

**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



Zu Hause sein und  
nicht allein

Pro Senectute für Hilfe und Betreuung  
zu Hause



## Sie können sich auf unsere Hilfe verlassen

Menschen leben nicht nur länger, sie sind auch länger gesund und selbständig. Wenn im hohen Alter die Kräfte nachlassen, wird der Haushalt zur Last. Trotzdem wollen Seniorinnen und Senioren in ihrem eigenen Haushalt leben.

Pro Senectute kann Sie dabei unterstützen.

## Sie geben uns den Auftrag

Sie bestimmen als Kundin und Kunde selbst, welche Arbeiten Sie delegieren und wo Sie Unterstützung wollen. Durch die Haushilfe bleiben Menschen im Alter selbständig. Unsere Dienste ergänzen Ihre Kräfte.

In der persönlichen Beratung durch eine Fachmitarbeitende von Pro Senectute entstehen gute Lösungen für praktische Hilfe im Alltag. Im Gespräch bei Ihnen zu Hause wird der individuelle Auftrag vereinbart.

## Zeit – soviel Sie brauchen

Der Haushilfe-Einsatz findet regelmässig zur vereinbarten Zeit statt.

Ob Sie die Hilfe täglich oder nur einmal wöchentlich brauchen, unsere Hilfe und Betreuung wird auf Ihren persönlichen Bedarf abgestimmt.

## Hilfe und Betreuung zu Hause

### Im Haushalt für leichte Hausarbeiten

Staubsaugen, Böden nasswischen, abstauben, waschen, bügeln, Küche und Bad sauber halten

### Im Haushalt für sporadische schwere Hausarbeiten

Fensterreinigung, Frühlingsputz

### Bei der Ernährung

Einkaufen, kochen, abwaschen. Auch der Mahlzeitendienst von Pro Senectute ermöglicht Ihnen eine vollwertige, vielseitige Ernährung.

### Bei der Körperpflege

Unterstützen beim Sichwaschen, Sichankleiden

### Betreuungs- und Begleitungsaufgaben

Gesellschaft leisten, Ansprechpartnerin sein, Botengänge machen, zu Terminen begleiten, auf Risiken und Gefahren achten und reagieren

Die Haushelferin führt die Arbeiten so aus, wie Sie es wünschen. Sie stellt sich flexibel auf Ihre Lebenssituation ein und unterstützt Sie im alltäglichen Leben zu Hause.

Das Angebot Hilfe und Betreuung zu Hause wird durch folgende Dienstleistungen ergänzt:

- Hilfe und Betreuung rund um die Uhr
- Besuchsdienst



## Die Dienstleistungen der Pro Senectute vermitteln auch den Angehörigen Sicherheit und Entlastung

Angehörige sind in der Betreuung von Menschen im Alter gefordert, manchmal belastet und überlastet. Durch die Haushilfe werden Sie in der praktischen Arbeit entlastet und können selbst wieder neue Kraft tanken.

Wenn Menschen an einer Demenz erkranken, ergänzt und entlastet die Haushilfe das Betreuungsnetz.

Menschen im Alter bietet Pro Senectute in ihrer letzten Lebensphase eine individuelle und flexible Hilfe an. Pflegende und betreuende Angehörige erhalten in dieser anspruchsvollen Zeit Unterstützung durch Pro Senectute.

## Die Haushelferin ist eine kompetente Vertrauensperson

Sie hat als Haus- und Familienfrau nebst ihren Kompetenzen in Hauswirtschaft auch Lebenserfahrung. Die Haushelferin wirkt bei Pro Senectute in einem Sozialzeit-Engagement mit. Sie nimmt sich Zeit für Sie und kann sich auf die Beziehung einlassen.

In der Regel ist immer die gleiche Haushelferin bei Ihnen im Einsatz. Sie ist zuverlässig und verschwiegen. Dadurch entsteht Vertrauen und Sicherheit.

In der Stadt St.Gallen engagieren sich rund 280 Haushelferinnen. Sie werden von unseren Fachmitarbeitenden sorgfältig ausgewählt und in ihrer Arbeit begleitet. Nach einem Einführungskurs besuchen sie jährlich spezifische Fortbildungen.



## Was die Haushilfe kostet

Es wird ein Einheitstarif pro geleisteter Stunde verrechnet.

Die Krankenkasse übernimmt einen Teil der Kosten für die Hauswirtschaft, wenn Sie dafür eine Zusatzversicherung abgeschlossen haben. Die Aufwendungen für die Körperpflege werden durch die Krankenkasse aus der Grundversicherung zum grössten Teil übernommen.

Wenn Sie Anspruch auf Ergänzungsleistungen zur AHV haben, erhalten Sie die Kosten durch die Sozialversicherungsanstalt rückvergütet.

Die Kosten für die Haushilfe lassen sich immer finanzieren, nötigenfalls mit Hilfe von Pro Senectute. Bei Fragen zur Ergänzungsleistung und Hilflosenentschädigung beraten wir Sie gerne.

## Ihre Anlaufstelle – lassen Sie sich beraten



Pro Senectute ist die Sozialorganisation für alle Altersfragen. Wir sind Ihre Anlaufstelle für alle Probleme und Fragen beim Wohnen zu Hause. Unsere Fachmitarbeitenden aus dem Sozial- und Gesundheitswesen stehen Ihnen zur Verfügung. Die Beratung ist kostenlos.

## Darum wählen Menschen im Alter die Pro Senectute



**MARIE-CLAIRE BAUMANN**, Tochter einer Haushilfe-Kundin: «Meine 95-jährige Mutter freut sich jedes Mal auf die Haushelferin. Die Haushilfe ist ein zuverlässiger Service. Ohne sie wären die Angehörigen viel mehr eingebunden.

Jetzt habe ich dafür Zeit, mit der Mutter einzukaufen, zum Essen zu gehen oder ein «Elfer raus» zu spielen.»



### **JUDITH BAUMGARTNER**

«Für mich war es früher selbstverständlich, Hilfe zu geben. Hilfe anzunehmen, war nicht einfach zu lernen. Der regelmässige und direkte menschliche Kontakt mit einem lieben, vertrauensvollen Menschen einer jüngeren Generation ist «unbezahlbar»! Ein Geschenk – nebst der ausgezeichneten Arbeit!»



### **MARIA STRAUMANN**

«Es ist sehr angenehm, immer dieselbe Frau als Hilfe zu haben. Meine Haushelferin kennt meinen Haushalt und meine Wünsche sehr genau. Mit viel Fingerspitzengefühl wird die Hilfe ausgeführt. Danke, ich darf die Hilfe schon seit acht Jahren in Anspruch nehmen.»

## **Pro Senectute Stadt St. Gallen**

Davidstrasse 16

9001 St. Gallen

Telefon 071 227 60 00

[st.gallen@sg.prosenectute.ch](mailto:st.gallen@sg.prosenectute.ch)

[www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch)

## **Öffnungszeiten**

8.30–11.30 und 14.00–17.00 Uhr