

# Unterwegs im Alter –

informiert gehts leichter



Angebote in Aarau und der Region

STADT AARAU



Herausgeberin/Copyright:

STADT AARAU



Informationsstelle Alter  
Milchgasse 35  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 26 50  
Fax 062 838 26 90  
information.alter@aarau.ch  
www.alter-aarau.ch

Die Informationsstelle Alter der Stadt Aarau dankt allen Fachstellen für die gute Zusammenarbeit beim Erstellen des Angebotsverzeichnisses. Es ist darauf geachtet worden, ein aktuelles und umfassendes Informationsangebot zu schaffen. Eine Garantie kann indessen nicht gewährt werden.

Bilder:

Stadt Fotograf Jiří Vurma  
Stadt Aarau, Abteilung Alter/Stadtbibliothek  
Aargauer Kunsthaus, Aarau  
Lindenfeld, Suhr  
Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Nottwil  
Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung  
für Behinderte und Betagte SAHB, Oensingen  
Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau

Gestaltung/Realisation:

Braintrain AG, Aarau

Druck:

Druckerei Suhr AG, Suhr

3. überarbeitete Auflage  
Aarau, im Januar 2011



Geschätzte Leserinnen und Leser

Ich freue mich, dass die Stadt Aarau Ihnen eine so umfangreiche und wertvolle Informationsbroschüre überreichen kann. Sie richtet sich an Menschen in einer Lebensphase, die einem unvergleichbar grossen Wandel unterliegt. Die wirtschaftlichen und sozialen Verhältnisse, die gesundheitliche Situation sowie die strukturelle Rahmenbedingungen für Seniorinnen und Senioren haben sich in den letzten Jahren stark verändert. Und ich bin sicher, dass uns das Älterwerden und die damit verbundenen Themen in Zukunft weiterhin sehr – bzw. noch intensiver als bis heute – beschäftigen werden. Besonders freut mich, dass sich die Broschüre nicht nur an Aarauerinnen und Aarauer richtet. Schliesslich haben die Einwohnerinnen

und Einwohner unserer Nachbargemeinden diesbezüglich genau dieselben Fragen, Probleme oder Bedürfnisse. Deshalb ist es umso sinnvoller, wenn Synergien genutzt und regionale Zusammenarbeiten gefördert werden. Nutzen Sie, verehrte Damen und Herren, den Informationsreichtum dieser Broschüre, damit Sie sich aktiv mit dem Thema Alter auseinandersetzen können – mit einem Thema, das uns selbst oder als Bezugsperson früher oder später alle betrifft.

Herzlichst

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Dr. Marcel Guignard". The signature is written in a cursive, flowing style.

Dr. Marcel Guignard  
Stadtammann Aarau

## **Regionale Informationsstelle Alter Aarau**

Für alle Einwohner/-innen sowie deren Angehörige/Bezugspersonen von Aarau, Buchs, Densbüren, Erlinsbach AG, Gränichen, Oberentfelden, Suhr und Unterentfelden

### **Stadt Aarau**

Regionale Informationsstelle Alter Aarau

Milchgasse 35

5000 Aarau

Tel. 062 838 26 50

Fax 062 838 26 90

[information.alter@aarau.ch](mailto:information.alter@aarau.ch)

[www.alter-aarau.ch](http://www.alter-aarau.ch)

### **Telefonische Beratung unter 062 838 26 50**

---

Montag bis Freitag: 08.00 bis 11.30 Uhr/13.30 bis 17.00 Uhr

Donnerstag: bis 18.00 Uhr

### **Persönliche Beratung an der Milchgasse 35**

---

Montag und Dienstag: 08.00 bis 11.00 Uhr

Donnerstag: 13.30 bis 18.00 Uhr

Freitag: 13.30 bis 17.00 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung



Liebe Leserin, lieber Leser

Wie Sie Ihren Alltag zu gestalten wünschen, ist ganz alleine Ihnen überlassen. Je nach Situation und Alter stehen ganz andere Bedürfnisse im Vordergrund. Im dritten und vierten Lebensabschnitt beschäftigen Sie vielleicht Fragen wie: «Was braucht es, damit ich möglichst lange selbständig zuhause wohnen kann?», «Was kann ich gegen meine Hör- oder Sehschwäche unternehmen?» oder «Wann habe ich Anrecht auf finanzielle Unterstützung?» und viele mehr. Zur Beantwortung dieser und weiterer Fragen gibt es – auch für Angehörige und Bezugspersonen – zahlreiche Fachstellen, die in einer individuellen Beratung auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingehen, aber auch Dienstleistungsunternehmen, die mit gezielten Angeboten weiterhelfen. Die dritte Auflage von «Unterwegs im Alter» umfasst einen Auszug dieses reichhaltigen Dienstleistungsangebotes, indem die Broschüre über 100 nützliche Adressen in Aarau und der Region enthält. Obwohl sich die Broschüre an ein älteres

Zielpublikum richtet, kennen die meisten der aufgeführten Anbieter keine Altersbeschränkung.


































Als zentrale Anlauf- und Beratungsstelle unterstützt Sie die **Regionale Informationsstelle Alter Aarau** gerne bei der Auswahl des passenden Angebotes und berät Sie bei Ihren persönlichen Fragestellungen. Nutzen Sie die Gelegenheit und suchen Sie uns auf – ganz nach dem Motto: informiert gehts leichter.
































Unterwegs im Alter mit Ihnen und für Sie

Michael Ganz  
Stadtrat Aarau  
Ressort Gesundheit, Soziales und Alter

Beatrice Feusi  
Leiterin Informationsstelle Alter

# Stichwortverzeichnis

<b>A</b>	 Administration	20/40
	 AHV/AHV-Zusatzleistungen	41
	 Alters- und Pflegeheim (siehe Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege)	62–63
	 Alterswohnung	36
	 Alzheimer-/Demenzfachstelle	48
<b>B</b>	 Begleitung/Fahrdienst	21–22
	 Beistand/Beirat/Vormund	22
	 Bestattung (siehe Todesfall)	68–69
	 Besuchsdienst	23–24/56–57
	 Betreuung zuhause	57–58
	 Bibliothek	10
	 Budgetberatung	42
<b>C</b>		
<b>D</b>	 Diabetesfachstelle	48
	 Diagnose und medizinische Behandlung	48–49
<b>E</b>	 Einkaufsunterstützung	24
	 Entlastung in Betreuung und Pflege	58–60
	 Ergänzungsleistung zur AHV (siehe AHV/AHV-Zusatzleistungen)	41
	 Ernährungsberatung	49
<b>F</b>	 Fachstelle für Lungen- und Atemwegserkrankungen	50
	 Fachstelle für psychische Erkrankungen	50
	 Fahrdienst (siehe Begleitung/Fahrdienst)	21–22
	 Finanzielle Unterstützung	42–43
	 Frauenberatung	10
<b>G</b>	 Gartenarbeit	24–25
	 Gewalt	10–11
<b>H</b>	 Handwerklicher Dienst	25
	 Haushaltsarbeit	26
	 Hilflosenentschädigung (siehe AHV/AHV-Zusatzleistungen)	41
	 Hilfsmittel für den Alltag	27–28
	 Hörbehindertenfachstelle	50
<b>I</b>	 Interessenvertretung 60plus	12
	 Internet	12
	 Internetzugang öffentlich	12
<b>J</b>		

<b>K</b>	 Krankenversicherung/Prämienverbilligung	43
	 Krebsfachstelle	51
	 Krisenintervention	13
<hr/>		
<b>L</b>		
<hr/>		
<b>M</b>	 Mahlzeiten	28–30
<hr/>		
<b>N</b>	 Nachbarschaftshilfe	30
	 Nachlass/Testament	66
	 Nachtbetreuung	60
	 Notrufsystem	31
<hr/>		
<b>O</b>	 Ombudsstelle	13
<hr/>		
<b>P</b>	 Partnerschaft und Ehe	13
	 Patientenstelle	51
	 Pflege zuhause (siehe Spitex)	61–62
<hr/>		
<b>Q</b>	 Quartierzentrum	13
<hr/>		
<b>R</b>	 Rechtsauskunft/-beratung	14
<hr/>		
<b>S</b>	 Schuldenberatung	44
	 Seelsorge	15/66–67
	 Sehbehindertenfachstelle	51
	 Selbsthilfe	16/51
	 Sozialberatung	16–17
	 Spital (siehe Diagnose und medizinische Behandlung)	48–49
	 Spitex	61–62
	 Sterbende begleiten und betreuen	67
	 Steuererklärung (siehe Administration)	40
	 Suchtfachstelle	52
<hr/>		
<b>T</b>	 Tagesbetreuung (siehe Entlastung in Betreuung und Pflege)	58–60
	 Todesfall	68–69
	 Transport	31
<hr/>		
<b>U</b>	 Übersetzung	17
<hr/>		
<b>V</b>	 Vorsorgeverfügung/-regelung	31–32/69–70
<hr/>		
<b>W</b>	 Wohnen hindernisfrei	37
	 Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege	62–63
<hr/>		
<b>X</b>		
<hr/>		
<b>Y</b>		
<hr/>		
<b>Z</b>		
<hr/>		



## Information und Beratung

In unserem Leben begegnen wir immer wieder neuen Herausforderungen und unbekanntem Situationen. Für jede Lebenszeit gibt es jedoch Orientierungshilfen, die Unterstützung bieten. Welche Orientierungshilfe auf Sie zugeschnitten ist und wie Sie zu ihr gelangen, erfahren Sie aus dem vielfältigen Informations- und Beratungsangebot der gesamten Broschüre. Fühlen Sie sich überfordert, selbst die passende Fachstelle zu finden, können Sie sich jederzeit an die Regionale Informationsstelle Alter Aarau wenden. Sie ist Ihnen bei der Suche gerne behilflich.

Oft braucht es Überwindung und Mut, sich mit persönlichen Sorgen an Dritte zu wenden. Der erste Schritt zu machen und eine Anlaufstelle aufzusuchen, ist meist nicht einfach. Doch es lohnt sich. Denn ein vertrauensvolles Gespräch kann Ihnen Wege aufzeigen, Ihre Alltagssituation besser zu meistern. Selbstverständlich unterliegen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Schweigepflicht.



## Information und Beratung

Bibliothek	10
Frauenberatung	10
Gewalt	10–11
Interessenvertretung 60plus	12
Internet	12
Internetzugang öffentlich	12
Krisenintervention	13
Ombudsstelle	13
Partnerschaft und Ehe	13
Quartierzentrum	13
Rechtsauskunft/-beratung	14
Seelsorge	15
Selbsthilfe	16
Sozialberatung	16–17
Übersetzung	17

## Bibliothek

### STADT AARAU Stadtbibliothek

Graben 15  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 824 50 11  
bibliothek@aarau.ch  
www.stadtbibliothekaarau.ch

- Zeitungen und Zeitschriften
- Ausleihe von Büchern, Hörbüchern, Musik-CDs, Filmen
- Fotokopierer
- Lese- und PC-Arbeitsplätze
- Internet-Stationen
- Café Littéraire

### Aargauer Kantonsbibliothek

Aargauerplatz  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 23 62  
Fax 062 835 23 69  
kantonsbibliothek@ag.ch  
www.ag.ch/kantonsbibliothek

- Zeitungen und Zeitschriften
- Ausleihe von Büchern, Hörbüchern, DVDs
- Fernleihbestellung
- Lese- und Arbeitsplätze
- Internet-Stationen und WLAN

## Frauenberatung

### Frauenberatungsstelle Aargau Frauenberatung

Vordere Vorstadt 16  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 79 01  
frauenberatung@frauenhilfe-ag.ch  
www.frauenhilfe-ag.ch

- Begleitung von Frauen jeden Alters in schwierigen Lebenssituationen
- Budgetberatung (für Frauen und Männer)
- Rechtsberatung

### Frauenzentrale Aargau

Rain 6  
Postfach 2715  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 10  
aargau@frauenzentrale.ch  
www.frauenzentrale-ag.ch

- Broschüren/Merkblätter
- Kursangebote
- Rechtsberatung
- SelbsthilfeZentrum Aargau  
Selbsthilfegruppen für Frauen und Männer u. a. in der Region Aarau

## Gewalt

### Polizei-Notruf

Tel. 117

- In Gefahrensituation Soforthilfe vor Ort
- Strafanzeigen auf jedem Polizeiposten

### STADT AARAU Soziale Dienste Vormundschafts- behördesekretariat



Poststrasse 17  
Postfach 3902  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 05 83  
Fax 062 836 06 78  
www.aarau.ch

- Bei wiederholter Selbst- oder Fremdgefährdung in familiären Situationen
- Meldung/Antrag kann von jeder Person erfolgen



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Gewalt

### AHG-Aargau

Anlaufstelle gegen  
Häusliche Gewalt

Ziegelrain 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 550 20 20  
Fax 062 550 20 24  
info@ahg-aargau.ch  
www.ahg-aargau.ch

- Telefonische sowie persönliche Beratung und Hilfe für Opfer, Täter plus Angehörige
- Für Frauen und Männer

### BHG-Aargau

Beratungsstelle  
für Betroffene von  
Häuslicher Gewalt

Ziegelrain 1  
Postfach 2715  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 12  
Fax 062 837 50 61  
www.bhg-aargau.ch

- Persönliche Beratung für Betroffene und Angehörige
- Einzelpersonen/Paare/Familien
- Begleitung im Umgang mit häuslicher Gewalt
- Termin nach Vereinbarung

### Opferhilfe Aargau Solothurn

Beratungsstelle

Kasinostrasse 32  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 835 47 90  
opferhilfe@ag.ch

- Beratung für Opfer von Straftaten und Angehörige
- Umgang mit Folgen einer Gewalttat
  - Persönliche, rechtliche Fragen
  - Vermittlung von Hilfeleistungen
  - Auch ohne vorgängige Polizeiintervention
  - Schweigepflicht

### Tel 143 Die Dargebotene Hand

Geschäftsstelle  
Aargau/Solothurn-Ost

Postfach 2645  
5001 Aarau  
Tel. 062 824 84 44  
aarau@143.ch  
www.aarau.143.ch

- Beratung für Menschen in Krisen und schwierigen Lebenssituationen
- Für alle Altersgruppen
  - Anonym
  - 24 Stunden/365 Tage erreichbar

Telefonische Beratung  
Online Beratung

Tel. 143  
www.143.ch

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Interessenvertretung 60plus

<b>FORÄRA</b> Forum der Älteren Region Aarau	Herr Christian Fritschi Postfach 5001 Aarau Tel. 062 822 21 40 info@foraera.ch www.foraera.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Wahrnehmung sowie Vertretung von Interessen und Bedürfnissen der älteren Bevölkerung</li> <li><input type="radio"/> Förderung der Solidarität</li> <li><input type="radio"/> Bildung eines unabhängigen Sprachrohrs für sprachlos Gewordene</li> </ul>
<b>Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren VAAS</b> Ortsgruppe Aarau	Herr Werner Wassmer Segesserweg 2 5000 Aarau Tel. 062 822 20 63 wassmer.werner@football.ch www.asrv.ch	Parteipolitisch und konfessionell unabhängiger Verband <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Engagement für alterspolitische und rechtliche Anliegen zum Wohl der älteren Generation</li> <li><input type="radio"/> Beratung in Altersfragen</li> </ul>

## Internet

Die modernen Informations- und Kommunikationsmittel bieten eine Fülle an nützlichen Informationen zu jedem Lebensbereich. Diese Zugänge gilt es zu erschliessen. Zahlreiche Angebote sind bereits vorhanden, beispielsweise die öffentlichen PC-Arbeitsplätze bzw. Internetzugänge in den Aarauer Bibliotheken. Sie bieten auch die Möglichkeit, den Umgang mit dem PC und/oder dem Internet zu erlernen. Verschiedene öffentliche und generationenspezifische Kursangebote unterstützen den Einstieg in diese Kommunikationsform. Weitere Auskünfte erteilt die Regionale Informationsstelle Alter Aarau.

## Internetzugang öffentlich

<b>STADT AARAU Stadtbibliothek</b>	Graben 15 Postfach 5001 Aarau Tel. 062 824 50 11 bibliothek@aarau.ch www.stadtbibliothekaarau.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="radio"/> Internet-Stationen</li> <li><input type="radio"/> Lese- und Arbeitsplätze</li> </ul>
<b>Aargauer Kantonsbibliothek</b>	Aargauerplatz 5000 Aarau Tel. 062 835 23 62 Fax 062 835 23 69 kantonsbibliothek@ag.ch www.ag.ch/kantonsbibliothek	<ul style="list-style-type: none"> <li><input checked="" type="radio"/> Internet-Stationen und WLAN</li> <li><input type="radio"/> Lese- und Arbeitsplätze</li> </ul>



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Krisenintervention

### Psychiatrische Dienste Aargau AG

Externer Psychiatrischer  
Dienst

Ambulatorium Aarau

Bleichemattstrasse 16  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 34 00  
Fax 062 834 34 10  
epd.aarau@pdag.ch  
www.pdag.ch

- Im Notfall Anmeldung über  
Hausarzt bzw. Notfallarzt

### Tel 143 Die Dargebotene Hand

Geschäftsstelle  
Aargau/Solothurn-Ost

Postfach 2645  
5001 Aarau  
Tel. 062 824 84 44  
aarau@143.ch  
www.aarau.143.ch

- Beratung für Menschen in Krisen und  
schwierigen Lebenssituationen
- Für alle Altersgruppen
  - Anonym
  - 24 Stunden/365 Tage erreichbar

Telefonische Beratung  
Online Beratung

Tel. 143  
www.143.ch

## Ombudsstelle

### Ombudsstelle für Heim-, Spitex- und Altersfragen im Kanton Aargau

Postfach 3534  
5001 Aarau  
Tel. 062 835 29 50  
info@ombudsstelle-ag.ch  
www.ombudsstelle-ag.ch

- Beratung sowie Vermittlung  
bei Konflikten. Angebot für
- Klientinnen/Klienten
  - Heimbewohner/-innen
  - Angehörige, Bezugspersonen
  - Heim-, Spitex-, Alters-  
Organisationen
  - Termin nach Vereinbarung

## Partnerschaft und Ehe

### Regionale Ehe- und Paarberatungsstelle

Bullingerhaus  
Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 43 43  
eb.aarau@bluewin.ch  
www.eb-aarau.ch

- Paar-, Ehe-, Beziehungsberatung
- Bei Umbruchsituationen,  
Lebenskrisen und persönlichen  
Veränderungsprozessen
  - Zwei Beratungen gratis,  
anschl. sozial angepasste Tarife
  - Termin nach Vereinbarung

## Quartierzentrum

### Gemeinschaftszentrum Telli



Girixweg 12  
Postfach 622  
5004 Aarau  
Tel. 062 824 63 44  
Fax 062 824 02 33  
info@gztelli.ch  
www.gztelli.ch

- Auskunft zu Themen  
rund um die Telli
- Vermittlung an Fachstellen
- Verkauf Sperrgutmarken
- Nachbarschaftshilfe
- Animation für Jung und Alt

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Rechtsauskunft/-beratung

Anwalts-/Notariats-/Treuhandbüro  
siehe Telefonverzeichnis

### STADT AARAU Stadtkanzlei



Rathausgasse 1  
5000 Aarau  
www.aarau.ch

Rechtsauskunft des Aargauischen  
Anwaltsverbandes  
○ Auskunft vor Ort  
○ Montag 17.30 bis 18.30 Uhr  
(ausgenommen Feiertage/Ferien)  
○ Rathaus Stadt Aarau

### STADT AARAU Stadtkanzlei

Inventuramt



Rathausgasse 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 07  
Fax 062 836 06 30  
inventuramt@aarau.ch  
www.aarau.ch

○ Informationen  
Erbschafts-/Schenkungssteuer

### Frauenberatungsstelle Aargau

Rechtsberatung

Vordere Vorstadt 16  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 79 01  
rechtsberatung@frauenhilfe-ag.ch  
www.frauenhilfe-ag.ch

○ Beratung für Frauen in Ehe-, Erb-,  
Mietrecht etc.  
○ Keine Prozessmandate  
○ Termin nach Vereinbarung

### Frauenzentrale Aargau

Rechtsberatung

Rain 6  
Postfach 2715  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 13  
Fax 062 837 50 11  
aargau@frauenzentrale.ch  
www.rechtsberatung-ag.ch

Für Frauen und Männer  
○ Beratung in Ehe-, Erb, Miet-,  
Sozialversicherungsrecht etc.  
○ Beratungsdauer max. 30 Min.  
○ Keine Prozessmandate und  
Vertretungen  
○ Termin nach Vereinbarung

### HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn

Rechtsberatung für  
sozial Benachteiligte

Rain 24  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 30 20  
rechtsberatung.aargau@heks.ch  
www.heks.ch

Für sozial Benachteiligte und  
Asylsuchende  
○ Beratung in Asyl-, Ausländer-,  
Ehe-, Miet-, Sozialversicherungs-  
recht etc.  
○ Termin nach Vereinbarung

### Patronato ACLI

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

○ Beratung im italienischen und  
schweizerischen Vorsorgerecht  
○ Hilfestellung für Erbschaften in  
Italien  
○ Consulenza diritti previdenziali in  
Italia e in Svizzera  
○ Pratiche di successione in Italia



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Seelsorge

Pfarramt <b>Katholische Pfarrei          Peter und Paul</b> 	Laurenzenvorstadt 80 Postfach 5001 Aarau Tel. 062 832 42 00 Fax 062 832 42 10 peterundpaul@kath-aarau.ch www.kath-aarau.ch	<input type="radio"/> Gesprächsangebot für Menschen mit Lebensfragen <input type="radio"/> Seelsorgerliche Begleitung <input type="radio"/> Pikettdienst in dringenden Fällen
Pfarramt <b>Katholische Pfarrei          St. Johannes          Buchs-Rohr</b>	Bühlstrasse 8 5033 Buchs Tel. 062 824 32 53 Fax 062 823 05 53 kath.pfarramt.buchs@bluewin.ch www.kath-aarau.ch/buchs	Für Einwohner/-innen Aarau Rohr/Buchs <input type="radio"/> Gesprächsangebot für Menschen mit Lebensfragen <input type="radio"/> Seelsorgerliche Begleitung <input type="radio"/> Pikettdienst in dringenden Fällen
Pfarramt <b>Reformierte          Kirchgemeinde Aarau</b> Sekretariat 	Jurastrasse 13 5000 Aarau Tel. 062 822 70 86 sekretariat@ref-aarau.ch www.ref-aarau.ch	<input type="radio"/> Gesprächsangebot für Menschen mit Lebensfragen <input type="radio"/> Seelsorgerliche Begleitung <input type="radio"/> Pikettdienst in dringenden Fällen
Pikett	Tel. 079 414 60 14	
Pfarramt <b>Reformierte          Kirchgemeinde          Buchs-Rohr</b> Pfarramt Rohr	Kirchweg 5 5032 Aarau Rohr Tel. 062 822 64 44 buchs.rohr@ag.ref.ch www.ref.ch/buchs-rohr	Für Einwohner/-innen Aarau Rohr <input type="radio"/> Gesprächsangebot für Menschen mit Lebensfragen <input type="radio"/> Seelsorgerliche Begleitung
<b>Tel 143</b> <b>Die Dargebotene Hand</b> Geschäftsstelle Aargau/Solothurn-Ost	Postfach 2645 5001 Aarau Tel. 062 824 84 44 aarau@143.ch www.aarau.143.ch	Beratung für Menschen in Krisen und schwierigen Lebenssituationen <input type="radio"/> Für alle Altersgruppen <input type="radio"/> Anonym <input type="radio"/> 24 Stunden/365 Tage erreichbar
Telefonische Beratung Online Beratung	Tel. 143 www.143.ch	

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Selbsthilfe

### SelbsthilfeZentrum Aargau

Rain 6  
5000 Aarau  
Tel. 056 203 00 20  
info@selbsthilfezentrum-aargau.ch  
www.selbsthilfezentrum-aargau.ch

- Informationen und Beratung zur Selbsthilfe in Gruppen
- Vermittlung von Selbsthilfegruppen u. a. in der Region Aarau
- Unterstützung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen

## Sozialberatung

Sozialberatung im Zusammenhang mit einer Erkrankung  
siehe Register Gesundheit/Prävention

### Caritas Aargau Sozial- und Schuldenberatung

Laurenzenvorstadt 80  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 90 10  
Fax 062 822 63 05  
box@caritas-aargau.ch  
www.caritas-aargau.ch

- Beratung bei persönlichen, rechtlichen, finanziellen Problemen
- Termin nach Vereinbarung

### Frauenberatungsstelle Aargau Frauenberatung

Vordere Vorstadt 16  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 79 01  
frauenberatung@frauenhilfe-ag.ch  
www.frauenhilfe-ag.ch

- Begleitung von Frauen jeden Alters in schwierigen Lebenssituationen
- Budgetberatung (für Frauen und Männer)
- Rechtsberatung

### Patronato ACLI

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

- Italienisch- und deutschsprachiger Sozialdienst
- Beratung sowie Begleitung in familiären und anderen Fragen
- Consulenza ed assistenza sociale in lingua italiana e tedesco

### Pfarramt Katholische Pfarrei Peter und Paul



Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
peterundpaul@kath-aarau.ch  
www.kath-aarau.ch

- Beratung sowie Begleitung in persönlichen, familiären und anderen Fragen



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Sozialberatung

Pfarramt  
**Reformierte  
Kirchgemeinde Aarau**  
Sekretariat



Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
sekretariat@ref-aarau.ch  
www.ref-aarau.ch

- Beratung sowie Begleitung in persönlichen, familiären und anderen Fragen

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Beratung zu den Themen Finanzen, Recht, Wohnen, Gesundheit, Lebensgestaltung

**Stiftung Wendepunkt**  
Anlaufstelle Wegweiser

Rathausgasse 15  
5000 Aarau  
Tel. 062 737 55 80  
Fax 062 737 55 81  
wegweiser@wende.ch  
www.wende.ch

- Anlaufstelle für Ratsuchende bei Fragen sowie Problemen im Alltag und im Alter

## Übersetzung

**HEKS Regionalstelle  
Aargau/Solothurn**  
Linguadukt AG/SO

Rain 24  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 30 20  
Fax 062 836 30 29  
linguadukt.aargau@heks.ch  
http://linguadukt-aargau.heks.ch

- Interkultureller Übersetzungsdienst für den Gesundheits-/Sozial-/Bildungsbereich

**Patronato ACLI**

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

- Von den italienischen Konsulaten anerkannte Übersetzungen
- Traduzioni riconosciute dei consolati italiani

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Alltags- und Lebensgestaltung

Seit dem Sommer 2010 hängt in Aarau die grösste Bahnhofsuhr von Europa. Ein Zeitzeichen! Die uns bleibende Zeit gewinnt an Bedeutung, je älter wir werden. Unsere Wünsche geben neuen Perspektiven Raum. Das tägliche Leben ist nicht mehr bestimmt durch die Berufs- und Familienarbeit. Und die Gestaltung des Alltags kann in der nachberuflichen Phase einen neuen Lebensrhythmus und -sinn finden. Ältere Menschen können sich und ihren Erfahrungsschatz optimal in die Freiwilligenarbeit eingeben und damit u. a. einen wichtigen Beitrag zum generationenübergreifenden Erfahrung- und Wissensaustausch leisten.

Weiter eröffnen die zahlreichen Freizeitangebote wie Kurse und Veranstaltungen, Kultur-, Sport- und Bildungsanlässe usw. neue Erlebniswelten. Aufgrund ihrer äusserst hohen Anzahl können sie im Rahmen dieser Broschüre nicht aufgeführt, jedoch bei der Regionalen Informationsstelle Alter Aarau bezogen werden. Dahingegen finden Sie Angebote, dank deren Sie Entlastung bei der Verrichtung alltäglicher Abläufe erfahren. Diese und weitere Dienstleistungen helfen Ihnen, möglichst lange im eigenen zuhause leben zu können.



## Alltags- und Lebensgestaltung

Administration	20
Begleitung/Fahrdienst	21–22
Beistand/Beirat/Vormund	22
Besuchsdienst	23–24
Einkaufsunterstützung	24
Gartenarbeit	24–25
Handwerklicher Dienst	25
Haushaltsarbeit	26
Hilfsmittel für den Alltag	27–28
Mahlzeiten (zu Hause)	28
Mahlzeiten (auswärts)	29–30
Nachbarschaftshilfe	30
Notrufsystem	31
Transport	31
Vorsorgeverfügung/-regelung	31–32

## Administration

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Hilfe bei Korrespondenz
- Abwicklung Postversand
- Unterstützung bei einfachen administrativen Tätigkeiten
- Hilfeleistung Zahlungsverkehr

### Patronato ACLI

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

- Allgemeine Büroarbeiten
- Übersetzungen (italienisch/deutsch)
- Assistenza amministrativa
- Traduzioni (italiano/tedesco)

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Hilfeleistung Zahlungsverkehr
- Vorbereitung Vergütungsauftrag Bank/Post
- Verkehr mit Sozialversicherungen
- Unterstützung in Sachfragen Briefverkehr

### Stiftung Pegasus

Werkstatt KV Aarau

Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 52 52  
Fax 062 834 51 92  
kv@pegasus-aargau.ch  
www.pegasus-aargau.ch

- Allgemeine Büroarbeiten



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Begleitung/Fahrdienst

<b>City Care</b> Altersbetreuung aus der Region	Igelweid 22 5000 Aarau Tel. 062 823 30 00 Fax 062 823 30 25 info@city-care.ch www.city-care.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fahrdienst</li> <li>● Begleitung zu persönlichen Terminen, zum Einkaufen, zu Besuchen, Vorträgen, kulturellen Anlässen etc.</li> <li>● Ferien- und Reisebegleitung</li> </ul>
<b>Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau</b> Regionalstelle Aarau	Buchserstrasse 24 5000 Aarau Fax 062 835 70 59 srk-aarau@srk-aargau.ch www.srk-aargau.ch	Besuchs- und Begleitdienst für ältere alleinstehende oder einsame Menschen <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Soziale Kontakte</li> <li>○ Begleitung bei Besorgungen und Freizeitaktivitäten</li> </ul>
Besuchs- und Begleitdienst Fahrdienst	Tel. 062 835 70 50 Tel. 062 835 70 57	Fahrdienst für gesundheitlich beeinträchtigte oder auf Begleitung angewiesene Menschen <ul style="list-style-type: none"> <li>● Rollstuhlgängige Fahrzeuge</li> <li>● Liegendtransporte</li> </ul>
Spitex <b>Spitex Aarau</b> 	Bachstrasse 85B 5000 Aarau Tel. 062 838 09 50 Fax 062 838 09 54 info@spitex-aarau.ch www.spitex-aarau.ch	Für Klientinnen/Klienten Spitex Aarau <ul style="list-style-type: none"> <li>● Arztbesuche</li> <li>● Begleitung zum Einkaufen</li> <li>● Spaziergänge</li> </ul>
Spitex <b>Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG</b> Aargau West/Olten	Bahnhofstrasse 3 5000 Aarau Tel. 062 824 05 75 www.homecare.ch	Schweizweite Privatspitex <ul style="list-style-type: none"> <li>● Begleitung zum Arzt, zur Therapie, zum Einkaufen, zu Spaziergängen</li> </ul>
Spitex <b>PHS AG</b> Private Hauspflege Spitex	Laurenzentorgasse 7 5000 Aarau Tel. 062 832 94 00 Fax 062 832 94 01 info@phsag.ch www.phsag.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Begleitung zu persönlichen Terminen durch erfahrene Mitarbeiter/-innen</li> </ul>

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Begleitung/Fahrdienst

### Verein TIXI Aargau

Fahrdienst für behinderte  
und betagte Menschen

Almuesenacherstrasse 4  
5506 Mägenwil  
Tel. 056 406 13 63  
mail@tixi-ag.ch  
www.tixi-ag.ch

Für mobilitätsbehinderte Menschen,  
welche die öffentlichen Verkehrsmittel  
nicht nutzen können

- Fahrten zu Besuchen,  
zur Pflege sozialer Kontakte,  
zu kulturellen Anlässen
- Rollstuhlgängige Fahrzeuge
- Mitgliedschaft erforderlich

## Beistand/Beirat/Vormund

### STADT AARAU

#### Soziale Dienste

Vormundschafts-  
behördesekretariat



Poststrasse 17  
Postfach 3902  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 05 83  
Fax 062 836 06 78  
www.aarau.ch

- Informationen zu  
Beistand/Beirat/Vormund
- Vormundschaftliche Massnahme,  
wenn alle Möglichkeiten der frei  
zugänglichen Beratungs- und  
Unterstützungsstellen ausgeschöpft  
sind oder aufgrund der persönlichen  
Situation nicht mehr genutzt  
werden können
- Meldung/Antrag kann von jeder  
Person erfolgen

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Beratung von Angehörigen zu  
Beistandschaften



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Besuchsdienst

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Gespräche
- Gesellschaft leisten
- Lesehilfe
- Gedächtnisübungen, Spiele

### Ökumenischer Besuchsdienst

Katholische Pfarrei  
Peter und Paul



Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
peterundpaul@kath-aarau.ch  
www.kath-aarau.ch

- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen

Reformierte  
Kirchgemeinde Aarau



Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
sekretariat@ref-aarau.ch  
www.ref-aarau.ch

Pfarramt  
**Katholische Pfarrei  
St. Johannes  
Buchs-Rohr**

Bühlstrasse 8  
5033 Buchs  
Tel. 062 824 32 53  
Fax 062 823 05 53  
kath.pfarramt.buchs@bluewin.ch  
www.kath-aarau.ch/buchs

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr/Buchs
- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen

Pfarramt  
**Reformierte  
Kirchgemeinde  
Buchs-Rohr**  
Pfarramt Rohr

Kirchweg 5  
5032 Aarau Rohr  
Tel. 062 822 64 44  
buchs.rohr@ag.ref.ch  
www.ref.ch/buchs-rohr

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr
- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Besuchsdienst

**Schweizerisches  
Rotes Kreuz Aargau**  
Regionalstelle Aarau

Bucherstrasse 24  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 70 50  
Fax 062 835 70 59  
srk-aarau@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

Besuchs- und Begleitdienst  
für ältere alleinstehende oder  
einsame Menschen  
○ Soziale Kontakte  
○ Begleitung bei Besorgungen und  
Freizeitaktivitäten

Spitex  
**PHS AG**  
Private Hauspflege Spitex

Laurenzentorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

● Besuche und Betreuung zuhause  
● Besuche in Spital, Heim, Klinik  
● Individuelle Einsatzzeiten  
während 2 bis 24 Stunden

## Einkaufsunterstützung

Siehe auch

- Begleitung/Fahrdienst Seiten 21–22
- Haushaltsarbeit Seite 26

**Stollenwerkstatt**  
Voilà Hauslieferdienst  
Aarau



Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 823 91 19  
info@voila-aarau.ch  
www.voila-aarau.ch

Abholung und Lieferung von  
Einkäufen  
● Einkaufstaschen können in über  
25 Aarauer Geschäften  
abgegeben werden  
● Lieferung innerhalb von  
drei Stunden nach Hause

## Gartenarbeit

**City Care**  
Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

● Mithilfe im Garten  
● Organisation von Gärtnern



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Gartenarbeit

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Rasen mähen
- Anpflanzen
- Jäten
- Blumen, Hecken, Sträucher zurückschneiden

### Stollenwerkstatt

Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 51 51  
www.stollenwerkstatt.ch

- Baum- und Sträucherschnitt

## Handwerklicher Dienst

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Unterstützung bei handwerklichen Aktivitäten
- Organisation von Handwerkern

### Stollenwerkstatt Handwerklicher Dienst

Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 51 51  
www.stollenwerkstatt.ch

- Räumungen
- Einfache handwerkliche Einsätze
- Hilfsarbeiten

- gratis
- ◐ teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Haushaltsarbeit

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Haushaltsarbeiten
- Haushaltsreinigung
- Wäschepflege, Bügeln
- Einkaufen, Kochen

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Haushaltsarbeiten
- Haushaltsreinigung
- Wäschepflege, Bügeln  
beim Kunden oder extern
- Einkaufen, Kochen

Spitex

### Spitex Aarau



Bachstrasse 85B  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 09 50  
Fax 062 838 09 54  
info@spitex-aarau.ch  
www.spitex-aarau.ch

- Haushaltsreinigung
- Wäschepflege, Bügeln, Flicken
- Einkaufen, Kochen

Spitex

### Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG

Aargau West/Olten

Bahnhofstrasse 3  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 05 75  
www.homecare.ch

- Schweizweit tätige private  
Spitexorganisation
- Haushaltsarbeiten
  - Wäschepflege, Bügeln, Flicken
  - Einkaufen, Kochen

Spitex

### PHS AG

Private Hauspflege Spitex

Laurenzentorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

- Einsätze im Zusammenhang mit  
persönlicher Hilfe und Pflege zuhause
- Haushaltsarbeiten
  - Einkaufen, Kochen



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Hilfsmittel für den Alltag

Sanitätsfachgeschäfte  
siehe Telefonverzeichnis

**STADT AARAU**  
**Soziale Dienste**  
Gemeindezweigstelle



Poststrasse 17  
Postfach 3902  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 05 82  
Fax 062 836 06 78  
www.aarau.ch

- Informationen, Beratung und Anmeldung zu Kostenbeiträgen im Rahmen der AHV-Zusatzleistungen

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Informationen, Beratung und Anmeldung zu Kostenbeiträgen im Rahmen der AHV-Zusatzleistungen

Sehbehindertenfachstelle  
**Aargauischer  
Blindenfürsorgeverein**  
Beratungsstelle  
für Sehbehinderte  
und Blinde

Metzgergasse 8  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 60 20  
Fax 062 836 60 21  
info@abv-aargau.ch  
www.abv-aargau.ch

- Beratung bei vermindertem Sehvermögen (Low Vision)
- Hilfsmittelberatung
- Praktische Hilfen für Haushalt und Alltag
- Weisser Stock für Orientierung und Mobilität

Sehbehindertenfachstelle  
**Schweizerischer  
Blindenbund**  
Beratungs- und  
Rehabilitationsstelle Aarau

Konradstrasse 15  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 44 77  
Fax 062 824 77 72  
aarau@blind.ch  
www.blind.ch

- Verschiedene vergrössernde Sehhilfen
- Hilfreiche Leuchten
- Praktische Hilfen für Haushalt und Kommunikation
- Weisser Stock für Orientierung und Mobilität

**Spitex Aarau**



Bachstrasse 85B  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 09 50  
Fax 062 838 09 54  
info@spitex-aarau.ch  
www.spitex-aarau.ch

- Beratung; Vermietung, Verkauf von Krankenmobilen
- Vermietung und Beschaffung spezieller Pflegehilfsmittel

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Mahlzeiten (zu Hause)

Mahlzeitenzubereitung  
siehe Haushaltsarbeit Seite 26

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

Mahlzeiten-Lieferdienst

- Fertigmahlzeiten
- Normalkost, leichte Kost, vegetarische Kost, Diabeteskost
- Auslieferung 1x/Woche
- Im Kühlschrank und Tiefkühlschrank haltbar

**Schweizerischer  
gemeinnütziger  
Frauenverein**  
Sektion Aarau

Frau Elly Stäheli  
Muldenstrasse 15  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 80 05

Mahlzeiten-Lieferdienst

- Fertigmahlzeiten
- Normalkost, leichte Kost, vegetarische Kost, Diabeteskost
- Auslieferung 1x/Woche
- Im Kühlschrank und Tiefkühlschrank haltbar

**Seniorenzentrum Aarau  
«Auf Waltherburg»**



Waltherburgstrasse 3  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 02 02  
Fax 062 832 02 20  
info@seniorenzentrum.ch  
www.seniorenzentrum.ch

Mahlzeiten-Lieferdienst

- Täglich frisch zubereitete Mittagessen, warm angeliefert
- Normalkost und vegetarische Kost



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Mahlzeiten (auswärts)

### Mittagstisch

Blaues Kreuz  
Kantonalverband AG/LU

Herzogstrasse 50  
5000 Aarau  
Tel. 062 837 70 10  
Fax 062 837 70 15  
www.blaueskreuz-aglu.ch

- Jeden Dienstag  
Zwinglihaus, Kirchbergstrasse 16  
Anmeldung jeweils bis  
Montag 12.00 Uhr  
Tel. 062 825 01 94

### Mittagstisch 60plus

Pro Senectute  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Prospekt mit Daten/Ort bei  
Pro Senectute erhältlich
- 1. Donnerstag im Monat  
Haus zur Zinne  
bei der Ref. Stadtkirche  
Anmeldung: Tel. 062 825 01 93
  - 2. Donnerstag im Monat  
Freie Christengemeinde, Saal  
Delfterstrasse 14, Telli  
Anmeldung: Tel. 062 824 29 19
  - 3. Donnerstag im Monat  
Kath. Pfarrei Peter und Paul  
Anmeldung: Tel. 062 832 42 00

Katholische Pfarrei  
Peter und Paul

Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
peterundpaul@kath-aarau.ch  
www.kath-aarau.ch

Reformierte  
Kirchgemeinde Aarau

Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
sekretariat@ref-aarau.ch  
www.ref-aarau.ch

### Mittagstisch 60plus Aarau Rohr

Pro Senectute

Frau Margrit Schaffner  
Rigistrasse 6  
5032 Aarau Rohr  
Tel. 062 823 07 06  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch


- 1. Donnerstag im Monat  
Auenhalle Aarau Rohr, Säli  
Anmeldung erforderlich

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Mahlzeiten (auswärts)

<b>STADT AARAU</b> <b>Abteilung Alter</b> Alters- und Pflegeheim Golatti	Golattenmattgasse 37 5000 Aarau Tel. 062 838 26 80 www.alter-aarau.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Täglich Morgen-, Mittag-, Abendessen</li> <li>● Anmeldung erwünscht</li> <li>● Öffentliche Cafeteria 11.00 bis 17.00 Uhr</li> </ul>
<b>STADT AARAU</b> <b>Abteilung Alter</b> Alters- und Pflegeheim Herosé	Effingerweg 9 5000 Aarau Tel. 062 834 57 00 www.alter-aarau.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Täglich Morgen-, Mittag-, Abendessen</li> <li>● Anmeldung erforderlich</li> <li>● Öffentliche Cafeteria 14.00 bis 17.00 Uhr</li> </ul>
<b>Altersheim Zelgli</b>	Zelglistrasse 26 5000 Aarau Tel. 062 836 69 59 Fax 062 836 69 58 altersheim.zelgli@bluewin.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Täglich Morgen-, Mittag-, Abendessen</li> <li>● Anmeldung erforderlich</li> </ul>
<b>Senevita Gais</b>	Hintere Bahnhofstrasse 90 5000 Aarau Tel. 062 387 00 00 Fax 062 387 00 10 gais@senevita.ch www.gais.senevita.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Öffentliches Restaurant Montag bis Sonntag 08.00 bis 17.00 Uhr</li> <li>○ Menüplan auf Website</li> <li>○ Anmeldung ab 4 Personen erwünscht</li> <li>● Gute Anbindung Bus/Bahn</li> </ul>
<b>Seniorenzentrum Aarau «Auf Walthersburg»</b>	Walthersburgstrasse 3 5000 Aarau Tel. 062 832 02 02 Fax 062 832 02 20 info@seniorenzentrum.ch www.seniorenzentrum.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Täglich Morgen-, Mittag-, Abendessen aus eigener Küche</li> <li>○ Anmeldung erwünscht</li> <li>● Öffentliches Restaurant Montag bis Samstag 08.00 bis 18.30 Uhr Sonntag 08.00 bis 16.00 Uhr</li> </ul>

## Nachbarschaftshilfe

<b>Gemeinschaftszentrum Telli</b> Nachbarschaftshilfe 	Girixweg 12 Postfach 622 5004 Aarau Tel. 062 824 63 44 Fax 062 824 02 33 info@gztelli.ch www.gztelli.ch	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Informationen, Anmeldung und Vermittlung von nachbarschaftlicher Hilfe</li> </ul>
---	---	--

 Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Notrufsystem

### Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau

Rotkreuz-Notruf

Mellingerstrasse 22  
5402 Baden  
Tel. 0848 012 012  
notruf@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

- Notruf mit Anschluss an Notrufzentrale während 24 Stunden/365 Tagen
- Stationäre Geräte für zuhause
- Mobile Geräte für unterwegs

### Pflegex AG

Untere Holzstrasse 12  
5036 Oberentfelden  
Tel. 079 456 56 36  
pflegex@gmx.ch  
www.pflegexag.ch

- Installation und Miete des Telealarms
- Pflegefachfrauen über Notruf während 24 Stunden/365 Tagen erreichbar
- Bei Notfällen Hausbesuch (kurze Wartezeiten)

## Transport

### Stollenwerkstatt

Kleintransport

Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 51 51  
www.stollenwerkstatt.ch

- Für Möbel und Elektrogeräte in allen Grössen
- Abhol-/Bringdienst
  - Entsorgungsdienst

## Vorsorgeverfügung/-regelung

Siehe auch  
Rechtsauskunft/-beratung Seite 14

### STADT AARAU Bestattungsamt

Laurenzenvorstadt 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 77  
Fax 062 836 06 54  
zivilstandsamt@aarau.ch  
www.aarau.ch

- Informationen zu Todesfall/Bestattung
- Hinterlegung Bestattungswünsche für Alleinstehende

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Vorsorgeverfügung/-regelung

<b>Allgemeines Bestattungsinstitut Baumann AG</b>	Buchserstrasse 34 5000 Aarau Tel. 062 822 22 00 Fax 062 822 11 00 info@bestattungsinstitutaarau.ch www.bestattungsinstitutaarau.ch	<input type="radio"/> Verfügungen im Todesfall
<b>Bestattungsinstitut Caminada AG Aarau und Umgebung</b>	Florastrasse 10 5000 Aarau Tel. 062 824 25 84 www.caminada-aarau.ch	<input type="radio"/> Beratung zu Todesfall/Bestattung <input checked="" type="radio"/> Verfügungen im Todesfall <input type="radio"/> Bestatter mit eidg. Fachausweis BBT
<b>Caritas Aargau</b> Diakonie und Freiwilligenarbeit	Laurenzenvorstadt 80 5001 Aarau Tel. 062 837 07 23 box@caritas-aargau.ch www.caritas-aargau.ch	Patientenverfügung <input type="radio"/> Informationen und Unterstützung beim Erstellen <input checked="" type="radio"/> Verkauf der Patientenverfügung Caritas Schweiz
<b>Patientenstelle Aargau/Solothurn</b>	Bachstrasse 15 Postfach 3534 5001 Aarau Tel. 062 835 29 50 patientenstelle.ag@skmail.ch www.patientenstelle-aargau- solothurn.ch	Patientenverfügung <input type="radio"/> Informationen <input checked="" type="radio"/> Beratung <input checked="" type="radio"/> Verkauf inkl. Zusatzkarte in Kreditkartengrösse
<b>Pro Senectute</b> Beratungsstelle Bezirk Aarau	Bachstrasse 111 Postfach 5001 Aarau Tel. 062 837 50 40 Fax 062 837 50 71 info@ag.pro-senectute.ch www.ag.pro-senectute.ch	<input type="radio"/> Beratung; Erstellung von Patientenverfügungen <input type="radio"/> Informationen zu letztwilligen Verfügungen
<b>Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau</b> Geschäftsstelle	Buchserstrasse 24 5000 Aarau Tel. 062 835 70 47 Fax 062 835 70 49 geschaeftsstelle@srk-aargau.ch www.srk-aargau.ch	Patientenverfügung <input checked="" type="radio"/> Beratung; Erstellung, Hinterlegung und Aktualisierung von individuellen Patientenverfügungen mit Trägerausweis



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

- gratis
- ◐ teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Wohnen

Zuhause älter werden bedeutet vielen Menschen eine hohe Lebensqualität. Die Art und Weise wie wir unseren Alltag gestalten, Veränderungen in unserem sozialen Umfeld und unser sich in einem stetigen Wandel befindenden Körper – dies alles wirkt sich auf unser Wohlbefinden aus. Daher macht es Sinn, die eigene Wohnsituation von Zeit zu Zeit zu überprüfen und eine allfällige Anpassung vorzunehmen.

Mit einer altersgerechten und hinderisfreien Wohnung können Sie u. a. Ihr Unfallrisiko verringern. Zudem können Sie mit einigen Hilfsmitteln dafür sorgen, dass Ihnen die täglichen Handgriffe – beispielsweise in Küche und Bad – leichter fallen. Verschiedene Checklisten und Merkblätter, die Sie bei der Regionalen Informationsstelle Alter Aarau

beziehen können, vermitteln Ideen, wie eine Wohnungsanpassung umgesetzt werden könnte. Möchten Sie bauliche Massnahmen ergreifen, können Sie sich bei einer der nachstehend aufgeführten Kontaktstellen beraten lassen. Das Thema Wohnen zuhause wird zudem in fast allen Registern dieser Broschüre mit ergänzenden Angeboten erweitert. Aber auch wer sich für den Schritt entscheidet, seine eigenen vier Wände zu verlassen, findet mit den nachstehend aufgeführten Adressen von Alterswohnungen einen guten Überblick über alternative Wohnformen.



## Wohnen

Alterswohnung	36
Wohnen hindernisfrei	37
Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege	62–63

## Alterswohnung

**STADT AARAU**  
**Abteilung Alter**  
 Alterssiedlung Herosé



Halden 64  
 5000 Aarau  
 Tel. 062 838 26 80  
 Fax 062 838 26 90  
 alter@aarau.ch  
 www.alter-aarau.ch

- Altersgerechte, hindernisfreie  
 1-Zimmer-Wohnungen  
 1½-Zimmer-Wohnungen  
 2-Zimmer-Wohnungen  
 an der Bachstrasse 85B
- Notruf während 24 Stunden
- Zusatzleistungen vom  
 Alters- und Pflegeheim Herosé

**Allgemeine Wohnbau-  
 genossenschaft  
 Aarau und Umgebung**

Aarestrasse 65  
 5000 Aarau  
 Tel. 062 822 79 03  
 Fax 062 822 79 03  
 abau@gmx.ch  
 www.abau.ch

- Altersgerechte, hindernisfreie  
 1½-Zimmer-Wohnungen  
 2½-Zimmer-Wohnungen  
 an der Rüt mattstrasse 1/2
- Regelmässige Treffs im  
 ABAU Stübli

**Senevita Gais**

Hintere Bahnhofstrasse 90  
 5000 Aarau  
 Tel. 062 387 00 00  
 Fax 062 387 00 10  
 gais@senevita.ch  
 www.gais.senevita.ch

- Betreutes Wohnen im Alter
- 2-Zimmer-Wohnungen mit Balkon
  - 3-Zimmer-Wohnungen mit Balkon
  - Ferienwohnung mit Service/Pflege
  - Notruf während 24 Stunden
  - Spitex- und hauswirtschaftliche  
 Leistungen
  - Öffentliches Restaurant

**Seniorenzentrum Aarau  
 «Auf Walthersburg»**

Walthersburgstrasse 3  
 5000 Aarau  
 Tel. 062 832 02 02  
 Fax 062 832 02 20  
 info@seniorenzentrum.ch  
 www.seniorenzentrum.ch

- Selbstständiges Wohnen mit Betreuung
- 2½-Zimmer-Wohnungen
  - 3½-Zimmer-Wohnungen
  - Gäste-/Ferienzimmer
  - Notruf während 24 Stunden
  - Spitex (Krankenkassen anerkannt)
  - Hauswirtschaftliche Leistungen
  - Öffentliches Restaurant

**Alterszentrum  
 Suhrhard**

Rohrerstrasse 8  
 5033 Buchs  
 Tel. 062 838 11 11  
 Fax 062 838 11 02  
 info@azsbuchs.ch  
 www.alterszentrum-suhrhard.ch

- Auch für Einwohner/-innen Stadt Aarau
- Betreutes Wohnen
- 1½-Zimmer-Wohnungen
  - 2½-Zimmer-Wohnungen
  - Notruf während 24 Stunden
  - Spitex und hauswirtschaftliche  
 Leistungen
  - Öffentliches Restaurant



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Wohnen hindernisfrei

**STADT AARAU**  
**Stadtbauamt**  
Baubewilligungen



Rathausgasse 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 25  
Fax 062 836 05 59  
stadtbauamt@aarau.ch  
www.aarau.ch

Neu- und Umbau  
 Beratung hindernisfreies Bauen  
 Abklärung Baubewilligungspflicht  
 Eingabe Baugesuch

**Procap Bauen**  
Beratungsstelle für  
hindernisfreies Bauen  
Kantone Aargau  
und Solothurn

Frohburgstrasse 4  
Postfach  
4601 Olten  
Tel. 062 206 88 50  
Fax 062 206 88 89  
bauen@procap.ch  
www.procap-bauen.ch

Auskunft/Kurzberatung zum  
hindernisfreien Bauen/Wohnen  
 Beratung für individuelle bauliche  
Wohnanpassungen  
 Internetportal für altersgerechte  
und rollstuhlgängige Wohnungen  
 Merkblätter/Broschüren etc.

**Schweizer**  
**Paraplegiker-**  
**Vereinigung**  
Zentrum für  
hindernisfreies Bauen

Suhrgasse 20  
5037 Muhlen  
Tel. 062 737 40 00  
Fax 062 737 40 10  
zhb@spv.ch  
www.spv.ch

Individuelle Bauberatung  
 Planung sowie Realisierung  
von hindernisfreien  
Wohnungsanpassungen,  
Neu- und Umbauten  
 Machbarkeitsabklärungen  
 Vermittlung von hindernisfreien  
Wohnungen  
 Merkblätter/Broschüren etc.

## Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege

Siehe im Register  
Betreuung und Pflege Seiten 62–63

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Finanzen

Bereiten Sie sich auf die Pensionierung vor? Wünschen Sie Informationen über die AHV-Rente und die Pensionskassengelder? Benötigen Sie Auskunft über Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung und/oder Betreuungsgutschriften?

Fragen zu diesen und weiteren Finanzthemen beantworten Ihnen die Fachpersonen der nachfolgend genannten Stellen. Die Fachleute erteilen Ihnen Auskunft und unterstützen Sie zum Beispiel bei der Erstellung eines Budgets, bei Schuldenfragen, beim Ausfüllen von Formularen wie der Steuererklärung oder des Antrags zur Prämienverbilligung für die Krankenversicherung sowie bei der Erledigung des Zahlungsverkehrs.



## Finanzen

Administration	40
AHV/AHV-Zusatzleistungen	41
Budgetberatung	42
Finanzielle Unterstützung	42–43
Krankenversicherung/Prämienverbilligung	43
Schuldenberatung	44

## Administration

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Unterstützung bei einfachen administrativen Tätigkeiten
- Hilfeleistung Zahlungsverkehr

### Patronato ACLI

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

- Allgemeine Büroarbeiten und Übersetzungen
- Hilfeleistung Zahlungsverkehr
- Verkehr mit Sozialversicherungen
- Amministrazione e traduzioni
- Disbrigo contabilità
- Rapporti con enti assicurativi

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Hilfeleistung Zahlungsverkehr
- Vorbereitung Vergütungsauftrag Bank/Post
- Verkehr mit Sozialversicherungen
- Ausfüllen der Steuererklärung bei den Kunden zuhause

### Stiftung Pegasus

Werkstatt KV Aarau

Wässermattstrasse 8  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 52 52  
Fax 062 834 51 92  
kv@pegasus-aargau.ch  
www.pegasus-aargau.ch

- Allgemeine Büroarbeiten
- Ausfüllen der Steuererklärung



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## AHV/AHV-Zusatzleistungen

**STADT AARAU**  
**Soziale Dienste**  
Gemeindezweigstelle



Poststrasse 17  
Postfach 3902  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 05 82  
Fax 062 836 06 78  
www.aarau.ch

Informationen, Beratung;  
Anmeldung von:  
 Altersrenten  
 Betreuungsgutschriften  
 Ergänzungsleistungen  
 Hilflosenentschädigung  
 Hilfsmittel der AHV  
 Hinterlassenenrente

**Patronato ACLI**

Feerstrasse 2  
Postfach 3542  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 68 37  
Fax 062 822 68 39  
aarau@patronato.acli.it  
www.patronato.acli.it

Informationen, Beratung;  
Anmeldung von:  
 Altersrenten  
 Ergänzungsleistungen  
 Hilflosenentschädigung  
 Hinterlassenenrente

Informazioni, consulenza;  
presentazione di:  
 Pensioni di vecchiaia  
 Prestazioni complementari  
 Assegni per grandi invalidi  
 Pensione ai superstiti

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

Informationen, Beratung;  
Anmeldung von:  
 Altersrenten  
 Betreuungsgutschriften  
 Ergänzungsleistungen  
 Hilflosenentschädigung  
 Hilfsmittel der AHV

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Budgetberatung

<b>Frauenberatungsstelle Aargau</b> Budgetberatung	Vordere Vorstadt 16 5000 Aarau Tel. 062 822 79 66 budgetberatung@frauenhilfe-ag.ch www.frauenhilfe-ag.ch	Für Frauen und Männer <input type="checkbox"/> Haushaltsbudget <input type="checkbox"/> Kostenaufteilung im Konkubinat <input type="checkbox"/> Bedarfsbudget bei Trennung <input type="checkbox"/> Kostenberechnung für Seniorinnen/ Senioren und Jugendliche <input type="checkbox"/> Beratung bei Schulden
<b>Pro Senectute</b> Beratungsstelle Bezirk Aarau	Bachstrasse 111 Postfach 5001 Aarau Tel. 062 837 50 40 Fax 062 837 50 71 info@ag.pro-senectute.ch www.ag.pro-senectute.ch	<input type="checkbox"/> Beratung bei finanziellen Engpässen

## Finanzielle Unterstützung

Finanzielle Unterstützung  
im Zusammenhang mit einer  
Erkrankung siehe auch  
Register Gesundheit/Prävention

<b>STADT AARAU Soziale Dienste</b> Gemeindezweigstelle SVA 	Poststrasse 17 Postfach 3902 5001 Aarau Tel. 062 836 05 82 Fax 062 836 06 78 www.aarau.ch	Anmeldung von <input type="checkbox"/> Ergänzungsleistungen <input type="checkbox"/> Hilflosenentschädigung <input type="checkbox"/> Hilfsmittel der AHV <input type="checkbox"/> Prämienverbilligung für Krankenversicherung
<b>STADT AARAU Soziale Dienste</b> Sozialhilfe 	Poststrasse 17 Postfach 3902 5001 Aarau Tel. 062 836 05 83 Fax 062 836 06 78 www.aarau.ch	<input type="checkbox"/> Materielle Hilfe bei ungenügenden Einnahmen
<b>Frauenberatungsstelle Aargau</b>  Frauenberatung  Budgetberatung	Vordere Vorstadt 16 5000 Aarau www.frauenhilfe-ag.ch  Tel. 062 822 79 01 frauenberatung@frauenhilfe-ag.ch  Tel. 062 822 79 66 budgetberatung@frauenhilfe-ag.ch	<input type="checkbox"/> Budgetberatung <input type="checkbox"/> Gesuche an Stiftungen oder gemeinnützige Institutionen

 Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Finanzielle Unterstützung

Pfarramt  
**Katholische Pfarrei  
Peter und Paul**



Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
peterundpaul@kath-aarau.ch  
www.kath-aarau.ch

- Finanzielle Einzelhilfe  
in Notsituationen

Pfarramt  
**Reformierte  
Kirchgemeinde Aarau**  
Sekretariat



Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
sekretariat@ref-aarau.ch  
www.ref-aarau.ch

- Finanzielle Einzelhilfe  
in Notsituationen
- Gesuche an Stiftungen und  
Fonds

Pfarramt  
**Reformierte  
Kirchgemeinde  
Buchs-Rohr**  
Pfarramt Rohr

Kirchweg 5  
5032 Aarau Rohr  
Tel. 062 822 64 44  
buchs.rohr@ag.ref.ch  
www.ref.ch/buchs-rohr

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr
- Finanzielle Einzelhilfe  
in Notsituationen

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

- Budgetberatung
- Vermittlung von finanziellen  
Beiträgen
- Einmalige/periodische  
Unterstützung

**Schweizerisches  
Rotes Kreuz Aargau**  
Geschäftsstelle

Buchserstrasse 24  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 70 40  
Fax 062 835 70 49  
geschaeftsstelle@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

- Finanzielle Einzelhilfe  
in Notsituationen mit einmaligen,  
beschränkten Beiträgen
- Rabatte auf SRK-Dienste möglich

## Krankenversicherung/Prämienverbilligung

**STADT AARAU  
Soziale Dienste**  
Gemeindezweigstelle  
SVA



Poststrasse 17  
Postfach 3902  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 05 82  
Fax 062 836 06 78  
www.aarau.ch

- Informationen, Beratung und  
Anmeldung

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Schuldenberatung

**Caritas Aargau**  
Sozial- und  
Schuldenberatung

Laurenzenvorstadt 80  
5001 Aarau  
Tel. 062 822 90 10  
Fax 062 822 63 05  
box@caritas-aargau.ch  
www.caritas-schuldenberatung.ch

- Budgetberatung für überschuldete Privatpersonen
- Termin nach Vereinbarung

Gratis-Hotline

Tel. 0800 708 708

**Schuldenberatung  
Aargau–Solothurn**

Effingerweg 12  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 82 11  
Fax 062 822 82 20  
ag-so@schulden.ch  
www.ag-so.schulden.ch

- Beratung von überschuldeten Privatpersonen und Angehörigen
- Budgetberatung
  - Schuldenbereinigung
  - Unterstützung bei Privatkonkurs
  - Begleitung bei finanziellen Problemen

Gratis-Hotline

Tel. 0800 708 708



- gratis
- ◐ teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Gesundheit und Prävention

Gesundheit und eine hohe Lebensqualität wünscht sich ein jeder. Gesundheit umfasst unser seelisches, körperliches, soziales und wirtschaftliches Wohlergehen. Wie gesund wir uns fühlen, hängt zudem stark von unserer persönlichen Wahrnehmung ab.

Jeder kann etwas für seine Gesundheit und für die Gesundheitsvorsorge tun. In Aarau und der Region gibt es zahlreiche Angebote, die zur Gesundheitsförderung beitragen. Seien das gemütliche Treffpunkte, wo soziale Kontakte gepflegt werden können, oder seien es Besuche in Kino, Theater, Museum, in einem Konzert oder einer anderen kulturellen Veranstaltung.

Neben der geistigen Fitness und den sozialen Kontakten sind eine ausgewogene Ernährung (siehe auch Alltags- und Lebensgestaltung) sowie tägliche Bewegung von zentraler Bedeutung. Bewegen können Sie sich auf vielfältige Weise – mit oder ohne fachliche Unterstützung, als Training oder zur Entspannung, drinnen und draussen. Bei der Regionalen Informationsstelle Alter Aarau erhalten Sie Informationen und Anregungen zu den umfangreichen und vielseitigen Angeboten. Bei Gesundheitsfragen wie zum Beispiel bei Erkrankungen, bei Hör- und Sehschwierigkeiten sowie in Bezug auf Selbsthilfegruppen helfen die aufgeführten Fachstellen und Ärzte.



## Gesundheit und Prävention

Alzheimer-/Demenzfachstelle	48
Diabetesfachstelle	48
Diagnose und medizinische Behandlung	48–49
Ernährungsberatung	49
Fachstelle für Lungen- und Atemwegserkrankungen	50
Fachstelle für psychische Erkrankungen	50
Hörbehindertenfachstelle	50
Krebsfachstelle	51
Patientenstelle	51
Sehbehindertenfachstelle	51
Selbsthilfe	51
Suchtfachstelle	52

## Alzheimer-/Demenzfachstelle

**Schweizerische Alzheimervereinigung Aargau**  
Geschäfts- und Beratungsstelle

Fröhlichstrasse 7  
5200 Brugg  
Tel. 056 406 50 70  
info.ag@alz.ch  
www.alz.ch/ag

- Informationen/Beratung/  
Vermittlung
- Broschüren/Merkblätter
- Liste der Pflege-/  
Betreuungsangebote
- Angehörigengruppen
- Alzheimerferien
- Referate, Seminare

**Psychiatrische Dienste Aargau AG**  
Psychiatrische Klinik  
Königsfelden

Zürcherstrasse 241  
5210 Windisch  
Tel. 056 462 23 51  
Fax 056 462 21 51  
memoryclinic@pdag.ch  
www.pdag.ch

Memory Clinic

- Abklärung, Behandlung, Triage  
bei Demenzerkrankungen
- Beratung für Betroffene und  
Angehörige
- Anmeldung über  
Hausarzt/Fachstelle

## Diabetesfachstelle

**Aargauer Diabetes-Gesellschaft**  
Beratungsstelle und  
Sekretariat

Kantonsspital Aarau  
Tellstrasse  
Haus 16  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 72 01  
Fax 062 824 72 58  
aargau@diabetesgesellschaft.ch  
www.diabetesgesellschaft.ch

- Beratungstermin nach  
Vereinbarung
- Materialverkauf

## Diagnose und medizinische Behandlung

**Kantonsspital Aarau AG**

Tellstrasse  
5001 Aarau  
Tel. 062 838 41 41  
info@ksa.ch  
www.ksa.ch

- 30 Diagnose- und  
Behandlungszentren für alle  
Erkrankungen sowie Verletzungen

Interdisziplinäres  
Notfallzentrum

Haus 1 West  
Tel. 062 838 41 41

- 24 Stunden/365 Tage
- Zuweisung über  
Notarzt oder Rettungsdienst

Rettungsdienst

Tel. 144

**Hirslanden Klinik Aarau**

Schänisweg  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 70 00  
klinik-aarau@hirslanden.ch  
www.hirslanden.ch

- Privatklinik mit umfassendem  
medizinischem Leistungsangebot  
sämtlicher Fachgebiete
- Palliativpflegebetten
- Publikumsvorträge

Notfallstation

Tel. 062 836 76 76

- 24 Stunden/365 Tage



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Diagnose und medizinische Behandlung

### Psychiatrische Dienste Aargau AG

Externer Psychiatrischer  
Dienst

Ambulatorium Aarau

Bleichemattstrasse 16  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 34 00  
Fax 062 834 34 10  
epd.aarau@pdag.ch  
www.pdag.ch

- Abklärung, Triage, Behandlung bei Demenzerkrankungen, psychischen Erkrankungen
- Beratung für Betroffene und Angehörige
- Anmeldung über Hausarzt/Fachstelle

### HEKS Spagat

Sans-Papiers Anlaufstelle  
Aargau

Haus zur Zinne  
Kirchgasse 19  
5000 Aarau  
Tel. 079 728 60 96  
spagat@heks.ch  
www.heks.ch

- Für Menschen ohne geregelten Aufenthaltsstatus
- Medizinische Grundversorgung durch Pflegefachfrau
  - Begleitung zu medizinischen Fachpersonen und Ämtern
  - Sozialberatung
  - Termin nach Vereinbarung

## Ernährungsberatung

### Kantonsspital Aarau AG Ernährungsberatung

Tellstrasse  
Haus 16  
5001 Aarau  
Tel. 062 838 43 46  
Fax 062 838 43 47  
ernaehrungsberatung@ksa.ch  
www.ksa.ch

- Umfassende Beratung bei Ernährungsfragen

### Hirslanden Klinik Aarau Ernährungsberatung

Schänisweg  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 76 76  
Fax 062 836 76 89  
klinik-aarau@hirslanden.ch  
www.hirslanden.ch

- Persönliche Beratung bei Ernährungsfragen
- Vorträge/Kurse

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Fachstelle für Lungen- und Atemwegserkrankungen

**Lungenliga Aargau**  
Beratungsstelle Bezirke  
Aarau/Lenzburg

Hintere Bahnhofstrasse 6  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 40 11  
Fax 062 832 40 12  
lungenliga.aargau@llag.ch  
www.lungenliga-ag.ch

Für Betroffene und Bezugspersonen  
○ Sozialberatung bei persönlichen,  
rechtlichen, finanziellen  
Problemen

**Lungenliga Aargau**  
Geschäftsstelle

Hintere Bahnhofstrasse 6  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 40 00  
Fax 062 832 40 01  
lungenliga.aargau@llag.ch  
www.lungenliga-ag.ch

○ Erfahrungsaustauschgruppen  
● Kurse

Atemhilfsgerät/Heimtherapie

○ Beratung  
○ Instruktion  
● Vermietung  
● Verkauf

## Fachstelle für psychische Erkrankungen

**Psychiatrische Dienste**  
**Aargau AG**

Externer Psychiatrischer  
Dienst

Ambulatorium Aarau

Bleichemattstrasse 16  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 34 00  
Fax 062 834 34 10  
epd.aarau@pdag.ch  
www.pdag.ch

● Abklärung, Triage, Behandlung bei  
Demenzerkrankungen,  
psychischen Erkrankungen  
● Beratung für Betroffene und  
Angehörige  
● Anmeldung über  
Hausarzt/Fachstelle

## Hörbehindertenfachstelle

Hörberatung, Hörgeräte  
siehe Telefonverzeichnis

**pro audito**  
**Region Aarau**  
Verein für Menschen  
mit Hörproblemen

Frau Vreni Schneider  
Behmenstrasse 10A  
5036 Oberentfelden  
Tel. 062 723 44 59  
Fax 062 724 81 53  
jrg-schneider@bluewin.ch  
www.pro-audito.ch

○ Informationen/Beratung  
rund um Hörbehinderung  
○ Ombudsstelle  
○ Broschüren/Merkblätter  
● Öffentliche Vorträge  
● Verständigungstraining  
● Vereinsanlässe



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Krebsfachstelle

### Krebsliga Aargau Beratungsstelle Aarau

Milchgasse 41  
Postfach 3225  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 75 80  
Fax 062 834 75 76  
admin@krebssliga-aargau.ch  
www.krebssliga-aargau.ch

- Informationen
- Broschüren/Merkblätter
- Sozialberatung bei persönlichen, rechtlichen, finanziellen Problemen
- Psychologische Beratung
- Gesprächsgruppen
- Ambulante Onkologiepflege

## Patientenstelle

### Patientenstelle Aargau/Solothurn

Bachstrasse 15  
Postfach 3534  
5001 Aarau  
Tel. 062 835 29 50  
patientenstelle.ag@skmail.ch  
www.patientenstelle-aargau-solothurn.ch

- Informationen/Beratung zu Patientenrechte und -pflichten
- Einzelfallhilfe
- Kontrolle Arzt-/Zahnarztrechnungen
- Informationen/Beratung/Verkauf von Patientenverfügungen
- Termin nach Vereinbarung

## Sehbehindertenfachstelle

### Aargauischer Blindenfürsorgeverein Beratungsstelle für Sehbehinderte und Blinde

Metzgergasse 8  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 60 20  
Fax 062 836 60 21  
info@abv-aargau.ch  
www.abv-aargau.ch

- Beratung bei vermindertem Sehvermögen (Low Vision)
- Sozialberatung bei persönlichen, rechtlichen, finanziellen Problemen
- Hilfsmittelshop
- Bildung und Freizeit

### Schweizerischer Blindenbund Beratungs- und Rehabilitationsstelle Aarau

Konradstrasse 15  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 44 77  
Fax 062 824 77 72  
aarau@blind.ch  
www.blind.ch

- Sozialberatung und persönliche Begleitung
- Beratung bzgl. vergrößernder Sehhilfen und Beleuchtung
- Hilfsmittel für den Alltag
- Schulung mit Weissem Stock
- Mitgliedschaft Selbsthilfeverein

## Selbsthilfe

### SelbsthilfeZentrum Aargau

Rain 6  
5000 Aarau  
Tel. 056 203 00 20  
info@selbsthilfezentrum-aargau.ch  
www.selbsthilfezentrum-aargau.ch

- Informationen und Beratung zur Selbsthilfe in Gruppen
- Vermittlung von Selbsthilfegruppen u. a. in der Region Aarau
- Unterstützung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Suchtfachstelle

### **Aargauische Stiftung Suchthilfe ags**

Suchtberatung Bezirke  
Aarau & Kulm

Metzgergasse 2  
5000 Aarau  
Tel. 062 837 60 40  
aarau@suchthilfe-ags.ch  
www.suchthilfe-ags.ch

- Beratung für Betroffene und Angehörige

### **Aargauische Stiftung Suchthilfe ags**

Suchtprävention Aargau

Kasinostrasse 29  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 40 90  
info@suchtpraevention-aargau.ch  
www.suchtpraevention-aargau.ch

- Mediothek zu den Themen Gesundheit und Sucht
- Erwachsenenbildung

### **Blaues Kreuz**

Kantonalverband AG/LU

Beratung und Begleitung

Herzogstrasse 50  
5000 Aarau  
Tel. 062 837 70 10  
Fax 062 837 70 15  
beratung.aglu@blaueskreuz.ch  
www.blaueskreuz-aglu.ch

- Informationen/Beratung von alkoholabhängigen und suchtgefährdeten Menschen sowie Angehörigen
- Gesprächsgruppen
- Mittagstisch
- Offener Freizeittreff



- gratis
- ◐ teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Betreuung und Pflege

Auch wenn es uns heute gut geht und wir gut alleine zuhause zurechtkommen, weiss niemand, was die Zukunft bringt. Ein Unfall, eine Krankheit, das fortgeschrittene Alter – urplötzlich sind wir auf Betreuung und Pflege angewiesen. Was dann? Dank verschiedenen Institutionen besteht die Möglichkeit, trotz Pflegebedürftigkeit zuhause leben zu können. Je nach Situation fällt die Wahl aber vielleicht auf eine stationäre Betreuung in einem Heim. Unabhängig davon, wie Sie sich entscheiden, für beide Varianten finden Sie nachstehend diverse Adressen.

Und was passiert, wenn jemand in Ihrem nächsten Umfeld Betreuung und/oder Pflege benötigt? Für Angehörige und Bezugspersonen ist es eine grosse Herausforderung mit einer solchen Situation umzugehen. Soll ich meinen Ehemann, meine Ehefrau, meinen Vater oder meine Mutter selber betreuen? Was kommt auf mich zu? Wie viel Unterstützung braucht er oder sie wohl? Wie viel und was kann ich selber übernehmen? Will ich das überhaupt? Wie kann ich die Betreuung, Pflege oder meine Entlastung organisieren? Es stellen sich Fragen um Fragen. Um Sie bei diesen und weiteren Entscheidungen zu entlasten, bietet Ihnen die Regionale Informationsstelle Alter Aarau eine ganzheitliche Beratung an. Denn vergessen Sie nicht, es ist nicht nur wichtig, seinen Angehörigen Sorge zu tragen, sondern auch sich selbst.



## Betreuung und Pflege

Besuchsdienst	56–57
Betreuung zuhause	57–58
Entlastung in Betreuung und Pflege (zuhause)	58–59
Entlastung in Betreuung und Pflege (auswärts)	59–60
Nachtbetreuung	60
Spitex	61–62
Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege	62–63

## Besuchsdienst

### City Care

Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Gespräche
- Gesellschaft leisten
- Lesehilfe
- Gedächtnisübungen, Spiele

### Ökumenischer Besuchsdienst

Katholische Pfarrei  
Peter und Paul



Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
peterundpaul@kath-aarau.ch  
www.kath-aarau.ch

- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen

Reformierte  
Kirchgemeinde Aarau



Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
sekretariat@ref-aarau.ch  
www.ref-aarau.ch

Pfarramt  
**Katholische Pfarrei  
St. Johannes  
Buchs-Rohr**

Bühlstrasse 8  
5033 Buchs  
Tel. 062 824 32 53  
Fax 062 823 05 53  
kath.pfarramt.buchs@bluewin.ch  
www.kath-aarau.ch/buchs

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr/Buchs
- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen

Pfarramt  
**Reformierte  
Kirchgemeinde  
Buchs-Rohr**  
Pfarramt Rohr

Kirchweg 5  
5032 Aarau Rohr  
Tel. 062 822 64 44  
buchs.rohr@ag.ref.ch  
www.ref.ch/buchs-rohr

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr
- Für Menschen, die besucht werden möchten, und Menschen, die andere besuchen



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Besuchsdienst

**Schweizerisches  
Rotes Kreuz Aargau**  
Regionalstelle Aarau

Buchserstrasse 24  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 70 50  
Fax 062 835 70 59  
srk-aarau@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

Besuchs- und Begleitdienst  
für ältere alleinstehende oder  
einsame Menschen  
 Soziale Kontakte  
 Begleitung bei Besorgungen und  
Freizeitaktivitäten

Spitex  
**PHS AG**  
Private Hauspflege Spitex

Laurenzentorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

Besuche und Betreuung zuhause  
 Besuche in Spital, Heim, Klinik  
 Individuelle Einsatzzeiten  
während 2 bis 24 Stunden

## Betreuung zuhause

**City Care**  
Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

Betreuung und Unterstützung  
 Keine medizinischen Leistungen  
 Entlastung Angehöriger sowie  
nahestehender Personen  
 Individuelle Einsatzzeiten  
während 24 Stunden

**Pro Senectute**  
Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

Betreuung und Unterstützung  
 Keine medizinischen Leistungen  
 Entlastung Angehöriger sowie  
nahestehender Personen  
 Tagsüber von Montag bis Freitag

Spitex  
**Spitex Aarau**



Bachstrasse 85B  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 09 50  
Fax 062 838 09 54  
info@spitex-aarau.ch  
www.spitex-aarau.ch

Betreuung und Unterstützung  
 Entlastung Angehöriger sowie  
nahestehender Personen in  
Betreuung und Pflege

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Betreuung zuhause

Spitex  
**Hausbetreuungsdienst  
für Stadt und Land AG**  
Aargau West/Olten

Bahnhofstrasse 3  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 05 75  
www.homecare.ch

Schweizweite Privatspitex

- Betreuung und Unterstützung
- Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen in Betreuung und Pflege
- Individuelle Einsatzzeiten während 24 Stunden

Spitex  
**PHS AG**  
Private Hauspflege Spitex

Laurenzentorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

- Betreuung und Unterstützung
- Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen in Betreuung und Pflege
- Individuelle Einsatzzeiten während 2 bis 24 Stunden

## Entlastung in Betreuung und Pflege (zuhause)

Siehe auch

- Betreuung zuhause Seiten 57–58
- Spitex Seiten 61–62

**Entlastungsdienst  
Aargau**  
Geschäftsstelle

Rain 6  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 20  
Fax 062 837 50 25  
info@entlastungsdienst-ag.ch  
www.entlastungsdienst-ag.ch

- Individuell auf die Bedürfnisse der Entlastungssuchenden ausgerichtet

**Schweizerisches  
Rotes Kreuz Aargau**  
Bildung und  
Entlastungsdienste

Buchserstrasse 24  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 70 47  
Fax 062 835 70 49  
kurse@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

Entlastungsdienst «Lumicino»  
für Angehörige von kranken,  
pflege- oder betreuungsbedürftigen  
Menschen

- Vertrauenspersonen mit Grundkenntnissen in Betreuung und Pflege



## Entlastung in Betreuung und Pflege (zu Hause)

### Aargauer Hospiz-Verein zur Begleitung Schwerkranker

Fröhlichstrasse 7  
5200 Brugg  
Tel. 056 462 68 62  
Fax 056 462 68 66  
info@hospiz-aargau.ch  
www.hospiz-aargau.ch

- Entlastung von Angehörigen bei der Betreuung schwerkranker und sterbender Menschen
- Individuelle Einsatzzeiten während 24 Stunden

Einsatzzentrale

Tel. 079 320 99 15

## Entlastung in Betreuung und Pflege (auswärts)

Ferien-/Notfallzimmer  
siehe Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege Seiten 62–63

### Altersheim Zelgli

Zelglistrasse 26  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 69 59  
Fax 062 836 69 58  
altersheim.zelgli@bluewin.ch

- Tagesbetreuung, dem Bedarf entsprechend flexibel
- Montag bis Freitag

### Psychiatrische Dienste Aargau AG

Tageszentrum Aarau

Landhausweg 22  
5000 Aarau  
Tel. 056 461 91 60  
Fax 056 461 91 61  
epd.tageszentrumaarau@pdag.ch  
www.pdag.ch

- Für Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen
- Soziale Kontakte
  - Alltagsorientierte Aktivitäten
  - Montag bis Freitag
  - Anmeldung über Haus-/Facharzt
  - Krankenkassen anerkannt

### Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau

Tageszentrum für  
Behinderte und Betagte

Mühlemattstrasse 40  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 05 15  
tageszentrum@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

- Für behinderte, ältere oder hilfsbedürftige Menschen
- Begleitete Tagesstruktur mit individueller Beschäftigung
  - Ergo-/Physiotherapie
  - Montag bis Freitag

### Tagesstätte Sonnenblick

Tagesstätte  
für alte Menschen

Hauptstrasse 65  
5037 Muhen  
Tel. 062 751 87 69  
info@tagesstaette-sonnenblick.ch  
www.tagesstaette-sonnenblick.ch

- Tagesbetreuung/-pflege für ältere Menschen
- Familiärer, geschützter Rahmen
  - Beschäftigung und Aktivierung den Gästen angepasst
  - Vermittlung eines Fahrdienstes

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Entlastung in Betreuung und Pflege (auswärts)

**Regionales  
Alterszentrum  
Schöffland AG**  
Tagesstätte für  
Demenzpatienten

Birkenweg 5  
5040 Schöffland  
Tel. 062 739 75 75  
info@alterszentrum-schoeftland.ch  
www.alterszentrum-schoeftland.ch

Tagesbetreuung/-pflege für  
demenzkrankte Menschen

- Familiärer, geschützter Rahmen
- Beschäftigung und Aktivierung  
den Gästen angepasst
- Organisation eines Fahrdienstes
- Krankenkassen anerkannt

## Nachtbetreuung

**City Care**  
Altersbetreuung  
aus der Region

Igelweid 22  
5000 Aarau  
Tel. 062 823 30 00  
Fax 062 823 30 25  
info@city-care.ch  
www.city-care.ch

- Betreuung und Unterstützung
- Keine medizinischen Leistungen
- Entlastung Angehöriger sowie  
nahestehender Personen
- Individuelle Einsatzzeiten  
während 24 Stunden

Spitex  
**PHS AG**  
Private Hauspflege Spitex

Laurenzentorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

- Betreuung und Pflege
- Individuelle Einsatzzeiten  
während 2 bis 24 Stunden
- Zuhause und in Spital/Heim/Klinik
- Erfahrene Pflegepersonen
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar

Spitex  
**Pflegex AG**

Untere Holzstrasse 12  
5036 Oberentfelden  
Tel. 079 456 56 36  
pflegex@gmx.ch  
www.pflegexag.ch

- Pflege während 24 Stunden
- Individuelle Einsatzzeiten
- Nachtbetreuung,  
Mindest-Einsatzzeit 10 Stunden
- Erfahrene Pflegepersonen
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar



## Spitex

### Spitex Aarau



Bachstrasse 85B  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 09 50  
Fax 062 838 09 54  
info@spitex-aarau.ch  
www.spitex-aarau.ch

- Grund-, Behandlungs- und psychiatrische Krankenpflege
- Anleitung Klientinnen/Klienten und Angehörige
- Ambulatorium
- Hilfsmittel für den Alltag
- Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen
- Sterbende begleiten, betreuen
- Einsatz von 7.00 bis 22.00 Uhr

### Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG

Aargau West/Olten

Bahnhofstrasse 3  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 05 75  
www.homecare.ch

- Schweizweite Privatspitex
- Grund- und Behandlungspflege
  - Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen
  - Sterbende begleiten, betreuen
  - Individuelle Einsatzzeiten während 24 Stunden

### Krebsliga Aargau

Ambulante  
Onkologiepflege

Milchgasse 41  
Postfach 3225  
5001 Aarau  
Tel. 062 834 75 75  
Fax 062 834 75 76  
admin@krebsliga-aargau.ch  
www.krebsliga-aargau.ch

- Spezialisierte Spitex für krebsbetroffene Menschen
- Ergänzend zu betreuenden Ärzten/Spitex-Diensten
  - Beratung und Instruktion der Betroffenen sowie Angehöriger
  - Sterbende begleiten, betreuen
  - 24 Stunden/365 Tage erreichbar

### MediCare Swiss GmbH

Postfach 3418  
5001 Aarau  
Tel. 062 823 44 66  
Fax 062 823 44 68  
info@pflegedienst.ch  
www.pflegedienst.ch

- Privatspitex Aarau und Umgebung
- Grund- und Behandlungspflege
  - Betreuung zuhause
  - Hilfsmittel für den Alltag
  - Sterbende begleiten, betreuen
  - Individuelle Einsatzzeiten von 7.00 bis 22.00 Uhr

### PHS AG

Private Hauspflege Spitex

Laurentzorgasse 7  
5000 Aarau  
Tel. 062 832 94 00  
Fax 062 832 94 01  
info@phsag.ch  
www.phsag.ch

- Grund-, Behandlungs- und psychiatrische Krankenpflege
- Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen
- Sterbende begleiten, betreuen
- Individuelle Einsatzzeiten während 2 bis 24 Stunden
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Spitex

### Freiberufliche Pflegefachpersonen

Frau Guldbrandsen-Gyr  
Tel. 078 722 63 49  
www.freiberuflichepflege.ch

- Grund-, Behandlungs- und psychiatrische Krankenpflege
- Entlastung Angehöriger sowie nahestehender Personen
- Kontinuität durch gleiche Pflegefachperson
- Krankenkassen anerkannt

### Pflegex AG

Untere Holzstrasse 12  
5036 Oberentfelden  
Tel. 079 456 56 36  
pflegex@gmx.ch  
www.pflegexag.ch

- Grund-, Behandlungs- und psychiatrische Krankenpflege
- Notrufsystem
- Individuelle Einsatzzeiten während 24 Stunden
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar
- Krankenkassen anerkannt

## Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege

### STADT AARAU Abteilung Alter

Alters- und  
Pflegeheim Golatti



Golattenmattgasse 37  
5000 Aarau  
Tel. 062 838 26 80  
alter@aarau.ch  
www.alter-aarau.ch

- Umfassende Betreuung und Pflege während 24 Stunden/365 Tagen
- Einzel- sowie Paarzimmer
- Ferien-/Notfallzimmer
- Öffentliche Cafeteria

### STADT AARAU Abteilung Alter

Alters- und  
Pflegeheim Herosé



Effingerweg 9  
5000 Aarau  
Tel. 062 834 57 00  
alter@aarau.ch  
www.alter-aarau.ch

- Umfassende Betreuung und Pflege während 24 Stunden/365 Tagen
- Einzel- sowie Paarzimmer
- Ferien-/Notfallzimmer
- Öffentliche Cafeteria

### Altersheim Zelgli

Zelglistrasse 26  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 69 59  
Fax 062 836 69 58  
altersheim.zelgli@bluewin.ch

- Schwerpunkt Kurzeitaufenthalte
- Umfassende Betreuung und Pflege während 24 Stunden/365 Tagen
- Einzelzimmer
- Ferienzimmer
- Tagesbetreuung

### Residenz Cartau

Im Aarepark 3B  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 47 49  
residenzcartau@bluewin.ch

- Betreutes Wohnen in familiärer Wohnatmosphäre
- Für nicht pflege- und pflegebedürftige Personen während 24 Stunden/365 Tagen
  - Palliative Pflege und Betreuung
  - Einzelzimmer
  - Ferienzimmer



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Wohnen mit Service, Betreuung und Pflege

<b>Senevita Gais</b>	Hintere Bahnhofstrasse 90 5000 Aarau Tel. 062 387 00 00 Fax 062 387 00 10 gais@senevita.ch www.gais.senevita.ch	Betreutes Wohnen im Alter <ul style="list-style-type: none"><li>● Umfassende Betreuung und Pflege während 24 Stunden/365 Tagen</li><li>● Auf Pflegeabteilung</li><li>● Einzelzimmer mit Dusche/WC und separatem Gartensitzplatz</li><li>● Ferienwohnung mit Service/Pflege</li><li>● Öffentliches Restaurant</li></ul>
<b>Seniorenzentrum Aarau «Auf Walthersburg»</b>	Walthersburgstrasse 3 5000 Aarau Tel. 062 832 02 02 Fax 062 832 02 20 info@seniorenzentrum.ch www.seniorenzentrum.ch	<ul style="list-style-type: none"><li>● Betreuung und Pflege in eigener Wohnung oder in Gäste-/Ferienzimmer</li><li>● Notruf während 24 Stunden</li><li>● Hauseigene Spitex (Krankenkassen anerkannt)</li><li>● Hauswirtschaftliche Leistungen</li><li>● Öffentliches Restaurant</li></ul>
<b>Alterszentrum Suhrhard</b>	Rohrerstrasse 8 5033 Buchs Tel. 062 838 11 11 Fax 062 838 11 02 info@azsbuchs.ch www.alterszentrum-suhrhard.ch	Auch für Einwohner/-innen Stadt Aarau <ul style="list-style-type: none"><li>● Umfassende Betreuung und Pflege während 24 Stunden/365 Tagen</li><li>● Geschützte Abteilung für demenzerkrankte Menschen</li><li>● Einzel- und Zweierzimmer</li><li>● Ferien-/Notfallzimmer</li><li>● Öffentliche Cafeteria</li></ul>
<b>Alterspflegeheim Steinfeld</b>	Buchserstrasse 20 5034 Suhr Tel. 062 855 91 00 altersheim@steinfeld.ch www.steinfeld.ch	Auch für Einwohner/-innen Stadt Aarau <ul style="list-style-type: none"><li>● Umfassende Pflege und Betreuung</li><li>● Einzelzimmer mit WC/Dusche</li><li>● Gästezimmer mit WC/Dusche</li><li>● Öffentliche Cafeteria</li></ul>
<b>Lindenfeld</b> Spezialisierte Pflege und Geriatrie	Zollweg 12 5034 Suhr Tel. 062 838 01 01 Fax 062 824 75 35 info@lindenfeld.ch www.lindenfeld.ch	Auch für Einwohner/-innen Stadt Aarau <ul style="list-style-type: none"><li>● Geriatriische Langzeitpflege</li><li>● Geschützte Abteilung für demenzerkrankte Menschen</li><li>● Übergangspflege</li><li>● Aktivierung, Physio-/Ergotherapie</li></ul>

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig



## Sterben und Tod

Die aktive Phase im Leben zu gestalten, fällt uns meist nicht allzu schwer. Mit den nachfolgenden Angeboten zeigt Ihnen die Broschüre mögliche Wege auf, wie Sie sich auf die darauf folgende Zeit vorbereiten können. Lassen Sie sich ermutigen, den aufkommenden Fragen Raum zu geben.

Wenn die Kräfte nachlassen, brauchen Betroffene sowie Angehörige neben medizinischer und/oder pflegerischer Betreuung oft auch eine besondere Zuwendung und Begleitung. Auch wer mit dem Tod einer ihm nahestehenden Person konfrontiert wird, erhält bei den aufgeführten Anlaufstellen Unterstützung, dies sowohl für organisatorische Aufgaben als auch beim Abschiednehmen.



## Sterben und Tod

Nachlass/Testament	66
Seelsorge	66–67
Sterbende begleiten und betreuen	67
Todesfall	68–69
Vorsorgeverfügung/-regelung	69–70

## Nachlass/Testament

Siehe auch

- Rechtsauskunft/-beratung Seite 14
- Telefonverzeichnis  
Anwalts-/Notariats-/Treuhandbüro

### Bezirksgericht Aarau

Testamentswesen

Kasinostrasse 5  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 836 56 36  
Fax 062 836 56 88  
[www.ag.ch/bezirksgerichte](http://www.ag.ch/bezirksgerichte)

- Hinterlegung  
Letztwillige Verfügung,  
Ehe- und Erbvertrag,  
Testament
- Testamentseröffnung
- Erbescheinigung
- Keine Rechtsauskünfte

### Pro Senectute

Beratungsstelle  
Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch)  
[www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

- Informationen zu  
Ehe- und Erbvertrag,  
Testament

## Seelsorge

Pfarramt

### Katholische Pfarrei Peter und Paul



Laurenzenvorstadt 80  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 832 42 00  
Fax 062 832 42 10  
[peterundpaul@kath-aarau.ch](mailto:peterundpaul@kath-aarau.ch)  
[www.kath-aarau.ch](http://www.kath-aarau.ch)

- Seelsorgerliche Begleitung
- Trauerfeier
- Trauerbegleitung
- Pikettdienst in dringenden Fällen

Pfarramt

### Katholische Pfarrei St. Johannes Buchs-Rohr

Bühlstrasse 8  
5033 Buchs  
Tel. 062 824 32 53  
Fax 062 823 05 53  
[kath.pfarramt.buchs@bluewin.ch](mailto:kath.pfarramt.buchs@bluewin.ch)  
[www.kath-aarau.ch/buchs](http://www.kath-aarau.ch/buchs)

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr/Buchs
- Seelsorgerliche Begleitung
  - Trauerfeier
  - Trauerbegleitung
  - Pikettdienst in dringenden Fällen

Pfarramt

### Reformierte Kirchgemeinde Aarau

Sekretariat



Jurastrasse 13  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 70 86  
[sekretariat@ref-aarau.ch](mailto:sekretariat@ref-aarau.ch)  
[www.ref-aarau.ch](http://www.ref-aarau.ch)

- Seelsorgerliche Begleitung
- Trauerfeier
- Trauerbegleitung
- Pikettdienst in dringenden Fällen

Pikett

Tel. 079 414 60 14



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Seelsorge

Pfarramt <b>Reformierte Kirchgemeinde Buchs-Rohr</b> Pfarramt Rohr	Kirchweg 5 5032 Aarau Rohr Tel. 062 822 64 44 buchs.rohr@ag.ref.ch www.ref.ch/buchs-rohr	Für Einwohner/-innen Aarau Rohr <input type="radio"/> Seelsorgerliche Begleitung <input type="radio"/> Trauerfeier <input type="radio"/> Trauerbegleitung
--	--	--

<b>Tel 143</b> <b>Die Dargebotene Hand</b> Geschäftsstelle Aargau/Solothurn-Ost	Postfach 2645 5001 Aarau Tel. 062 824 84 44 aarau@143.ch www.aarau.143.ch	Beratung für Menschen in Krisen und schwierigen Lebenssituationen <input type="radio"/> Für alle Altersgruppen <input type="radio"/> Anonym <input type="radio"/> 24 Stunden/365 Tage erreichbar
--	---	--

Telefonische Beratung Online Beratung	Tel. 143 www.143.ch
--	------------------------

## Sterbende begleiten und betreuen

Siehe auch Spitex Seiten 61–62

<b>Aargauer Hospiz-Verein zur Begleitung Schwerkranker</b>	Fröhlichstrasse 7 5200 Brugg Tel. 056 462 68 62 Fax 056 462 68 66 info@hospiz-aargau.ch www.hospiz-aargau.ch	Betreuung sowie Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen <input type="radio"/> Zuhause/Spital/Heim <input type="radio"/> Individuelle Einsatzzeiten während 24 Stunden
--	---	---

Einsatzzentrale	Tel. 079 320 99 15
-----------------	--------------------

Hospiz Aargau	Tel. 056 462 68 60 hospiz@hospiz-aargau.ch	Für Menschen in der letzten Lebensphase, deren Betreuung zuhause nicht möglich ist <input checked="" type="radio"/> Medizinische, pflegerische sowie psychische, soziale und spirituelle Begleitung
---------------	---	--

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Todesfall

Siehe auch  
Seelsorge Seiten 66–67

### STADT AARAU Bestattungsamt

Laurenzenvorstadt 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 77  
Fax 062 836 06 54  
zivilstandsamt@aarau.ch  
www.aarau.ch

Pikett  
Sa/So/allg. Feiertage  
09.00 bis 11.00 Uhr

Tel. 062 824 74 64

- Informationen zu Todesfall/Bestattung
- Hinterlegung Bestattungswünsche für Alleinstehende
- Meldung Todesfall und Organisation Bestattung

### STADT AARAU Bestattungsamt Zweigstelle Rohr

Hauptstrasse 60  
5032 Aarau Rohr  
Tel. 062 836 05 72  
zivilstandsamt@aarau.ch  
www.aarau.ch

Pikett  
Sa/So/allg. Feiertage  
09.00 bis 11.00 Uhr

Tel. 062 824 74 64

- Für Einwohner/-innen Aarau Rohr
- Meldung Todesfall und Organisation Bestattung

### STADT AARAU Friedhof und Krematorium

Rosengartenweg 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 48  
Fax 062 836 06 73  
friedhof@aarau.ch  
www.aarau.ch

- Besichtigung und Informationen zu Grabarten, zum Unterhalt Grabstelle, zum Grabstein

### STADT AARAU Stadtkanzlei Inventuramt



Rathausgasse 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 07  
Fax 062 836 06 30  
inventuramt@aarau.ch  
www.aarau.ch

- Steuerinventare im Todesfall
- Informationen Erbschafts-/Schenkungssteuer

### Allgemeines Bestattungsinstitut Baumann AG

Buchserstrasse 34  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 22 00  
Fax 062 822 11 00  
info@bestattungsinstitutaarau.ch  
www.bestattungsinstitutaarau.ch

- Verfügungen im Todesfall
- Trauerdrucksachen
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

## Todesfall

### Bestattungsinstitut Caminada AG Aarau und Umgebung

Florastrasse 10  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 25 84  
www.caminada-aarau.ch

- Beratung zu Todesfall/Bestattung
- Trauerdrucksachen
- Bestatter mit eidg. Fachausweis BBT
- 24 Stunden/365 Tage erreichbar

### FriedWald Baumbestattung Zweigbüro Aarau

Herr Ernst Brunschweiler  
Äussere Mattenstrasse 16  
5036 Oberentfelden  
Tel. 062 822 44 48  
Fax 062 822 44 67  
aarau@friedwald.ch  
www.friedwald.ch

- Beratung bei Todesfall
- Beratung beim Kauf des Baumes
- Verschiedene Standorte in der ganzen Schweiz

## Vorsorgeverfügung/-regelung

Siehe auch  
Rechtsauskunft/-beratung Seite 14

### STADT AARAU Bestattungsamt

Laurenzenvorstadt 1  
5000 Aarau  
Tel. 062 836 05 77  
Fax 062 836 06 54  
zivilstandsamt@aarau.ch  
www.aarau.ch

- Informationen zu Todesfall/Bestattung
- Hinterlegung Bestattungswünsche für Alleinstehende

### Allgemeines Bestattungsinstitut Baumann AG

Buchserstrasse 34  
5000 Aarau  
Tel. 062 822 22 00  
Fax 062 822 11 00  
info@bestattungsinstitutaarau.ch  
www.bestattungsinstitutaarau.ch

- Verfügungen im Todesfall

### Bestattungsinstitut Caminada AG Aarau und Umgebung

Florastrasse 10  
5000 Aarau  
Tel. 062 824 25 84  
www.caminada-aarau.ch

- Beratung zu Todesfall/Bestattung
- Verfügungen im Todesfall
- Bestatter mit eidg. Fachausweis BBT

### Caritas Aargau Diakonie und Freiwilligenarbeit

Laurenzenvorstadt 80  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 07 23  
box@caritas-aargau.ch  
www.caritas-aargau.ch

- Patientenverfügung
- Informationen und Unterstützung beim Erstellen
- Verkauf der Patientenverfügung Caritas Schweiz

- gratis
- teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

## Vorsorgeverfügung/-regelung

### Patientenstelle Aargau/Solothurn

Bachstrasse 15  
Postfach 3534  
5001 Aarau  
Tel. 062 835 29 50  
patientenstelle.ag@skmail.ch  
www.patientenstelle-aargau-  
solothurn.ch

Patientenverfügung  
 Informationen  
 Beratung  
 Verkauf inkl. Zusatzkarte in  
Kreditkartengrösse

### Pro Senectute Beratungsstelle Bezirk Aarau

Bachstrasse 111  
Postfach  
5001 Aarau  
Tel. 062 837 50 40  
Fax 062 837 50 71  
info@ag.pro-senectute.ch  
www.ag.pro-senectute.ch

Beratung; Erstellung von  
Patientenverfügungen  
 Informationen zu  
letztwilligen Verfügungen

### Schweizerisches Rotes Kreuz Aargau Geschäftsstelle

Buchserstrasse 24  
5000 Aarau  
Tel. 062 835 70 40  
Fax 062 835 70 49  
geschaeftsstelle@srk-aargau.ch  
www.srk-aargau.ch

Patientenverfügung  
 Beratung; Erstellung,  
Hinterlegung und Aktualisierung  
von individuellen  
Patientenverfügungen mit  
Trägerausweis



Angebote nur für Einwohner/-innen Stadt Aarau

- gratis
- ◐ teilweise kostenpflichtig
- kostenpflichtig

# Wichtige Telefonnummern

## Medizinische Notfallsituationen

Sanitätsnotruf (Einsatz von Rettungswagen in Notfällen) **144**

---

Kantonsspital Aarau AG/Interdisziplinäres Notfallzentrum  
Tellstrasse  
5001 Aarau **062 838 41 41**

---

Hirslanden Klinik Aarau/Notfallstation  
Schänisweg  
5001 Aarau **062 836 76 76**

---

Ärztlicher Notfalldienst (wenn Hausarzt nicht erreichbar)  
Direkte Verbindung mit dem diensthabenden Arzt **0900 114 114**

---

Zahnärztlicher Notfalldienst (wenn Hauszahnarzt nicht erreichbar)  
Offizieller Notfalldienst der Zahnärztesgesellschaft des  
Kantons Aargau an Wochenenden und Feiertagen **0848 261 261**

---

Dienstapotheke **0800 300 001**

---

Vergiftungen **145**

---

## Polizei

Polizei-Notruf **117**

---

Stadtpolizei  
Bahnhofstrasse 67  
Postfach 4019  
5001 Aarau **062 836 06 00**

---

Feuerwehr **118**

---

## Elektrizität, Gas und Wasser

IBAAarau Strom AG  
Obere Vorstadt 37  
Postfach  
5001 Aarau **062 835 00 20**

---