgängerpassage. Auf der Baustelle machen Sie sich ein Bild über den Baustand. Kosten CHF 12.00

Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Mittagstisch

Obersiggenthal

Mittagstische in **diversen Restaurants** am **Mi 20.07., 17.08., 21.09., 16.11., 21.12.2016**, 11.15h, Anmeldung Marianne Sydler, Tel 056 282 52 51
Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Jeden **1. Donnerstag** im Monat (ausser 12.01.2017), 12.00h, **Mittagstisch, Gemeindesaal Nussbaumen**
An- und Abmeldung: Mia Schiesser, Tel 056 282 24 22 oder 079 380 00 05 (bis Montag abend)
Gemeinde Obersiggenthal

Seelsorge

Obersiggenthal

Ab Fr 01.07.2016, 16.15h, 14 tägig, **So 25.12.2016**, 10.00h, **Fr 30.12.2016**, 16.15h, **Gottesdienste** im Alterswohntzentrum „Gässliacker“
Kath. Pfarreien Nussbaumen

Mo 15.08.2016, 18.30h, deutsch/italienischer Gottesdienst mit Kräutersegnung, anschl. Grillieren

So 21.08.2016, 10.45h, Patrozinium, anschl. Apéro

Sa 22.10.2016, 19.00h, Talentkonzert

So 06.11.2016, 14.15h, Totengedenkfeier

So 27.11.2016, 17.00h, Konzert Musikgesellschaft Obersiggenthal in der Kirche Liebfrauen

Fr 02., 09., 16.12.2016, 06.30h, Rorate-Feier in der Kirche Liebfrauen mit anschliessendem Zmorge

So 18.12.2016, 10.45h, Buss- und Versöhnungsfeier

Sa 24.12.2016, 17.00h, Fam. Gottesdienst/Krippenspiel

Sa 24.12.2016, 23.00h, Mitternachtsgottesdienst

So 25.12.2016, 10.45h, Weihnachts-Gottesdienst

Mo 26.12.2016, 10.45h, deutsch/italienischer Gottesdienst mit Weinsegnung

Kath. Pfarreien Kirchdorf

Treffs

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

Veranstaltung

Obersiggenthal

Mi 24.08., 19.10.2016, 10.00h, **Mittwochscaffee**,

Di 30.08.2016, 14.30h-17.00h, **Lotto-Nachmittag**

Begegnungszentrum Kath. Kirche Nussbaumen

Kath. Frauenbund Obersiggenthal

Mi 14.09.2016, 18.00h, **Kirchturmbesichtigung**

(Besammlung bei der Kirche um 17.50h), anschl.

Pizzaessen im Rest. Paradies, Anm. bis 19.10. bei Ida Meier, Tel 056 282 44 03

Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Veranstaltung, Fortsetzung
Obersiggenthal

Di 20.09.2016, 19.00h, **Begegnung mit Muslimen**,
Begegnungszentrum Kath. Kirche Nussbaumen
Kath. Frauenbund Obersiggenthal

Baden

Sa 15.10.2016, ab 17.00h, **TIXI-LOTTO**, Ref. Kirchge-
meindehaus Wettingen
TIXI AARGAU

Obersiggenthal

Mi 19.10.2016, 17.30h, **Kochkurs Kreolische Küche**,
Mitgl. Fr. 30.--/Nichtmitgl. Fr. 45, Anm. bis 10.10.16 bei
Vreni Walther, Tel 056 282 57 44
Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Di 25.10.2016, 19.30h, Referat "**Ernährung 40+**" mit
Ida Hohermuth
Kath. Frauenbund / Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Mi 26.10.2016, 14.30h, **Vögel im Siggenthal**, D. Marty
vom Natur- und Vogelschutzverein bringt uns die Wun-
derwelt der Vögel nahe, Ref. Kirchenzentr.Nussbaumen
Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Mi 16.11.2016, 14.30h, **Badener Geschichte(n)**, Teil 2,
Fortsetzung der besonderen Führung durch die Altstadt
Ref. Kirchenzentrum Nussbaumen
Ref. Teilkirchgemeinde Obersiggenthal

Do 24.11.2016 und **Fr 25.11.2016**, Kranzen und Kranz-
verkauf (ab 08.00h im Markthof)

Mi 07.12.2016, 14.00h, Adventsnachmittag mit Zvieri

Di 13.12.2016, 19.00h, Adventlicher Abend mit Zither-
Klängen, Begegnungszentrum KathKirche Nussbaumen
Kath. Frauenbund / Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Mi 14.12.2016, 19.00h, **Adventsabend** mit Pfarrer
Andreas Haag, Cheminéeraum Ref. Kirchenzentrum
Ref. Frauenverein Obersiggenthal

Baden

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

Senioren-Arena – Herbst 2016, Themen, Daten und
Einladungen werden rechtzeitig im Mitgliederbrief, in der
Presse und auf der Website www.srrb.ch publiziert.
Seniorenrat Region Baden SRRB

Verschiedenes
Obersiggenthal

Geniessen Sie ein feines Mittagessen im **Limmat-Cafi**
mit Blick in den Park oder besuchen Sie unsere ab-
wechslungsreiche Gartenanlage mit ihren Kunstwerken
Alterswohnenzentrum Gäsliacker

: THEMA

Job4Teens: Junge helfen Alten

Erinnern Sie sich noch, wie schön es war, wenn Sie als Kind etwas besonders gut gemacht hatten und sich damit einen Batzen verdienten. Der Batzen war schon etwas Gutes und die Anerkennung, die dahintersteckte, war fast noch besser.

Es geht den Jugendlichen heute nicht anders. Viele möchten sich einen Zustupf zum Sackgeld (soweit überhaupt vorhanden) verdienen und sind bereit, dafür auch etwas zu leisten. Diese arbeitswilligen Jugendlichen haben heute die Möglichkeit, sich bei der Arbeitsbörse „Job4Teens“ zu registrieren. Diese schweizweite Arbeitsbörse funktioniert – natürlich – über das Internet, ist aber so aufgeteilt, dass in jeder Region direkte Ansprechpartner sowohl für die Arbeitssuchenden als auch für die Arbeitgebenden vor Ort sind. Das Projekt wird unterstützt von Pro Juventute.

In Obersiggenthal betreut die interessierten Jugendlichen das Team des Jugendnetzes. Sie besprechen mit demjenigen, der einen Job vergeben möchte, ob die Jugendlichen diesen erledigen können, und sie beurteilen, wer dafür in Frage kommt. Der- oder diejenige Jugendliche/r wird von den Mitarbeitenden im Jugendnetz in die Aufgabe eingeführt und diese holen sich auch Rückmeldungen, ob die Arbeit gut erledigt wird. Sie sind - neben dem Jugendlichen selber - Ansprechpartner für die Arbeitgeber, sollte ein besonderes Lob oder auch mal Kritik notwendig sein.

Es gibt viele motivierte und tatkräftige Jugendliche, die ihre Arbeit über Job4Teens suchen. Leider gibt es nur wenige Erwachsene, die dieses Angebot nutzen. Dabei wäre es „so gäbig“. Gerade für ältere Personen können die Jugendlichen eine grosse Hilfe sein:

- Sie können z.B. mit Einkaufen gehen und die schweren Taschen tragen, Getränke und anderes Sperriges versorgen helfen.
- Sie können im Garten helfen (Rasenmähen, Beete umgraben u.ä.)
- Sie können die Fenster putzen, den Hof kehren, das Auto waschen, den Hund ausführen und vieles mehr.

Selbst wenn Sie jetzt sagen „das kann ich alles auch noch selber“, wäre es doch vielleicht angenehmer, wenn Sie dabei Unterstützung (und Gesellschaft) hätten. Die Jugendlichen profitieren durch das selbständige Arbeiten und sie lernen, sich auf andere (auch ältere) Personen einzustellen. Durch die geleistete Arbeit und durch den Umgang mit jungen Menschen profitieren auch die Arbeitgebenden. Wundern Sie sich nicht, wenn Sie nachher völlig neue Wörter in Ihrem Sprachschatz finden oder wenn Sie mit Ihrem Natel ganz neue Dinge tun können...

Bei Interesse können Sie sich entweder auf der offiziellen Website www.job4teens.ch registrieren oder Sie wenden sich an Herrn Urs Kuster vom Jugendnetz Siggenthal (Tel.: 079 101 31 72 oder E-Mail: urs.kuster@jugendnetz-siggenthal.ch).

Die Jugendlichen erhalten zwischen 12 und 15 Franken Stundenlohn. Es entstehen keine weiteren Gebühren/Abgaben. Einzeleinsätze oder regelmässige Tätigkeiten, alles ist möglich. Profitieren Sie davon und geniessen Sie die Zeit.



: ANGEBOTE

Information / Beratung

> **Gemeinde Obersiggenthal, Abteilung Soziales**
Gemeindehaus, 5415 Nussbaumen, Tel 056 296 21 80
soziales@obersiggenthal.ch, www.obersiggenthal.ch

> **Kommission für Altersfragen Obersiggenthal**
Präsident Walter Vega, Nussbaumen
wvega@vih.ch, Tel 079 336 08 77

> **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,
sozialberatung@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**
Anmeldung unter Tel 056 282 17 00, Spitex Verein
Obersiggenthal, Nussbaumen

> **MitMensch / Besuchsdienst Obersiggenthal**
Luise Fässler, 5417 Untersiggenthal, Hangstr. 9, Tel
056 288 17 42, mitmensch@gmx.ch, täglich ganztags
erreichbar

Mittagstische

> **Mittagstisch für Senioren, Nussbaumen**
Jeweils am ersten Donnerstag im Monat (Jan 2017
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 oder Restaurant Paradies, Anmeldung bei
Marianne Sydler, Tel 056 282 52 51

Ambulante Krankenpflege

> **Spitex Verein Obersiggenthal**
Gässliackerstr. 16, 5415 Nussbaumen, Einsatzzeiten:
07.00h-22.00h / Termine auf Vereinbarung
Tel 056 282 17 00, info@spitex-obersiggenthal.ch

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
Haushilfe-, Mahlzeiten-, 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, Mia.Obersiggenthal@gmx.ch,
www.mia-obersiggenthal.ch

> **TIXI AARGAU**

Almuesenacherstr.4, 5506 Mägenwil, Tel 056 406 13 63,
mail@tixi-aargau.ch, www.tixi-aargau.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 Hubert Hartmeier, Tel 056 282 50 43, Kathrin
Füglister, Tel 056 282 52 89, Nelly Biedermann, Tel 056
282 46 40, www.tvobersiggenthal.ch

> Senioren-Wandern

Wanderungen in Obersiggenthal „gemeinsam statt ein-
sam“, jeweils letzter Donnerstag-Nachmittag im Monat.
Zeit und Treffpunkt sehen Sie im gelben Schaukasten im
Markthof

Leitung: Evelyne Koch, Tel 056 282 22 33

Jacqueline Santschi, Tel 056 282 16 08

> Pro Senectute Aargau, Bezirk Baden

Nordic Walking, Jeden **Mittwoch**, 09.00h-10.15h,

Treffpunkt: Tennisplatz beim Altersheim (Dez-Mitte März)
oder Parkplatz Schiessanlage Ebni-Hertenstein (Mitte
März-Nov), Leitung: Marianne Süss, Tel 056 249 30 60

Fitness und Gymnastik – gemischte Gruppen, Jeden
Dienstag, 14.00h-15.00h / 15.00h-16.00h, Gemeindesaal
Obersiggenthal, Leitung Maya Sieber, Tel 056 282 37 34.

Freiwilligenarbeit

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

Alters-Alltag/Philosophieren; Exkursionen; Gemeinden/ Institutionen; Kommunikation; Literaturgruppen (D, E); Mentoring für Jugendliche; seniOrient, Träff 55-99 Baden; Träff 55+ Würenlos; Wohnen im Alter; EXPOsenio (www.exposenio.ch)

> 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

> 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
Diabetes-/Ernährungsberatung, Gleichgewichtstraining

> Pro Auditio

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

> Altersseelsorge

Konrad Krattenmacher, Tel 056 290 12 55

> 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

> Ref. Kirchgemeinde Obersiggenthal

Schulstrasse 16, 5415 Nussbaumen, Tel 056 282 17 38

www.ref-baden.ch

Gottesdienste auch im Alterswohzentrum Gässliacker

> Sekretariat der Kath. Pfarreien Kirchdorf

Brühlstrasse 16, 5416 Kirchdorf, Tel 056 296 20 40

sekretariat@kath-siggenthal.ch,

www.kath-siggenthal.ch

Wohnen im Alter

> Alterswohzentrum Gässliacker

Gässliackerstr. 18, 5415 Nussbaumen,

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

info@awz-gaessliacker.ch

Pflegeheim, Betreutes Wohnen

> Prosenio / Bethesda Alterszentren AG, Feldstrasse

11, 5415 Nussbaumen, Tel 056 200 16 16,

www.bethesda-alterszentren.ch,

info.prosenio@bethesda-alterszentren.ch

Wohn- und Pflegegrupe, Standorte in Nussbaumen, Ennetbaden, Wettingen, Würenlos

> Altersstiftung Ennetbaden

Schlösslistrasse 54, 5408 Ennetbaden,

Tel 056 200 06 01 (Gemeindekanzlei Ennetbaden)

Alterswohnungen

> Regionales Pflegezentrum Baden

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel 056 203 81 11

info@rpb.ch, www.rpb.ch

Pflegeheim

> Rosenau / Bethesda Alterszentren AG

Badstrasse 5. 5408 Ennetbaden, Tel 056 204 33 33

info.rosenau@bethesda-alterszentren.ch

www.bethesda-alterszentren.ch

Alters- und Pflegeheim

Treten Sie ein am 22. Oktober 2016

Das Kehl feiert die Einweihung der beiden neuen Wohnhäuser mit 52 Wohnungen für individuelles Wohnen im Alter.

Ein erstes grosses Etappenziel - das Angebot „Wohnen mit Dienstleistungen“ an die Bedürfnisse der „vierten Generation“ anzupassen und zu erweitern - wurde mit dem Neubau der beiden Wohnhäuser Kehl 5A und 5B erreicht. In einem zweiten Teil soll das heutige „Langhaus“ Kehl 3 mit 20 Wohnungen ab 2017 komplett renoviert werden.

Das Resultat dieses Engagements wird an der Eröffnungsfeier am 22. Oktober 2016 unter dem Motto „Treten Sie ein“ gewürdigt. Kommen Sie und erleben und fühlen Sie das Kehl!

Herzliche Einladung zum

< 1. Stammtisch 60+ >

am **Dienstag, 21. Juni 2016, 16.00 Uhr**
im **Restaurant Neuhaus, Nussbaumen**

1. Stammtisch-Thema: Besprechen und Koordinieren von verschiedenen Aktivitäten und Angeboten für Senioren und Seniorinnen aufgrund von Vorschlägen.

Interessierte sind herzlich eingeladen!

Das Organisationsteam hat sich bei der Veranstaltung „Pensioniert ist nicht ausgerangiert“ kennengelernt.

Ueli Rüeger, Dagmar Paroubek,
Rosmarie Meier

WICHTIGE TELEFON-NUMMERN:

Kommission für Altersfragen	056 296 21 16
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