

Angebote für Seniorinnen und Senioren

altermenzingen.ch

Das Angebot an hilfreichen Dienstleistungen und Spass-machenden Freizeitangeboten für ältere Menschen ist in Menzingen vielseitig.

Damit Sie sich in der Vielzahl der Angebote zurecht finden, haben wir die aktuellen Angebote in dieser Broschüre zusammengestellt.

Weitere und detailliertere Informationen, Broschüren, Prospekte, Zeitschriften etc. über die jeweiligen Angebote erhalten Sie entweder direkt über den Veranstalter oder bei uns:

Anlaufstelle Alter / Kontaktadresse Seniorenrat:

Soziales und Gesundheit
Andrea Zbinden
Rathaus
Postfach
6313 Menzingen
Tel. 041 757 22 30
altermenzingen.ch
alter@menzingen.ch

Menzingen, Juni 2018 / Andrea Zbinden

Wünschen Sie, dass auch Ihr Angebot in unserer Broschüre aufgeführt wird? Sind unsere Angaben nicht mehr aktuell? Bitte wenden Sie sich direkt an die Anlaufstelle Alter.

Inhaltsverzeichnis

SeniorenRat Menzingen	4
Beratung und Hilfe	5
Sozialberatung / Sozialleistungen / Steuerberatung	5
Wohnen, Pflege und Betreuung	7
Alterswohnungen	7
Alters- und Pflegeheim / Ferienbetten	8
Gesundheit	9
Hausärzte / Zahnärzte / Physiotherapie	9
Palliative Care	11
Notrufsysteme / Krankenmobilen / Hilfsmittel	12
Patientenverfügung / Vorsorgeauftrag / Erwachsenenschutz	14
Krankenpflege / Spitex	16
Zu Hause	17
Haushilfe / Entlastungsdienst	17
Mahlzeitendienst / Mittagstisch	20
Fahrdienste	22
Seelsorgerische Begleitung	23
Hausbesuche / Geburtstagsbesuche / Begleitungen	24
Freizeit	26
Freiwilligenarbeit	26
Angebote Gemeinde	28
Bildung und Kultur	29
Bewegung und Sport	30
Kurse	31
Recht / Sicherheit	32
Notrufnummern	36

SeniorenRat Menzingen

Der SeniorenRat Menzingen ist eine vom Gemeinderat gewählte ständige Arbeitsgruppe der Gemeinde Menzingen.

Gemäss dem Motto «Wer gut altern will, muss früh damit anfangen» versteht der SeniorenRat das Thema ALTER als Chance und trägt dazu bei, die Lebensqualität der älteren Menschen zu erhalten und zu fördern.

Kontaktadresse

Soziales und Gesundheit
 Andrea Zbinden
 Rathaus
 6313 Menzingen
 Tel. 041 757 22 30
altermenzingen.ch
alter@menzingen.ch

SeniorenRat Legislatur 2015 - 2018:

- Susan Staub
Präsidentin
- Peter Hodel, Edlibach
Mitglied
- Max Mahlstein, Menzingen
Mitglied
- Vreny Wernert, Menzingen
Mitglied
- Annelies Widmer, Edlibach
Mitglied
- vakant
Mitglied
- Patrik Weizenegger
mit beratender Stimme
- Andrea Zbinden
Sekretärin

Whatsapp-Gruppe

Haben Sie Lust, sich unserer Whatsapp-Gruppe anzuschliessen? Hier tauschen wir uns über Neuigkeiten und Spannendes rund um das Thema Alter in Menzingen aus. Die Gruppe ist offen für jedermann/jederfrau.

Melden sie sich direkt an bei Susan Staub (077 222 66 25).
 Wir freuen uns auf Ihre Beiträge!

Beratung und Hilfe

Sozialberatung / Sozialleistungen / Steuerberatung

Der Beratungsbedarf nimmt im Alter zu. Fragen betreffend Sozialleistungen, Steuern, Erbrecht, Krankenversicherungen, Alters- und Pflegeheimen bis hin zu Fragen für geeignete Vorkehrungen im Todesfall gewinnen an Bedeutung.

Sozialberatung

Anlaufstelle Alter

Andrea Zbinden
Patrik Weizenegger
Rathaus
6313 Menzingen
Tel. 041 757 22 30
altermenzingen.ch
alter@menzingen.ch

Drehscheibe und Informationsstelle
rund um das Thema Alter
Informationen und Prospektmaterial
Vermittlung, Begleitung, persönliche
Beratungen von Betroffenen und An-
gehörigen

Pro Senectute Kanton Zug

Fachberatung für Altersfragen
Stefanie Waldburger
Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 727 50 53
zg.pro-senectute.ch
stefanie.waldburger@zg.pro-
senectute.ch

Beratung und Hilfe in persönlichen
Fragen
Finanzielle Beratung und Hilfe
Sozialversicherungsfragen
Administrative Unterstützung
Wohnfragen/Heimeintritte
Vermittlung von Dienstleistungen und
Hilfen zu Hause
Vorsorgeberatung

eff-zett das fachzentrum

Tirolerweg 8
6300 Zug
Tel. 041 725 26 00
eff-zett.ch
info@eff-zett.ch

Budgetberatung, Opferberatung,
Einzel-, Paar-, Familienberatung,
Sexualberatung, Trennungs- /
Scheidungsmediation,
Selbsthilfegruppen etc.

triangel Beratungsdienste
 Reformierte Kirche Kanton Zug
 Bundesstrasse 15
 6300 Zug
 Tel. 041 728 80 80
 triangel-zug.ch
 info@triangel-zug.ch

Einzel-, Paar- und Familienberatung
 Schuldenberatung
 Kurse, Seminare, Vorträge

**Kantonaler Senioren Verband
 Zug KSVZ**
 Postfach
 6302 Zug
 Tel. 041 741 18 25
 seniorenzug.ch
 kellerzahno@sunrise.ch

Der KSVZ sensibilisiert für Altersfragen, fördert die Kontakte zu kantonalen und gemeindlichen Behörden und Parlamentariern sowie zu sozialen und anderen Institutionen, bietet eine offene und umfassende Information und organisiert öffentliche Veranstaltungen.

Sozialleistungen

AHV-Zweigstelle Menzingen
 Markus Schnüriger
 Rathaus
 6313 Menzingen
 Tel. 041 757 22 22
 menzingen.ch
 markus.schnueriger@menzingen.ch

Die AHV-Zweigstelle erteilt Auskünfte, gibt Formulare, Broschüren und Merkblätter ab und hilft auch beim Ausfüllen der diversen Papiere.

Steuerberatung

Pro Senectute Kanton Zug
 Steuererklärungsdienst
 Aegeristrasse 52
 6300 Zug
 Tel. 041 727 50 20
 zg.pro-senectute.ch
 rosetta.rosamilia@zg.pro-senectute.ch

Treuhand- und Steuererklärungsdienst
 Kompetente und erfahrene Steuerberaterinnen und –berater füllen für Seniorinnen und Senioren die Steuererklärungen aus.

Wohnen, Pflege und Betreuung

Alterswohnungen

Für die meisten älteren Menschen ist der Verbleib in den eigenen vier Wänden und der gewohnten Umgebung ein wichtiges Anliegen. Ist jedoch ein Wohnungswechsel unumgänglich, sollte entsprechend den Bedürfnissen und Beeinträchtigungen zwischen verschiedenen Wohnformen ausgewählt werden können.

Hilfsgesellschaft Menzingen

Konrad Hegglin
Postfach 135
6313 Menzingen
Tel. 041 755 17 12
info@hilfsgesellschaft-menzingen.ch
hilfsgesellschaft-menzingen.ch

Die Hilfsgesellschaft bietet neben dem Areal der LUEGETEN (Luegetenstrasse 8) 28 alters- und behindertengerechte Wohnungen an.

Für die Mieter besteht die Möglichkeit, Dienstleistungen der LUEGETEN in Anspruch zu nehmen.

Bürgergemeinde Menzingen

Barbara Tiefenauer
Bürgerkanzlei
Neudorfstrasse 20
Postfach 49
6313 Menzingen
Tel. 041 755 12 31
buerger-menzingen.ch
kanzlei@buerger-menzingen.ch

Die Bürgergemeinde vermietet 13 Seniorenwohnungen an der Neudorfstrasse 20.

Alters- und Pflegeheim / Ferienbetten

Manchmal ist ein Verbleib in den eigenen vier Wänden aus gesundheitlichen oder anderen Gründen nicht mehr möglich. Ein Umzug in ein Alters- oder Pflegeheim ist oft der einzige Weg.

Luegeten AG – Zentrum für Pflege und Betreuung

Luegetenstrasse 10
6313 Menzingen
Tel. 041 757 11 11
luegeten.ch
info@luegeten.ch

Die LUEGETEN betreut langzeit- und chronischkranke Menschen. Rund 61 Personen leben in der LUEGETEN, aufgeteilt in vier Pflegewohngruppen, eine geschützte Wohngruppe für desorientierte Menschen und eine Altersheimgruppe.

Die Liste aller Alters- und Pflegeheime im Kanton Zug sowie Angaben zu freien Pflegeplätzen finden Sie unter: curavivazug.ch

Die Pflege von Angehörigen zu Hause ist manchmal belastend. Eine Auszeit kann helfen, neue Kräfte zu mobilisieren. Das Angebot von Ferienbetten bietet eine willkommene Möglichkeit, die Auszeit unbelastet zu überbrücken

Luegeten AG – Zentrum für Pflege und Betreuung

Luegetenstrasse 10
6313 Menzingen
Tel. 041 757 11 11
luegeten.ch
info@luegeten.ch

Ferien- oder Erholungszeit !
Benötigen Sie einen Pflegeplatz für pflegebedürftige Angehörige zur eigenen Erholung?

Informieren Sie sich in der LUEGETEN, ob ein Ferien-Platz frei ist.

Informationen über weitere Angebote zu Ferienbetten ausserhalb von Menzingen oder zu Heimen im Bereich der **spezialisierten Langzeitpflege** sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Gesundheit

Hausärzte / Zahnärzte / Physiotherapie

Bei medizinischen Fragen wenden Sie sich bitte direkt an Ihren Hausarzt.

Hausärzte

Ärztzentrum Menzingen
Dr. med. Bharat Kalra
Dr. med. Christine Burck-Jaeger
Holzhäusernstrasse 8
6313 Menzingen
Tel. 041 757 20 20
aerztezentren.ch
menzingen@aerztezentren.ch

Fachärzte FMH für Allgemeine
Innere Medizin und Familien-
medizin

Praxis Frank Klein
Dipl. med. Frank Klein
Hauptstrasse 12
6313 Menzingen
Tel. 041 757 10 80
frank.klein@hin.ch

Praktischer Arzt FMH,
Allgemeinmedizin,
Chirotherapie,
Naturheilverfahren

Zahnärzte

Dr. Rainer Bliefert
Rathaus
6313 Menzingen
Tel. 041 755 30 00
zahnarzt-menzingen.ch
r.bliefert@gmx.ch

Dr. med. dent. SSO

Dr. Sanda Popescu
Neudorfstrasse 8
6313 Menzingen
Tel. 041 755 20 40
dr.popescu.sanda@bluewin.ch

Dr. med. stom.

Physiotherapie

Para-Medical Center
Gerrit van de Veen
Neudorfstrasse 10
6313 Menzingen
Tel. 041 755 11 39 (kostenlos)
vandeveen.ch
info@vandeveen.ch

Physio-manuelle Therapie in
Kombination mit einem aktiven
Rehabilitations- und medizinischen
Trainingszentrum.

Leichtes Krafttraining für eine bessere
Gesundheit und Beratung für ein
gesundes Leben.

Palliative Care

Palliativ Zug
Neuhofstrasse 21
6340 Baar
Tel. 041 729 29 20
palliativ-zug.ch
info@palliativ-zug.ch

Spitex Kanton Zug
Neuhofstrasse 21
6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
spitexzug.ch
info@spitexzug.ch

Vermittlung von wichtigen Informationen über Möglichkeiten aus dem Gebiet der Palliative Care an Betroffene und Interessierte. Bekanntmachung der verschiedenen vorhandenen Angeboten im Kanton Zug.

Mit spezialisierter Palliative Care wird den Menschen und deren Angehörigen, die mit einer schweren, fortschreitenden Krankheit konfrontiert sind, eine verbesserte Lebensqualität ermöglicht. Schwerpunkte sind Prävention und Linderung von Leiden, frühzeitiges Erkennen sowie laufende Einschätzung und Behandlung von Schmerzen und anderen physischen, psychosozialen und spirituellen Problemen.

Notrufsysteme / Krankenmobilen / Hilfsmittel

Notrufsysteme

Ein gutes Gefühl für Sie und Ihre Angehörigen. Mit dem Notruf sind Sie daheim und unterwegs nicht auf sich allein gestellt, falls einmal etwas passieren sollte.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
Notruf / Sandra Amberg
Langgasse 47a
6340 Baar
Tel. 041 710 59 46
srk-zug.ch
info@srk-zug.ch

Ein Druck auf den am Handgelenk getragenen Alarmknopf genügt und Sie sind mit der Notrufzentrale verbunden, die bei Bedarf rund um die Uhr Hilfe organisiert.

Die allgemeinen Notrufnummern finden Sie auf der Umschlagseite dieser Broschüre.

Krankensmobilien

Krankensmobilien und Hilfsmittel leisten einen Beitrag, um die Selbstständigkeit, Unabhängigkeit und Bewegungsfreiheit für Seniorinnen und Senioren möglichst lange zu gewährleisten.

Luegeten AG – Zentrum für Pflege und Betreuung

Luegetenstrasse 10
6313 Menzingen
Tel. 041 757 11 11
luegeten.ch
info@luegeten.ch

Verleih von Krankensmobilien wie Duschstuhl, Toilettenhilfe, Bettzubehör, Gehhilfe, Rollator/ Rollstuhl, Krankentisch, etc.

Informationen über weitere Bezugsquellen von Krankensmobilien sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Hilfsmittel

Pro Senectute Kanton Zug Hilfsmittel

Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 727 62 00
zg.prosenectute.ch
prosenectutehilfsmittel.ch
hilfsmittel@zg.prosenectute.ch

Im Hilfsmittelshop von Pro Senectute Kanton Zug finden Sie eine Vielzahl an Artikeln für den Alltag – von Hygieneprodukten und Küchenhilfen, über Gehstöcke und Rollatoren, bis hin zu Sitzmöbeln und Pflegebetten. Viele Hilfsmittel können nicht nur gekauft, sondern auch gemietet werden.

Öffnungszeiten: Mo von 13.00 bis 18.00 Uhr / Di bis Fr von 08.00 bis 17.00 Uhr / Sa nach Vereinbarung

Informationen über weitere Bezugsquellen von Hilfsmitteln sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Patientenverfügung / Vorsorgeauftrag / Erwachsenenschutz

Patientenverfügung / Vorsorgeauftrag

Viele Menschen möchten ihre Vorstellungen darüber, wie sie in ihrer letzten Lebensphase behandelt, betreut und begleitet werden möchten, schriftlich mit einer Patientenverfügung oder einem Vorsorgeauftrag festhalten.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
Patientenverfügung / Nicole Engl
Langgasse 47a
6340 Baar
Tel. 041 710 59 46
srk-zug.ch
info@srk-zug.ch

Wir alle möchten selbstbestimmt leben – auch dann, wenn unser Leben zu Ende geht. Eine Patientenverfügung bietet die Möglichkeit, den eigenen Willen verbindlich festzuhalten. Sie regelt wichtige medizinische Fragen und entlastet Angehörige, Ärzteschaft und Pflegepersonal.

Pro Senectute Kanton Zug

Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 727 50 50
zg.pro-senectute.ch
info@zg.pro-senectute.ch

Das Vorsorgedossier «Docupass» beinhaltet eine Patientenverfügung, einen Vorsorgeauftrag, eine Anordnung für den Todesfall, eine Begleitbroschüre mit Informationen zum Ausfüllen sowie einer Erklärung zum Testament und einen persönlichen Vorsorgeausweis.

Caritas Luzern

Brünigstrasse 25
6002 Luzern
Tel. 041 368 55 04
caritas-luzern.ch
begleitung@caritas-luzern.ch

Selbstbestimmt leben bis zuletzt. Caritas Luzern hilft Ihnen, damit das ganz einfach und ohne Bürokratie gelingt: mit der neuen Caritas-Patientenverfügung, dem Vorsorgeauftrag, einer Handreichung zur Regelung der letzten Dinge sowie einem praktischen Leitfaden zum Testament.

Informationen über weitere Organisationen, die sich mit dem Thema befassen, sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Erwachsenenschutz

Ist eine Person nicht mehr in der Lage, ihre persönlichen und finanziellen Angelegenheiten zu regeln, ist eventuell eine massgeschneiderte Beistandschaft sinnvoll.

Amt für Kindes- und Erwachsenenschutz

Bahnhofstrasse 12

Postfach 27

6301 Zug

Tel. 041 723 79 70

zg.ch/kes

info.kes@zg.ch

Interdisziplinäre Fachbehörde; Anordnung von geeigneten Massnahmen im Erwachsenenenschutzrecht

Informationen über weitere Organisationen, die sich mit dem Thema befassen, sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Krankenpflege / Spitex

Ältere Menschen wollen so lange wie möglich in ihrer eigenen Wohnung leben. Die Angebote der Spitex ermöglichen das längere Verbleiben im vertrauten Umfeld.

Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 21
6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
spitexzug.ch
info@spitexzug.ch

Pflegerische Leistungen wie Grundpflege, Behandlungspflege, psychiatrische Pflege und Betreuung
Montag bis Sonntag rund um die Uhr

AlphaClear GmbH

Privatspitex
Judith Nussbaumer
Gutschstrasse 17
6313 Menzingen
Tel. 041 750 40 48
Mobil 079 334 46 69
alphaclear.privatspitex@gmail.com

Privatspitex-Organisation
Betreuung zu Hause, kompetent, freundlich, rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr.

Informationen über weitere im Kanton Zug tätige Spitexorganisationen und selbständig erwerbende Pflegefachpersonen sind über die Anlaufstelle Alter erhältlich.

Zu Hause

Haushilfe / Entlastungsdienst

Die tägliche Arbeit im Haushalt wird für viele ältere Menschen oft zu viel. Organisierte Hilfe ist sehr willkommen. Dass Angehörige oder Nachbarn diese Hilfe übernehmen können, ist nicht selbstverständlich oder gewünscht.

Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 21
6340 Baar
Tel. 041 729 29 29
spitexzug.ch
info@spitexzug.ch

Hauswirtschaftliche Leistungen:
Ernährung, Haushalt, Wäsche;
Betreuung von Personen zur Entlastung von pflegenden Angehörigen

evtl. Abrechnung über Zusatzversicherung Krankenkasse möglich

Pro Senectute Kanton Zug

Alltagsassistentz
Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 727 50 58
zg.pro-senectute.ch
info@zg.pro-senectute.ch

Unterstützung im Haushalt, bei der Wäsche, beim Kochen oder bei den Einkäufen
Entlastung und Unterstützung für Angehörige, auch Grundpflege.
Abgestufte Tarife und krankenkassen-
anerkannt.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
Entlastungsdienst für pflegende Angehörige / Patrizia Holzer
Langgasse 47a
6340 Baar
Tel. 041 710 59 45
srk-zug.ch
info@srk-zug.ch

Entlastungsangebote für pflegende Angehörige: Geschulte SRK Mitarbeitende übernehmen individuelle Betreuungsaufgaben und entlasten regelmässig Angehörige von pflegebedürftigen, älteren oder kranken Menschen.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
 Dementia Care / Patrizia Holzer
 Langgasse 47a
 6340 Baar
 Tel. 041 710 59 45
 srk-zug.ch
 info@srk-zug.ch

Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, **die einen demenzkranken Menschen zu Hause betreuen**; ist auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe abgestimmt und darauf ausgerichtet, pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz regelmässig und langfristig zu entlasten.

Zuger Haushaltsring

(Zuger MR Service GmbH)
 Karin Henggeler
 Flurweg 1
 6313 Finstersee
 Tel. 041 755 33 13
 karin.henggeler@maschinenring.ch

Schnelle, diskrete und zuverlässige Hilfe im Bereich Reinigungsarbeiten, Grosseinsätze im Haushalt (bei Unfall, Krankheit), Wäschepflege, Gartenarbeiten, Botengänge, Fahrdienste

AlphaClear GmbH

Privatspitex
 Judith Nussbaumer
 Gutschstrasse 17
 6313 Menzingen
 Tel. 041 750 40 48
 Mobil 079 334 46 69
 alphaclear.privatspitex@gmail.com

Privatspitex-Organisation
 Betreuung zu Hause, kompetent, freundlich, rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr.

Home Instead Region Zug

Sihlbruggstrasse 105a
 6340 Baar
 Tel. 041 767 71 11
 homeinstead.ch
 zug@homeinstead.ch

Mit unserer Alltagsbegleitung und persönlichen Betreuung können ältere Menschen weiterhin ein sicheres, selbst-ständiges Leben in ihrer vertrauten Umgebung geniessen. Selbst an Alzheimer erkrankte Senioren wohnen mit Unterstützung von Home Instead noch lange Zeit im eigenen Zuhause.

CuraHome GmbH

Blegistrasse 1
6343 Rotkreuz
Tel. 041 712 22 20
curahome.ch
info@curahome.ch

Seniorenbetreuung & Haus-
haltsmanagement; Rund um
Betreuung - direkt vor Ort:
Hauswirtschaftliche Tätigkeiten,
Unterstützung bei Mobilität und
Ernährung, gemeinsame Gestaltung
des Tagesablaufs, Hilfe bei der
Körperpflege, Sicherheit schaffen,
Nachteinsätze, Sitz- und
Schlafnachtsachen. Bis zu 24 Stunden
Seniorenbetreuung möglich.

Familienhilfe Kanton Zug

Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 710 08 42
familienhilfe-zug.ch
info@familienhilfe-zug.ch

Hilfe und Entlastung für alle Personen
bis zum AHV-Alter, wenn im Haushalt
jemand erkrankt oder verunfallt ist.

Hilfe für Familien und Personen, die
überlastet sind oder die sich in einer
schwierigen Lebenslage befinden.

Bezugspersonen, die sich Zeit für ein
Gespräch nehmen können und die
auch einfach da sein dürfen.

Mahlzeitendienst / Mittagstisch

Mahlzeitendienst

Das Angebot «Mahlzeitendienst» bringt vielen Älteren eine willkommene Entlastung von der Haushaltsarbeit.

Spitex Kanton Zug

Neuhofstrasse 21

6340 Baar

Tel. 041 729 29 29

spitexzug.ch

info@spitexzug.ch

Für Personen, welche aufgrund einer altersbedingten Einschränkung, einer Krankheit, eines Unfalls etc. nicht mehr selber kochen können.

An allen 7 Wochentagen liefert die Spitex Frischmahlzeiten aus.

Mittagstisch

Der «Mittagstisch» bietet eine Abwechslung im Alltag und Kontaktmöglichkeiten mit Gleichgesinnten.

Kontaktgruppe Menzingen

(Frauen Menzingen)

Trudi Keiser

Rebühl

6313 Menzingen

Tel. 041 755 13 36

frauenmenzingen.ch

1 x monatlich im Pflegezentrum
LUEGETEN oder im Restaurant
Ochsen

Aktuelle Termine in der «männiger
zytig», im Pfarrblatt und im Jahres-
programm der Frauen Menzingen.

Luegeten AG – Zentrum für Pflege und Betreuung

Luegetenstrasse 10

6313 Menzingen

Tel. 041 757 11 26 (Küche)

luegeten.ch

info@luegeten.ch

Täglicher Mittagstisch um 11.30 Uhr
in der Cafeteria; seniorenrechtliches
Menu

Anmeldung: am Vortag bis 17.00 Uhr
oder am gleichen Tag bis 08.30 Uhr

Tavolata

Migros Genossenschafts-Bund

Josefstrasse 214

8031 Zürich

tavolata.net

info@tavolata.net

Die etwas andere Tischgemeinschaft:
Ein Projektteam bietet Hilfe zur
Selbsthilfe bei der Gründung und
Umsetzung von Tischrunden und
fördert lokale Netzwerke.

Fahrdienste

Mobilität ist auch im Alter ein grosses Bedürfnis. Verschiedene Gründe können aber die Mobilität einschränken. Die Hilfe von Dritten ist in diesem Fall willkommen, oftmals gar erforderlich.

TIXI ZUG

General-Guisan-Strasse 22
6300 Zug
Tel. 041 711 84 84
tixizug.ch
info@tixizug.ch

Der TIXI ZUG Fahrdienst unterstützt behinderte, kranke und betagte Menschen in ihrer Mobilität.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
Fahrdienst / Nicole Engl
Langgasse 47a
6340 Baar
Tel. 041 710 54 00
srk-zug.ch
info@srk-zug.ch

Der Fahrdienst des SRK Zug steht Menschen offen, die nicht in der Lage sind, ein öffentliches Verkehrsmittel zu benutzen.
(Rollstuhltransport nicht möglich)

Seelsorgerische Begleitung

Möchten Sie in schwierigen Lebenssituationen oder bei Einsamkeit von einem Seelsorger begleitet werden oder suchen Sie einen guten Zuhörer? Freuen Sie sich über Geburtstagsbesuche?

Katholisches Pfarramt Menzingen

Pfarrei St. Johannes der Täufer
Holzhäusernstrasse 1
6313 Menzingen
Tel. 041 757 00 80
pfarrei-menzingen.ch
pfarramt@pfarrei-menzingen.ch

Die seelsorgerische Tätigkeit findet vor allem bei Hausbesuchen und Besuchen in Alters- und Pflegeheimen statt. Sie trägt dazu bei, Einsamkeit zu überwinden und kann darüber Aufschluss geben, was die Menschen beschäftigt und ob es Möglichkeiten zur Hilfe gibt.

Reformiertes Pfarramt Menzingen

Barbara und Christoph Baumann
Neudorfstrasse 27
6313 Menzingen
Tel. 041 756 06 16

Die seelsorgerische Tätigkeit findet vor allem bei Hausbesuchen und Besuchen in Alters- und Pflegeheimen statt. Sie trägt dazu bei, Einsamkeit zu überwinden und kann darüber Aufschluss geben, was die Menschen beschäftigt und ob es Möglichkeiten zur Hilfe gibt.

Ökumenische Seelsorge – Palliative Care Zug

Koordination Seelsorge
Tel. 076 296 76 96
palliativ-zug.ch
seelsorge@palliativ-zug.ch

Die Fachstelle vermittelt Seelsorgebegleitungen an Menschen in palliativen Situationen, die sich nicht an die Seelsorgenden ihres Wohnortes wenden wollen, oder die keinen Bezug zu einer Glaubensgemeinschaft haben. Sie ist christlich geprägt, jedoch kulturell und spirituell offen.

Hausbesuche / Geburtstagsbesuche / Begleitungen

Viele Leute sind alleine zu Hause und freuen sich über einen gelegentlichen oder regelmässigen Besuch zum Plaudern und sich austauschen. Andere sind schwer krank und wünschen sich eine Begleitung in einer schwierigen Lebenssituation.

Evang. – reformierte Kirchgemeinde

Roland Popp, Mitarbeiter für
Altersarbeit
Bundesstrasse 15
6300 Zug
Tel. 041 726 47 22
ref-zug.ch
info@ref-zug.ch

Ökumenische Wegbegleitung,
Geburtstagsbesuche

Kontaktgruppe (Frauen Menzingen)

Cécile Körner-Wetzel
Neudorfstrasse 10
6313 Menzingen
Tel. 041 755 10 66
frauenmenzingen.ch
info@frauenmenzingen.ch

Die Gruppe besteht aus Freiwilligen,
die Senioren und Seniorinnen ab 80
Jahren besuchen.
Auf Wunsch werden auch jüngere,
alleinstehende Personen besucht.

Hospiz Zug

Begleitung schwer kranker und
sterbender Menschen
Postfach 821
6301 Zug
Kontakt Leitstelle: 079 324 64 46
hospiz-zug.ch
leitstelle@hospiz-zug.ch

Die freiwilligen Begleitenden haben
Zeit, die innere Ruhe und das
notwendige Fachwissen, um vor
allem nachts am Sterbebett zu sitzen.
Die kostenlosen Begleitungen - in
enger Zusammenarbeit mit der Pflege
- sind zu Hause, in Spitälern und
Heimen. Damit wird Sicherheit für
pflegende Angehörige und Fach-
personen vermittelt.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
 Besuchs- und Begleitdienst
 Frieda Waldispühl Zindel
 Langgasse 47a
 6340 Baar
 Tel. 041 711 46 20
 srk-zug.ch
 info@srk-zug.ch

Älteren, einsamen und behinderten Menschen fällt es manchmal schwer, aktiv am sozialen Leben teilzunehmen. Die Freiwilligen vom Besuchs- und Begleitdienst des SRK Zug schenken deshalb Freude, Zeit und Abwechslung. Der Einsatz ist kostenlos.

Zuger TrauerCafé

Kontakt:
 Spitalseelsorge
 Zuger Kantonsspital
 Tel. 041 399 11 11
 Spitex Kanton Zug
 Fachbereich Palliative Care
 Tel. 041 729 29 29
 info@spitexzug.ch

Die BesucherInnen des TrauerCafés werden durch Fachpersonen begleitet.

Jeden ersten Freitag im Monat
 16.00 – 18.00 Uhr
 Alterszentrum Neustadt, Zug

Die Teilnahme ist kostenlos, es ist keine Anmeldung erforderlich

**Stiftung Besuchsdienst
Innerschweiz**

Wesemlinrain 3c
 6006 Luzern
 Tel. 041 417 12 30
 besuchsdienst-is.ch
 info@besuchsdienst-is.ch

Begleitung und Betreuung für ältere Menschen oder Leute mit Behinderung

Freizeit

Freiwilligenarbeit

Benevol Zug

Fachstelle für Freiwilligenarbeit
Schanz 4
6300 Zug
Tel. 041 720 45 17
benevol-zug.ch
info@benevol-zug.ch

Koordiniert die Freiwilligenarbeit
Online-Stellenbörse:
einfachfreiwillig.ch
informiert
Kurse

Tavolata

Migros-Genossenschafts-Bund
Josefstrasse 214
8031 Zürich
Tel. 043 305 65 38
tavolata.net
info@tavolata.net

Die etwas andere
Tischgemeinschaft:
Ein Projektteam bietet im Rahmen
des Migros-Kulturprozents Hilfe
zur Selbsthilfe bei der Gründung
und Umsetzung von Tischrunden
und fördert lokale Netzwerke.

eff-zett das fachzentrum

Brockenhaus

(beim Ökihof)
Äussere Güterstrasse 10
6300 Zug
Tel. 041 725 26 90
Tel. 041 720 02 80
brockizug.ch
info@brockizug.ch

Über 150 Frauen und Männer
engagieren sich freiwillig im Brocki
Zug. Sie sortieren die eingehenden
Waren, räumen sie ein,
präsentieren und verkaufen sie.
Dabei werden auch neue Kontakte
geknüpft und Freundschaften
geschlossen.
Hier wird Ihre Freiwilligenarbeit in
hohem Masse anerkannt und
geschätzt.

**Generationen im Klassenzimmer
Pro Senectute Kanton Zug**

Sushma Patricia Banz
Aegeristrasse 52
6300 Zug
Tel. 041 727 50 66
zg.pro-senectute.ch
sushma.banz@zg.pro-senectute.ch

Ältere Menschen stellen den Kindern den Schulen des Kantons Zug ihre Lebenserfahrung, ihr Fachwissen, ihre Geduld und ihre Zeit zur Verfügung. So begegnen sich drei Generationen: Kinder, Lehrpersonen sowie Seniorinnen und Senioren.

Verein MUNTERwegs

Tel. 041 758 01 32
(Miriam Hess)
munterwegs.eu
info@munterwegs.eu

Generationenübergreifendes Mentoringprogramm zur Unterstützung der Freizeitgestaltung von Kindern mit Hilfe von Freiwilligen (gesucht sind auch Seniorinnen und Senioren)

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kantonalverband Zug
Freiwilligenarbeit
Frieda Waldispühl Zindel
Langgasse 47a
6340 Baar
Tel. 041 711 46 20
srk-zug.ch
info@srk-zug.ch

Als Freiwillige oder Freiwilliger schenken Sie einem Mitmenschen ein wenig von Ihrer Zeit und Ihren Fähigkeiten. Sie lernen Menschen kennen, führen interessante Gespräche und erweitern Ihr Netzwerk sowie Ihre Sozialkompetenz. Freiwilligenarbeit ist gelebte Solidarität und Menschlichkeit und wird unentgeltlich geleistet.

Angebote Gemeinde

Gemeindebibliothek Menzingen

Zentrum Schützenmatt
6313 Menzingen
Tel. 041 757 21 80
menzingen.ch
bibliothek@schule.menzingen.ch

Kostenlose Ausleihe von Büchern, Zeitschriften, Hörbüchern, DVD's, CD's und bespielte E-Book-Reader (einmalige Einschreibgebühr).
Veranstaltungen: gemäss Publikation auf der Homepage

Öffnungszeiten:

Mo: 13.30 – 19.00 Uhr
Di/Do/Fr: 09.00 – 11.00 / 13.30 – 17.30 Uhr
Mi: 13.30 – 17.30 Uhr
Sa: 09.30 – 11.30 Uhr

SBB-Tageskarte (GA-Flexi) Einwohnerkontrolle Menzingen Rathaus

6313 Menzingen
Tel. 041 757 22 22
menzingen.ch

Die Einwohnergemeinde Menzingen bietet der Menzinger Bevölkerung un-
persönliche Generalabonnemente
«Tageskarte Gemeinde» der SBB an.
Die Tageskarten können online oder
bei der Einwohnerkontrolle reserviert
und am Schalter bezogen und bezahlt
werden (Tagesgebühr).

Musikschule Menzingen Erwachsenenunterricht

Othmar Bucheli Twerenbold
Rathaus
6313 Menzingen
Tel. 041 757 22 43
menzingen.ch
musikschule@menzingen.ch

Einwohner der Gemeinde Menzingen
ab dem 20. Altersjahr bis ins
Seniorenalter können sich zum
Musikunterricht an der Musikschule
Menzingen anmelden.

Bildung und Kultur

SeniorenTreff

SeniorenRat Menzingen
 Soziales und Gesundheit
 Rathaus
 6313 Menzingen
 Tel. 041 757 22 30
 altermenzingen.ch
 alter@menzingen.ch

Im Vorraum der Bürgerkanzlei Menzingen (Neudorfstrasse 20) treffen sich alle vierzehn Tage die Seniorinnen und Senioren zum Gedankenaustausch. Die genauen Daten werden auf der Homepage und mittels Flyern und Plakaten im Dorf publiziert. Neue Gesichter sind jederzeit gerne willkommen.

Seniorenkreis Menzingen

(Frauen Menzingen)

Leiterin:

Rosmarie Roth-Bättig
 Seminarstrasse 6
 6313 Menzingen
 Tel. 041 755 10 81

Co-Leiterin:

Ruth Moos-Küng
 Obererlenmoos
 6313 Finstersee
 Tel. 041 755 63 16
 frauenmenzingen.ch
 info@frauenmenzingen.ch

Seniorenachmittage
 Ausflüge (1x jährlich)

Aktuelle Angebote in der «mänziger zytig», im Pfarrblatt und im Jahresprogramm der Frauen Menzingen.

Kontaktgruppe Menzingen

(Frauen Menzingen)

Trudi Keiser-Johann
 Rebüel
 6313 Menzingen
 Tel. 041 755 13 36
 frauenmenzingen.ch
 info@frauenmenzingen.ch

Jassen und Spielen in der Cafeteria der LUEGETEN (2x monatlich)

Aktuelle Termine in der «mänziger zytig», im Pfarrblatt und im Jahresprogramm der Frauen Menzingen.

Bewegung und Sport

Seniorenriege

(STV Menzingen)

Herbert Keiser

Neuhusstrasse 5

6313 Menzingen

Tel. 041 755 30 01

stvmenzingen.ch

Turnen in der Seniorenriege
(Männer)

Trainingszeiten:

Mittwoch, 19.00 – 20.15 Uhr

Turnhalle Ochsenmatt

Frauenriege 2

(STV Menzingen)

Priska Michel

6313 Menzingen

Tel. 041 755 24 08

priskamichel@gmail.com

stvmenzingen.ch

Turnen in der Frauenriege 2

Trainingszeiten:

Montag, 20.00 – 21.30 Uhr

Turnhalle Schützenmatt

Fit/Gym-Turnstunde

(Pro Senectute)

Bea Mouchous

Tel. 041 755 00 32

Theres Gisler

Tel. 041 741 28 53

Bewegung, Spiel und Spass. Sie regen Ihren Kreislauf an, halten die Gelenke beweglich und kräftigen die Muskulatur.

CHF 5.00 pro Lektion

Dienstag, 15.30 – 16.30 Uhr

Turnhalle Ochsenmatt, Halle 1

DomiGym – Turnen zu Hause

(Pro Senectute)

Mirjam Gieger, Projektleiterin

Tel. 041 727 50 69

zg.prosenectute.ch

mirjam.gieger@zg.prosenectute.ch

Ein Präventionsangebot von Pro Senectute - 45-minütige DomiGym-Lektionen bei Ihnen zu Hause. Zusammen mit einem Bewegung-coach trainieren Sie bei sich zuhause regelmässig Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit.

Kurse

Wer rastet, der rostet. Dies trifft auch für ältere Menschen zu. Wieso nicht einmal einen Kurs «Gedächtnistraining» oder einen «Computerkurs» besuchen?

Frauen Menzingen

frauenmenzingen.ch

info@frauenmenzingen.ch

Diverse Kurse gemäss Programmheft

Pro Senectute Kanton Zug

Aegeristrasse 52

6300 Zug

Tel. 041 727 50 50

zg.pro-senectute.ch

info@zg.pro-senectute.ch

Abwechslungsreiches Kursprogramm in den Bereichen Bildung, Kultur, Sport und Gesundheit.

Details zu den verschiedenen Aktivitäten finden Sie im Magazin «Horizonte».

Recht / Sicherheit

UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

Tel. 058 450 60 60

uba.ch

info@uba.ch

aneluege.ch

Die UBA vermittelt, schlichtet bei Problemen und bietet wirksame Hilfe in Konfliktsituationen aller Art.

Beispiele: Betreuung, Pflege, Wohnen, Finanzen, Krankenkasse, Familie.

Montag – Freitag 14.00 – 17.00 Uhr

Zuger Polizei

An der Aa 4

6300 Zug

Tel. 041 728 41 41

zg.ch/polizei

info.polizei@zg.ch

Die Zuger Polizei steht rund um die Uhr für Sie im Einsatz. Auch Prävention und Sicherheitsberatung gehören zu ihren Kernaufgaben. Sie publizieren unter anderem auch spannende Informationsbroschüren mit wertvollen Verhaltenstipps.

Pro Senectute Kanton Zug

Juristische Beratung

Tel. 041 727 50 50

info@zg.pro-senectute.ch

Kostenlose halbstündige Rechtsberatung nach Terminvereinbarung für Personen ab 60 Jahren.

Hinweis:

In dieser Broschüre werden nach Rücksprache auch gewinnorientierte Organisationen im Bereich Alter aufgenommen, sofern sie ihren Sitz in Menzingen haben und/oder in Menzingen tätig sind.

Öffentlich-rechtliche Institutionen im Bereich Alter werden aufgenommen, sofern sie im Kanton Zug ansässig sind und Angebote auch für die Menzinger Bevölkerung anbieten.

Notrufnummern

Polizei	117
Feuerwehr	118
Die Dargebotene Hand	143
Sanität, Rettungsdienst Zug (Notfall)	144
Vergiftungen, Notfallberatung	145
Internationale Notrufnummer	112
Rega, Rettungsflugwacht	1414
Ambulanter psychiatrischer Dienst	041 723 66 00
Apotheken-Notfalldienst	041 720 10 00
Ärztlicher Notfalldienst (kostenpflichtige Nummer)	0900 008 008
Notfallpraxis der Zuger Ärzte (kostenpflichtige Nummer)	0900 008 008
Zahnärzte-Notruf	0844 22 40 44
Zuger Kantonsspital, Notfallstation	041 399 11 44
Palifon (palliative Notsituationen)	0844 148 148
Homöopathischer Notfalldienst	041 748 21 70
(SHI Zug)	