





### «Jetzt stimmt meine Buchhaltung wieder.»

Nach dem Tod meines Mannes stand ich mit 76 Jahren plötzlich alleine da. Er regelte alle finanziellen Angelegenheiten. Ich war völlig überfordert damit, da ich mich zuwenig darum gekümmert habe. Eine Bekannte riet mir, mich an Pro Senectute zu wenden. Ein Sozialarbeiter richtete mir einen Administrativen Dienst ein, welcher durch einen pensionierten Herrn mit Erfahrung im kaufmännischen Bereich übernommen wurde. Er hilft mir jetzt bei meinen Finanzen.

PRO SENECTUTE stellt **Information und Beratung** zu allen Fragen rund ums Alter bereit, damit Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörigen sorgenfrei am Leben teilnehmen können.

- Beratung zu Finanzen, Gesundheit, Wohnen, Lebensgestaltung, Recht
- Beratung in Entscheidungs- und Übergangssituationen
- Infostelle Demenz
- Heimaufenthalt-Vorbereitung
- Administrativer Dienst
- Steuerklärungsdienst



### «Allein konnte ich es nicht mehr bewältigen.»

Nach der Ausbildung verliessen unsere Kinder das Haus. Wir wohnten in unserem Haus billiger als in einer Mietwohnung. Die Gartenarbeit konnte ich dank der Mithilfe meines Mannes noch gut bewältigen. Nach seinem Tod wuchs mir das Ganze jedoch über den Kopf. Der Haushalt bereitete mir zunehmend Mühe. Meine Schwester organisierte zusammen mit der Pro Senectute eine Lösung, dank der ich wieder sorgenfrei in diesem Haus leben kann.

PRO SENECTUTE bietet **Hilfe und Betreuung zu Hause**, damit sich Seniorinnen und Senioren im eigenen Haushalt wohlfühlen und sie und deren Angehörige Entlastung erhalten.

- Haushilfe und Betreuung zuhause
- Betreuung und Begleitung im Alltag
- Entlastung von pflegenden und betreuenden Angehörigen
- Vermittlung von Mahlzeitendienst
- Fahrdienst

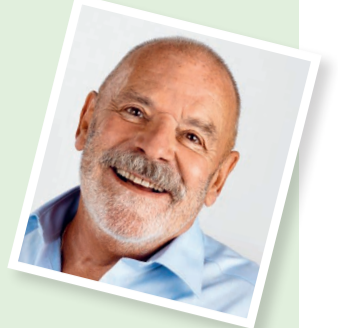


### «Gemeinsam Wandern macht Freude.»

Neben meinem Familien- und Berufsleben pflegte ich keine Kontakte und Hobbies. Nach meiner Pensionierung wurde ich immer unzufriedener. Das war keine leichte Situation und belastete unser Familienleben. Ein Bekannter machte mich auf das Angebot der Pro Senectute aufmerksam. Heute bin ich regelmässig mit der Wandergruppe unterwegs. Ich geniesse die neuen Kameradschaften. Und freue mich über die gemeinsamen Erlebnisse.

PRO SENECTUTE ermöglicht **Begegnung und Austausch**, damit sich Seniorinnen und Senioren untereinander vernetzen, Wissen und Interessen miteinander teilen und so geistig und körperlich beweglich bleiben.

- Turn- und Wandergruppen
- Wassergymnastik
- Ferienreisen für Seniorinnen/Senioren
- Kreativ- und Bildungsangebote
- Computertage
- Nostalgie-Chörli/Spielnachmittage
- Mittagstische/Ausflüge
- Sonntagstreff Uznach
- Bestellen Sie unser aktuelles Kursprogramm (Jan./Juli.)



### «Jetzt habe ich wieder eine Aufgabe, die Sinn macht.»

Mit 62 stand ich plötzlich ohne Arbeit da. Ich merkte, dass mein ganzes Leben auf die Arbeit ausgerichtet war. Das Privatleben habe ich leider vernachlässigt. Ich wusste kaum etwas mit mir anzufangen. Ein Arbeitskollege machte mich auf Pro Senectute aufmerksam. Jetzt unterstütze ich zwei ältere Frauen regelmässig bei administrativen Aufgaben. Wir sind ein Team von Sozialzeit-Engagierten und werden durch die Pro Senectute unterstützt. Diese Aufgabe gibt mir viel.

PRO SENECTUTE fördert **Mitarbeit und Partizipation**, indem sie sinnstiftende Tätigkeiten und soziale Kontakte für Menschen im Seniorenalter vermittelt. Sie erleben, dass Sie gefordert und gebraucht werden zum Beispiel als Mitarbeitende in den Bereichen

- Haushilfe und Betreuung zuhause
- Administrativer Dienst
- Steuerklärungsdienst
- Fahrdienst
- Leitung von Gruppen oder Kursen
- Begleitung für Ferienwochen
- Geburtstagsbesuche (Ortsvertretung)

Pro Senectute garantiert:

#### Alle Spendengelder bleiben in Ihrer Region!

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

#### PRO SENECTUTE Zürichsee-Linth

Escherstrasse 9B  
8730 Uznach  
Telefon 055 285 92 40  
uznach@sg.prosenectute.ch  
www.sg.prosenectute.ch

#### Ihre Anlaufstelle für Fragen im Alter in den Gemeinden

- Amden
- Benken
- Eschenbach
- Gommiswald
- Kaltbrunn
- Rapperswil-Jona
- Schänis
- Schmerikon
- Uznach
- Weesen

Termine nach telefonischer Vereinbarung



Die Stiftung Pro Senectute des Kantons St.Gallen ist eine von ZEWO zertifizierte Sozialorganisation. Sie setzt sich für die Rechte, das Wohl und die Würde von Menschen im Alter ein, Spenden zugunsten von Pro Senectute können von den Steuern abgezogen werden.



IBAN CH31 0873 1001 2829 5201 3

**PRO SENECTUTE**  
ZÜRICHSEE-LINTH

Telefon 055 285 92 40  
uznach@sg.prosenectute.ch  
www.sg.prosenectute.ch