

Wegweiser für Seniorinnen, Senioren und Angehörige



Gemeinde Ingenbohl
6440 Brunnen

Inhalt

3 Editorial

4 Persönliche Angaben

7 Notrufnummern

- 7 Notruffeinrichtungen
- 7 Unfall- / Notfallmeldung:
Anleitung

8 Beratung

- 9 Soziale Fragen / Finanzen /
Recht
- 12 Beistand, Seelsorge
- 13 Todesfall, Patientenverfügung

16 Freizeit und Bildung

- 17 Sport
- 20 Freizeitgestaltung,
Begegnungsstätten
- 23 Bildung, Kurse

24 Gesundheit

- 25 Gesundheitsberatung
- 29 Standort öffentlicher
«automatischer externer
Defibrillator (AED)»
- 29 Krankenmobilen

30 Wohnen zu Hause

- 31 Hilfe, Pflege, Entlastung,
Betreuung, Besuchsdienst
- 33 Rotkreuz Notrufsystem
- 34 Reinigungsdienste,
Hauswartung
- 34 Hilfeleistungen
- 35 Mahlzeitendienste, Mittagstisch
- 35 Hauslieferdienste
- 37 Fahr- und Transportdienste
- 37 Ferien und Kuren
in der Umgebung
- 39 Fragen zu Miete
und Hauseigentum

40 Wohnen im Heim

- 41 Alters- und Pflegeheime
- 42 Umzug ins Heim

Editorial

Liebe Bürgerinnen und Bürger
von Ingenbohl-Brunnen

2012 hat die Kommission für Altersfragen ihre Arbeit aufgenommen, um das Altersleitbild der Gemeinde Ingenbohl umzusetzen. Beim Auswerten der notwendigen Massnahmen wurde immer deutlicher, dass es in Ingenbohl-Brunnen und Umgebung wohl viele Angebote für Seniorinnen und Senioren gibt, jedoch sind diese oftmals nicht hinreichend bekannt. Dies gilt sowohl für Angebote zur Gestaltung der Freizeit als auch für Hilfsangebote der unterschiedlichsten Einrichtungen und Organisationen für bestimmte Lebenslagen.

Der neue Wegweiser versucht diese Informationslücke zu schliessen und soll auch in Zukunft kontinuierlich erweitert und aktualisiert werden. Sie finden hier Kontaktadressen für die Freizeitgestaltung, für Rat und Hilfe bei Problemen, für Fragen zu Themen wie Gesundheit, Pflege, Betreuung und andere für Sie wichtige Lebensbereiche.

Die in dieser Broschüre aufgeführten Adressen können leider nie ganz aktuell sein. Telefonnummern, Adressen, zuständige Personen oder Bezeichnungen von Organisationen und Fachstel-

len ändern sich schnell. Zudem ist es fast nicht möglich, alle Angebote zu erfassen. Gerne nimmt die Gemeinde Ingenbohl Hinweise und Anregungen für die nächste Ausgabe entgegen (per E-Mail: altersfragen@brunnen.ch).

Wir hoffen, dass dieser Wegweiser Ihnen eine nützliche Hilfe bei der Bewältigung des Alltags sein wird.

— Karin Freitag-Masa, Gemeinderätin

Persönliche Angaben

Ärztliche Anlaufstellen

Mein Hausarzt

Name

Telefon

Sprechstunden

Meine weiteren Ärzte (z. B. Augenarzt, Orthopädie u. a.)

Name

Telefon

Sprechstunden

Ärztliche Anlaufstellen

Ich habe eine Patientenverfügung erstellt: Ja Nein

Diese befindet sich

Angehörige

Meine nächsten Angehörigen sind

Auto

Autokennzeichen

Versicherung, Policen-Nr.

Krankenkasse / AHV

Meine Krankenkasse

Mitglieder-Nr.

Meine AHV-Nummer

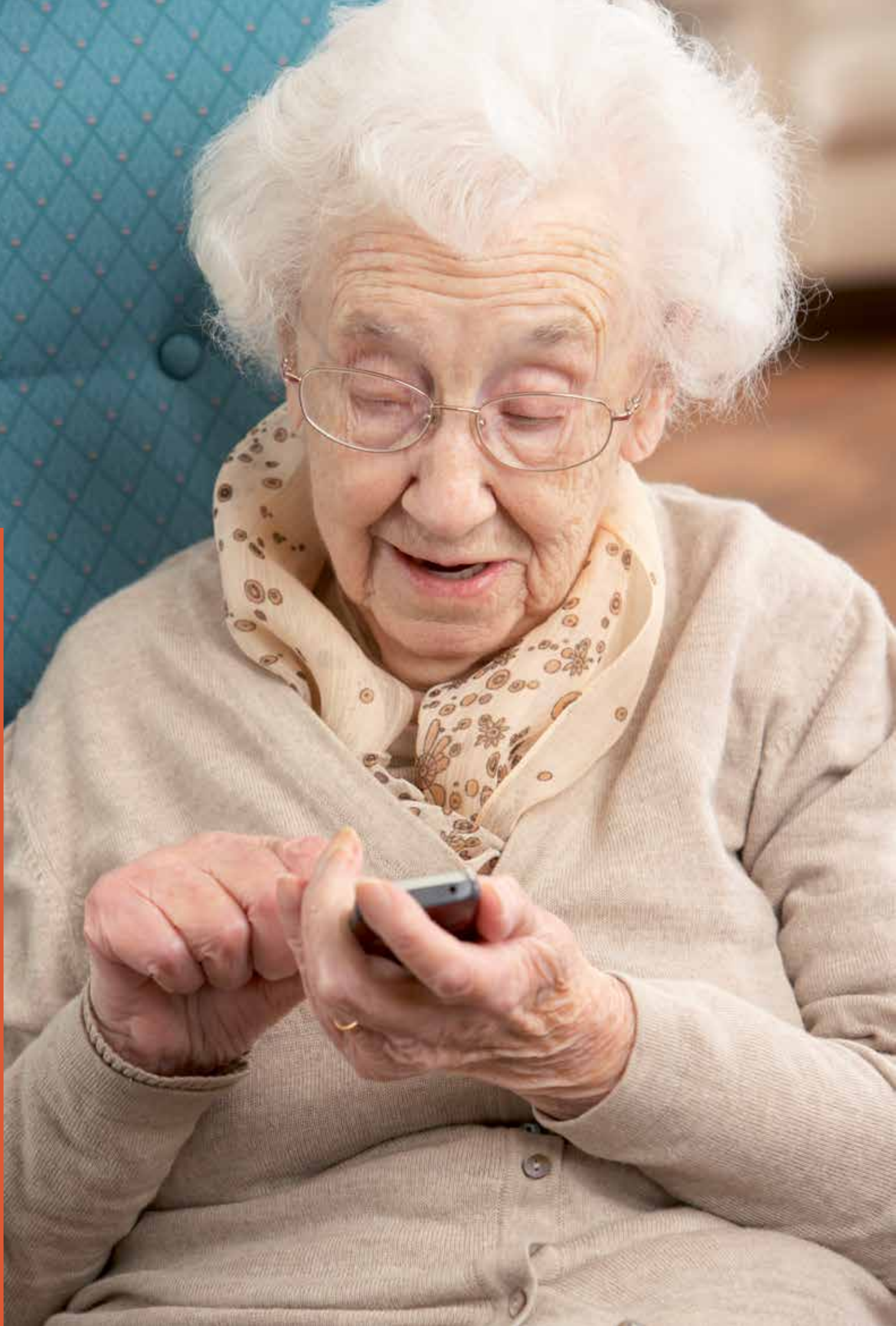
Bankdaten

Meine Hausbank

Telefon

Ansprechpartner

Persönliche Notizen



Notruf- nummern

Bitte nehmen Sie die Notrufnummern nur in dringenden Fällen in Anspruch.

Notrufeinrichtungen

Polizei

☎ 117

Sanität / Ambulanz

☎ 144

Feuerwehr

☎ 118

Vergiftungen

☎ 145

Spital Schwyz

☎ 041 818 41 11

Ärztlicher Notfalldienst

☎ 0840 31 31 31

Die Dargebotene Hand – Sorgentelefon

☎ 143

Störungsdienst Wasser, 24-h-Pikettdienst Wiget AG

☎ 079 641 49 45

Störungsdienst Strom, 24-h-Pikettdienst EWS

☎ 0800 335 335

Unfall- / Notfallmeldung: Anleitung

Bleiben Sie ruhig und warten Sie, bis das Gespräch am Schluss von der Gegenseite beendet wird.

Machen Sie folgende Angaben:

- Ihren Vor- und Nachnamen,
Ihre Telefonnummer
- Wohin soll die Hilfe kommen?
Strasse, Hausnummer, Etage, Ort
- Was ist passiert?
Wann ist es passiert?
- Wie viele Personen sind verletzt
resp. erkrankt?
- Sind Personen eingeklemmt?
- Wer soll helfen?
118 – Feuerwehr:
Feuer, Notlage, Unfall
144 – Sanität / Ambulanz:
Verletzung, Erkrankung,
Notarzt
117 – Polizei:
Einbruch, Überfall, Unfall

Lassen Sie sich beraten,
es gibt oft unerwartete Lösungen.

Beratung



Hier finden Sie die Kontaktadressen von öffentlichen Ämtern und Organisationen, die Ihnen gerne Gehör schenken und weiterhelfen.

Soziale Fragen / Finanzen / Recht

**Pro Senectute,
Beratungsstelle Innerschwyz**
Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen
☎ 041 825 13 83
www.sz.prosenectute.ch
beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Termine nach tel. Vereinbarung
oder mit Formular auf der Homepage

Umfassende Beratung und Unterstützung in allen Fragen gemäss Leistungsvereinbarung mit der Gemeinde Ingenbohl. Förderung von Selbstständigkeit und Lebensqualität im Alter. Anlaufstelle bei persönlichen und familiären Problemen, rechtlichen und finanziellen Fragen. Insbesondere Sozialversicherungen, Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigungen, Budgets, Pflegeverträge, Heimeintritte sowie Entlastungen von Angehörigen.

**AHV-Zweigstelle
der Gemeinde Ingenbohl**
Parkstrasse 1, 6440 Brunnen
☎ 041 825 05 17
www.brunnen.ch
guido.camenzind@brunnen.ch

Mo bis Do 08.00 – 11.45 Uhr
und 13.30 – 17.00 Uhr,
Fr 08.00 – 11.45 Uhr
und 13.30 – 16.00 Uhr

Die AHV-Zweigstelle ist die Schnittstelle zwischen dem Bürger und der Ausgleichskasse des Kantons Schwyz. Die Hauptaufgaben:

- das Erteilen von Auskünften
 - das Abgeben und Weiterleiten von Formularen
 - das Mitwirken bei der Erfassung der Beitragspflichtigen
 - das Erledigen von durch die Ausgleichskasse/IV-Stelle übertragener Aufgaben
 - AHV-Beiträge
 - Altersrenten
 - Invalidenrenten
 - Hinterlassenenrenten (Witwen-, Witwer- und Waisenrenten)
 - Hilflosenentschädigung
 - Ergänzungsleistungen zur AHV- oder IV-Rente
 - Assistenzbeitrag für Behinderte
-

**Kindes- und Erwachsenenschutz-
behörde (KESB) Innerschwyz
(ehem. Amtsvormundschaft)**

Domiziladresse:

Industriestrasse 7, 6440 Brunnen

Postadresse:

Postfach 1240, 6431 Schwyz

☎ 041 819 14 95

www.sz.ch/kes

kesi@sz.ch

Das geltende Vormundschaftsrecht wurde per 1.1.2013 vom revidierten Kindes- und Erwachsenenschutzrecht abgelöst. Somit gibt es per 1.1.2013 zwei Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden und fünf Amtsbeistandschaften. Diese sind den beiden Ämtern für Kindes- und Erwachsenenschutz beim Departement des Innern zugeordnet.

Der Erwachsenenschutz befasst sich mit folgenden Aufgaben:

- Vorsorgeauftrag
 - Patientenverfügungen
 - Vertretung durch Ehegatten oder eingetragene Partnerin oder eingetragenen Partner
 - Bewegungseinschränkende Massnahmen
 - Fürsorgerische Unterbringung
 - Beistandschaften
-

**Sozialberatung
der Gemeinde Ingenbohl**

Parkstrasse 1, 6440 Brunnen

☎ 041 825 05 35

www.brunnen.ch

soziales@brunnen.ch

Termine nach Vereinbarung

Für Beratung von Personen im AHV-Alter ist die Pro Senectute gemäss Leistungsvereinbarung mit der Gemeinde Ingenbohl zuständig. Die Sozialberatung der Gemeinde Ingenbohl leistet persönliche und wirtschaftliche Sozialhilfe im Rahmen des kantonalen Sozialhilfegesetzes und erledigt Aufträge der Fürsorgebehörde. Sie bietet Beratung an für Einzelpersonen und Ehepaare in persönlichen – familiären –, sozialen und finanziellen Notlagen. Die Beratungen sind vertraulich und kostenlos.

- persönliche Schwierigkeiten und Krisen
 - Beziehungsprobleme
 - Trennungs- und Scheidungsfragen
 - Erziehungsprobleme
 - körperliche, psychische und sexuelle Gewalt
 - krankheitsbedingte Probleme
 - Schwierigkeiten am Arbeitsplatz oder mit der Wohnsituation
 - rechtliche Fragen (z. B. Sozialversicherungen)
 - Suche nach Spezialhilfen
 - finanzielle Engpässe und Schulden
-

Unentgeltliche Rechtsauskünfte
Anwaltsverband Kanton Schwyz
www.avsz.ch

Der Anwaltsverband bietet eine unentgeltliche Erst- oder Kurzberatung bei Rechtsfragen an. Umfangreiche Abklärungen werden kostenpflichtig und an andere Stellen weitergewiesen. Auf der Homepage ist eine Liste der Anwälte veröffentlicht, welche diese Dienstleistung anbieten.

**Notariat Grundbuchamt
Konkursamt Schwyz**
Strehlgasse 11, 6431 Schwyz
☎ 041 818 00 20
www.notariat-schwyz.ch
info@notariat-schwyz.ch

Beratung, Vorbereitung und Beurkundung aller Verträge über Grundstücke, Beratung, Vorbereitung und Beurkundung erbrechtlicher Geschäfte wie Testamente und Erbverträge, Erbteilungen, Willensvollstreckungen auf Anfrage, Beratung in güterrechtlichen Fragen, Vorbereitung und Beurkundung von Eheverträgen, Errichtungen von Stiftungen, Bürgschaften, Beglaubigungen, Grundbucheinträge und Grundbuchauszüge, Konkursverfahren.

Schuldenberatung Schwyz
Hans Kälin
Euthalerstrasse 22, 8844 Euthal
☎ 055 412 38 38
info@sbs-kaelin.ch
www.schuldenberatung-sz.ch

Beratung in Schuldenangelegenheiten, Finanzanalysen, Entwicklung von Sanierungskonzepten, Übernahme von Beratungs- und Sanierungsmandaten, Ratenzahlungs- und Nachlassverhandlungen mit Gläubigern, Inkasso und Exkasso von Zahlungen an die Gläubiger, Beratung in gütlichen und rechtlichen Inkasso, Informations- und Weiterbildungskurse.

Budgetberatung Kanton Schwyz
Elisabeth Suter
Gotthardstrasse 30, 6410 Goldau
☎ 041 811 29 15
www.budgetberatung-schwyz.ch

Beratungsstelle für persönliche Budgetplanung oder für Informationen zu Budgetthemen.

**Pensionierung (Vorbereitungskurse)
Pro Senectute,
Beratungsstelle Innerschwyz**
Bahnhofstrasse 29, PF 453, 6440 Brunnen
☎ 041 825 13 83
www.sz.prosenectute.ch
beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Schalteröffnung: Mo bis Do
08.00 – 11.30 Uhr, Fr geschlossen
Telefonisch: Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Bietet Kurse zur Vorbereitung auf die Zeit nach der Berufstätigkeit an. Daten für die nächsten Kurse bitte anfragen.

Beistand, Seelsorge

Röm.-Kath. Pfarramt Ingenbohl-Brunnen

Klosterstrasse 6, 6440 Brunnen
☎ 041 820 18 63
www.pfarrei-ingenbohl.ch
kontakt@pfarrei-ingenbohl.ch

Öffnungszeiten Sekretariat:
Mo, Di, Do und Fr 08.00 – 11.00 Uhr

Altersseelsorge und Besuchsdienst:
Wer aus Alters- oder Krankheitsgründen einen Hausbesuch wünscht, wende sich bitte ans Pfarramt.

Evang.-ref. Pfarramt Ingenbohl-Brunnen

Kontakt: Herr Hartmut Schüssler
Alte Kantonsstrasse 8, 6440 Brunnen
☎ 041 820 18 86
www.ref-brunnen-schwyz.ch
pfarramt@ref-brunnen-schwyz.ch

Altersseelsorge und Besuchsdienst

Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden:

Maria Micheletto
Rickenbachstrasse 111,
6432 Rickenbach
☎ 041 811 60 52

Maya Bolfig
Letzi, Spielhöfli
6432 Rickenbach
☎ 041 811 29 35

Elsa Tschümperlin
Theodosiusweg 7
6430 Schwyz
☎ 041 811 35 46

KIRSO – Kirchliche Sozialberatung Innerschwyz

Bahnhof SBB, 6410 Goldau
☎ 041 855 42 90
www.kirso.ch
info@kirso.ch

Termine nach Vereinbarung

Die Fachstelle der kirchlichen Sozialberatung Innerschwyz, KIRSO, ist eine niederschwellige Anlauf- und Beratungsstelle für die Pfarreien des Dekanats Innerschwyz sowie für Menschen in schwierigen Lebenssituationen, unabhängig von ihrer Konfession, ihrer politischen Gesinnung und ihrer Nationalität. Die KIRSO steht für eine Erstberatung zur Verfügung bei:

- persönlichen Problemen
- familiären Problemen
- Trennung / Scheidung
- seelischen Nöten
- finanziellen Problemen
- Suchtproblemen
- Problemen am Arbeitsplatz
- Neuorientierung

Die KIRSO ist an die Schweigepflicht gebunden. Beratungen sind kostenlos.

Die Dargebotene Hand – Sorgentelefon 143

Telefonhilfe, Krisentelefon,
Telefonberatung, Nottelefon
☎ 143
www.143.ch

Telefonseelsorge – bei grossen und kleineren Sorgen, Krisen, Angst, Depressionen

Todesfall, Patientenverfügung

Leitfaden für Angehörige im Todesfall

Wenn der Todesfall zu Hause erfolgt, so ist unverzüglich ein Arzt zu benachrichtigen. Er stellt die Todesbescheinigung zuhanden des Zivilstandsamtes aus.

Bestattungsart festlegen: Erdbestattung oder Kremation. Wurde eine letztwillige Verfügung hinterlassen, so ist dort möglicherweise ein Hinweis auf die gewünschte Bestattungsart zu finden. Einer der nächsten Angehörigen oder Verwandten meldet den Todesfall persönlich beim Zivilstandsamt bzw. auf dem Bestattungsamt auf der Gemeindeganzlei.

Bei der Meldung sind die ärztliche Todesbescheinigung, der Niederlassungs- oder Aufenthaltsausweis, das Familienbüchlein (für Verheiratete) oder die Geburtsurkunde (bei Ledigen) vorzuweisen.

Einwohneramt der Gemeinde Ingenbohl

Parkstrasse 1, 6440 Brunnen
☎ 041 825 05 14/15
www.brunnen.ch
einwohnerkontrolle@brunnen.ch

Friedhofverwaltung der Gemeinde Ingenbohl

Kontakt: Aldo Moschetti
Parkstrasse 1, 6440 Brunnen
☎ 041 825 05 05/07
www.brunnen.ch
aldo.moschetti@brunnen.ch

Bestattungsdienste

Betschart und Eichhorn GmbH

Hans und Trix Betschart-Eichhorn
Postfach 13, 6440 Brunnen

☎ 041 820 00 20

www.bestattungsdienst-betschart.ch
info@bestattungsdienst-betschart.ch

Seit 30 Jahren umfassende und fachmännische Beratung und Dienstleistungen rund um die Uhr bei Todesfällen.

Dienstleistungen:

- Vorsorgegespräch zu Lebzeiten (Eigene Wünsche sichern)
- Organisation einer Erdbestattung oder Kremation
- Auswahl von Särgen für Erdbestattung oder Kremation
- Ankleiden, Einbetten und Aufbahnen des Verstorbenen
- Auswahl von Urnen aus verschiedenen Materialien
- Zeitplan erstellen von der Einsargung bis zur Beisetzung
- Blumenschmuck organisieren (Sargbouquet, Urnenschmuck etc.)
- Überführungen im In- und ins Ausland
- Erledigung der amtlichen Formalitäten
- Mithilfe beim Aufsetzen der Todesanzeige

Blaser Erwin,
Bestatter mit eidg. Fachausweis
Gotthardstrasse 10, 6438 Ibach
☎ 041 811 47 47
www.bestattungen-blaser.ch
blaser.erwin@bluewin.ch

Steht im Todesfall den Angehörigen Tag und Nacht, 365 Tage im Jahr bei. Familiär geführter Bestattungsdienst in der dritten Generation.

Dienstleistungen:

- Persönliche und umfassende Beratung zu Hause, im Spital, im Heim oder bei uns
- Erledigung aller amtlichen Formalitäten und notwendigen Behörden-gänge
- Kontaktaufnahme mit dem Pfarrer oder einem freien Redner
- Abstimmung aller Termine
- Einkleiden, Einbetten und eine würdige Aufbahrung des Verstorbenen
- Auswahl von Särgen und Grabkreuzen für die Erdbestattung und die Kremation
- Urnen aus Holz, Ton, Keramik, Kupfer oder Marmor
- Organisation des Blumenschmuckes wie Sargbouquet, Urnenkränzli, Kranz etc.
- Gestaltung und Veröffentlichung der Todesanzeige und der Trauerdrucksachen
- Überführungen im In- und Ausland
- Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten und/oder Verfügung im Todesfall

Bestattungsdienst Kennel GmbH
Zugerstrasse 17, 6415 Arth
☎ 041 855 60 20
www.bestattungsdienst-kenel.ch
info@bestattungsdienst-kenel.ch

Familienbetrieb in der vierten Generation. Beratungs- und Trauergespräche finden bei uns im Besprechungsraum oder bei den Angehörigen zu Hause statt. Wir arbeiten diskret und pietätvoll. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Unser Bestattungsunternehmen ist jederzeit erreichbar.

Wir erledigen gerne für Sie die nötigen weiteren Schritte:

Bestattungsart (Erdbestattung oder Kremation). Einsargen und Überführen der Leiche in die Leichenhalle oder Krematorium. Für den Blumenschmuck unterbreiten wir Ihnen gerne Vorschläge und setzen diese auch um. Unsere Dienstleistung setzen wir gerne ein, um den Verstorbenen und den Hinterbliebenen ein ehrenvolles Ab-danken zu verwirklichen.

Pfarrämter

Alle Telefonnummern finden Sie auf Seite 12.

Patientenverfügung

Pro Senectute,

Beratungsstelle Innerschwyz

Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen

☎ 041 825 13 83

www.sz.prosenectute.ch

beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Bei Pro Senectute kann für CHF 19.– ein umfangreiches Dossier zum Thema Tod / Patientenverfügung angefordert werden. Die Dokumentation soll Ihnen, unter Berücksichtigung allfälliger Wünsche und Anweisungen des Verstorbenen, eine Stütze für die notwendigen Handlungen sein. Wir empfehlen, sich rechtzeitig Gedanken über das eigene Ableben zu machen und die Angelegenheiten rund um Sterben und Tod vorausschauend zu regeln.

Caritas Schweiz

Begleitung in der letzten Lebensphase
Adligenswilerstrasse 15, Postfach,
6002 Luzern

☎ 041 419 22 74

www.caritas.ch

mail@caritas-luzern.ch

Die Patientenverfügung der Caritas richtet sich an alle, die sich aktiv mit Fragen um Krankheit, Sterben und Tod auseinandersetzen. Sie ermöglicht es, dazu persönliche Wünsche zuhanden von Angehörigen, Ärzten und Pflegenden rechtzeitig festzuhalten.

Die Patientenverfügung der Caritas Schweiz ist mit einer persönlichen Ausweiskarte fürs Portemonnaie in Deutsch, Französisch und Italienisch erhältlich.

Freizeit und Bildung

«Die besten Dinge im Leben sind nicht die, die man für Geld bekommt.»

Albert Einstein



Bleiben Sie körperlich und geistig aktiv. Das fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Sport

**Pro Senectute,
Beratungsstelle Innerschwyz**
Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen
☎ 041 825 13 83
www.sz.prosenectute.ch
beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Allgemeine Informationen sowie Prospekte aller Sportangebote können hier angefordert werden. Das halbjährliche Kursprogramm ist unter der Rubrik «PS Sport» ersichtlich und kann dort ausgedruckt werden.

Hallenbad der Gemeinde Ingenbohl
Föhnhafen 6, 6440 Brunnen
☎ 041 820 18 87

Öffnungszeiten:
Mo bis Fr 11.30 – 21.30 Uhr
Samstag 10.00 – 18.00 Uhr
Sonntag 09.00 – 18.00 Uhr

**Aqua-Fitness für Seniorinnen
und Senioren im Hallenbad Brunnen**
Frau Maria Stucki Tresch
Leonhardstrasse 26, 6472 Erstfeld
☎ 041 880 18 82

Kurse jeweils am Montag und
Donnerstag

—

Aqua-Fit im Hallenbad Brunnen
Frau Tina Weber
Postfach 653, 6440 Brunnen
☎ 041 822 08 80
aqua-fit@widevision.ch

Kurse jeweils am Dienstag,
Donnerstag, Freitag und Samstag

—

**Fitnesspark Swiss Holiday Park
Morschach**
Dorfstrasse 10, 6443 Morschach
☎ 041 825 54 50
www.swissholidaypark.ch

Wellness-Oase, Bäder- und Sauna-
landschaft, Römisch-Irische-Thermen,
Massagen, Kosmetik

—

Fitness-Center

Mythen Training

Schwyzerstrasse 30, 6440 Brunnen

☎ 041 820 51 61

www.mythen-training.ch

Gesundheitsorientiertes Krafttraining

One Trainings Center

Strehlgasse 15, 6430 Schwyz

☎ 041 818 70 27

www.one-training.ch

Muskeltraining, Krafttraining,
Herz-Kreislauf, Power Plate

Wandern

Pro Senectute, Beratungsstelle Innerschwyz

Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen

☎ 041 825 13 83

www.sz.prosenectute.ch

beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Wandergruppen und Nordic Walking
für Seniorinnen und Senioren

Skiclub Brunnen

Postfach 619, 6440 Brunnen

☎ 041 820 65 24 (Frau Cuba)

www.sclubrunnen.ch

6440scb@gmail.com

Freizeitverein, der allen Altersgruppen die Schönheit der Bergwelt näherbringt. Die Dienstagswanderungen werden jeweils im Boten der Urschweiz angekündigt.

Turnen / Gymnastik

Seniorenturnen Ingenbohl-Brunnen

Ort: Sporthalle – Halle 2 + 3

Leiter: Kurt Zimmermann

☎ 041 820 27 06

www.seniorenturner.ch

Jeweils am Mittwoch 14.00 – 15.30 Uhr

Seniorinnen-Turnen Pro Senectute

Ort: Sporthalle – Halle 1

Kontakt: Frau Suter Frieda

☎ 041 820 21 42

friedasuter@gmx.ch

oder Frau Ruth Feller

☎ 041 820 36 77

Jeweils am Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr

Velofahren

Senioren-Radlergruppe Kanton Schwyz

Auskunft und Anmeldung über

Anny Steiner, Oberarth

☎ 041 855 14 53

Die Senioren-Radlergruppe führt regelmässig abwechslungsreiche Velotouren durch. Eine Teilnahme ist jederzeit möglich.

Schneesport

Skiclub Brunnen

Postfach 619, 6440 Brunnen
☎ 041 820 65 24 (Frau Cuba)
www.scbrunnen.ch

Freizeitverein, der allen Altersgruppen die Schönheit der Bergwelt näherbringt. Die Touren werden jeweils im Boten der Urschweiz angekündigt. Im Herbst/Winter jeden Donnerstag Skiturnen für jedermann in der alten Turnhalle.

Singen

Seniorenchor Innerschwyz

(Co-Präs. Peter und Marlis Räch)
Probe im ref. Kirchgemeindehaus
Alte Kantonsstrasse 8a, 6440 Brunnen
☎ 041 820 20 44
pum_räch@bluewin.ch

Probe jeweils am Freitag
09.30 – 11.00 Uhr

Männerchor Brunnen

Hans Dettling
Hertistrasse 26, 6440 Brunnen
☎ 079 573 73 71
www.maennerchor-brunnen.ch
info@dettling-holzbau.ch

Probe jeweils am Mittwoch
20.15 – 22.00 Uhr

Freizeitgestaltung, Begegnungsstätten

**Pro Senectute,
Beratungsstelle Innerschwyz**
Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen
☎ 041 825 13 83
www.sz.prosenectute.ch
beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Angebote im Bereich Freizeitgestaltung, Gemeinwesen. Vermittelt bei folgenden Themen die notwendigen Informationen oder entsprechende Fachpersonen:

Lancierung von Projekten mit und für Seniorinnen und Senioren, Treffen zu Informations- und Erfahrungsaustausch, Fachreferate, Informationsvermittlung für Seniorengruppen und Institutionen.

Evang.-ref. Kirchgemeinde Brunnen-Schwyz

Alte Kantonsstrasse 8a, 6440 Brunnen
☎ 041 820 31 48
www.ref-brunnen-schwyz.ch/seniorensekretariat@ref-brunnen-schwyz.ch

Mo ganzer Tag, Do 08.00 – 11.30 Uhr

Organisieren vielfältige Anlässe für Senioren in der Kirchgemeinde. In der Regel einmal monatlich finden verschiedene Anlässe wie Filmnachmittag, Vorträge, Seniorenferien (zuständig: Herr Samuel Wagner), Seniorenausflüge statt.

Arbeitsnachmittage, für alle, die gerne handarbeiten

ein Angebot des Frauenvereins
Brunnen

Treffpunkt: Ref. Kirchgemeindehaus
Alte Kantonsstrasse 8, Brunnen

Kontakt: Frau Marta Peyer

☎ 041 820 21 01

Jeweils am Donnerstag
14.00 – 17.00 Uhr (ausser Ferienzeit)

Mittwoch-Träff

des Frauenvereins Brunnen

Treffpunkt: Ref. Kirchgemeindehaus
Alte Kantonsstrasse 8, 6440 Brunnen
Kontakt: Frau Maja Wegmann
☎ 041 822 09 70

Jeweils am Mittwoch 14.30 – 17.00 Uhr
(ausser Ferienzeit)

Gruppe «Sonniges Alter»

Kontakt: Frau Mathilde Steiner-Ulrich
☎ 041 820 25 66

Hier treffen sich die älteren röm.-kath. Pfarremitglieder. Monatlich (ohne Juli) gibt es in den Räumen der Theresienkirche einen Kaffeehock, Gelegenheit zu Begegnung und Jassen. Ausserdem gibt es jährlich einen Ausflug zu einem Wallfahrtsort, im Dezember eine Adventsfeier sowie einen Faschnachmittag im Alterswohnheim.

Frauenverein Brunnen

Kontakt: Frau Jeannette Lechman
Schlossermattli 1, 6440 Brunnen
☎ 041 820 39 38
www.frauenverein-brunnen.ch
jeannette.lechmann@frauenverein-brunnen.ch

Jass-, Spielabende und Bastelnachmittage im Alterswohnheim, Besuchsdienst.

Abendcafé in der Cafeteria des Alterswohnheimes Brunnen

Frauenverein Brunnen
Kontakt: Frau Angelika Schibig
☎ 041 810 19 34
www.frauenverein-brunnen.ch

Jeweils am Dienstag
19.00 – 21.30 Uhr

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz

Herrengasse 15, 6430 Schwyz
☎ 041 811 75 74
www.srk-schwyz.ch
info@srk-schwyz.ch

Organisation von IV-Carfahrten

Graue Panther
Schwyz-Zentralschweiz,
Regionalgruppe Innerschwyz
Kontakt: Frau Elisabeth Bleiker
Degenbalmstrasse 16, 6443 Morschach
☎ 041 820 29 30
www.graue-panther-schwyz.ch
kontakt@graue-panther-schwyz.ch

Gemeinnütziger Verein im Dienste der aktiven älteren Generation «Fünfzig Plus». Er beobachtet die Alterspolitik und greift dort ein, wo Handlungsbedarf besteht. Der Verein strebt die Mitwirkung an Vernehmlassungen und Kommissionen in Gemeinde, Bezirk und Kanton an. Schwerpunkt des Vereinsengagements:

- Gesundheitsvorsorge- Krankenkassenprämien und Spitalkosten
- AHV- und Rentenfragen
- Finanzen, Steuern und Wohnen
- Aktive Teilnahme an Wahlen und Abstimmungen
- Erfahrungsaustausch, Planen und Bewältigen des Übergangs von den letzten Jahren im Berufsleben in den Ruhestand und die sinnvolle Gestaltung der Seniorenjahre
- Organisation von Freizeit- und Geselligkeitsveranstaltungen

Ludothek Schwyz FFS
Steistegstrasse 5, 6430 Schwyz
☎ 041 810 05 56
www.ffi-schwyz.ch
ludothek@ffi-schwyz.ch

Mittwoch 13.30 – 15.30 Uhr
Freitag 15.30 – 17.30 Uhr

Diese Einrichtung will das Spielen als Freizeitgestaltung und kulturelle Betätigung fördern. Mit ihrer Sortenvielfalt ermöglicht die Ludothek Kindern, Familien, Gruppen, Vereinen, Jungen und Älteren, für wenig Geld Spiele auszuliehen und dadurch Zusammengehörigkeit und frohe Stunden zu erleben.

Bildung, Kurse

Pro Senectute,

Beratungsstelle Innerschwyz

Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen

☎ 041 825 13 83

www.sz.prosenectute.ch

beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Lesezirkel, Seniorenchor, Organisation von Bildungs-Programmen, Tagungen und Veranstaltungen (Technik, Sprache, Gesundheit, Kreativ, Interessenspflege, Kultur etc.), Vorbereitungskurse für die Pensionierung

Erwachsenenbildung FFS

Laubstrasse 4, 6430 Schwyz

☎ 041 811 67 81

eb@ffs-schwyz.ch

www.ffs-schwyz.ch/eb

Zweimal jährlich erscheinendes Semesterprogramm mit Kursen und Veranstaltungen zu diversen Fachbereichen wie Gesundheit, Persönlichkeitsbildung, Ernährung, kreatives Gestalten etc.

Kaufmännische Berufsschule Schwyz

Riedstrasse 19, 6430 Schwyz

☎ 041 811 25 67

www.kbs-schwyz.ch

sekretariat@kbs-schwyz.ch

Diverse Informatikkurse speziell für Seniorinnen und Senioren (Window 7, Word 2010, Internet- und E-Mail, Foto- und Bildbearbeitungsworkshop und Social-Media-Kurse)

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz

Herrengasse 15, 6430 Schwyz

☎ 041 811 75 74

www.srk-schwyz.ch

info@srk-schwyz.ch

Mit dem Lehrgang PflegehelferIn SRK trägt das SRK Kanton Schwyz dazu bei, die Lücke zwischen Laienpflege und professioneller Pflege zu schliessen. Das Bildungsprogramm richtet sich in den Bereichen Pflege, Gesundheit und Prävention auch an Eltern, Jugendliche und weitere Interessierte.

Senioren-Universität Luzern

Schweizerhofquai 2, 6004 Luzern

☎ 041 410 22 71

www.sen-uni-lu.ch

info@sen-uni-lu.ch

Führende Institution für Senioren- und Seniorinnenbildung auf Hochschulniveau in der Zentralschweiz.

Kantonsbibliothek Schwyz

Rickenbachstrasse 24, 6430 Schwyz

☎ 041 819 19 08

www.sz.ch/kantonsbibliothek

kantonsbibliothek@sz.ch

Mo bis Fr 14.00 – 18.00 Uhr

Mittwoch 14.00 – 20.00 Uhr

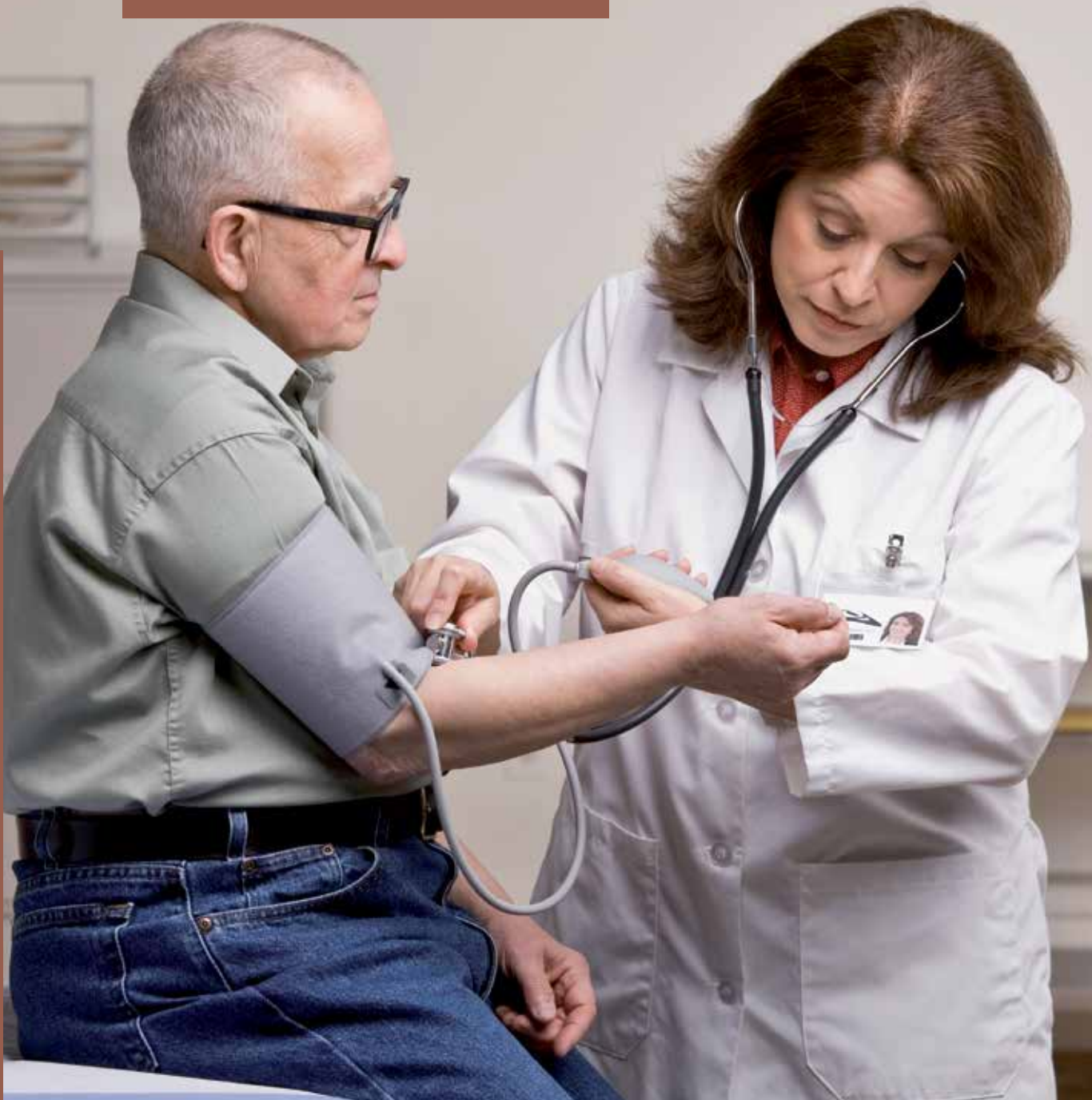
Samstag 09.00 – 16.00 Uhr

Vielseitige Bibliothek mit Grossdruckbüchern, Hörbüchern, Bestsellern, Musik-CDs, DVDs und einer gemütlichen Zeitungsecke zum Verweilen

Gesund- heit

«Wenn man auf seinen Körper achtet,
geht's auch dem Kopf besser.»

Jil Sander



Das Leben ist ein unaufhörlicher Prozess von Veränderungen. Auch Alterungsprozesse gehören zum Leben. Erste altersbedingte körperliche Einschränkungen zwingen zu Anpassungen des Alltagslebens. Hier finden Sie wertvolle Adressen.

Gesundheitsberatung

Spitex Region Schwyz

Bahnhofstrasse 53, 6440 Brunnen

☎ 041 810 12 12

www.spitex-schwyz.ch

info@spitex-schwyz.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr
und 13.30 – 17.00 Uhr

Telefonische oder persönliche Beratung
in Gesundheitsfragen, Prävention,
medizinische Abklärung.

Beratungsstelle für Fragen zu:

- Gesundheits- und Krankenpflege
- Beratung, Behandlung und Betreuung von psychisch kranken Menschen
- Unterstützung in Familien und Haushalt
- Betreuung von Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen
- Mütter- und Väterberatung
- Sozialen Institutionen

—

gesundheit schwyz

Gesundheitsförderung & Prävention

Centralstrasse 5d, 6410 Goldau

☎ 041 859 17 27

www.gesundheit-schwyz.ch

gesundheit-schwyz@trialplus.ch

gesundheit schwyz informiert und berät zu Themen der Gesundheitsförderung und Prävention. Die Schwerpunktthemen sind dabei «psychische Gesundheit», «sexuelle Gesundheit» und «Sucht und Abhängigkeit». Informationen sind erhältlich bei gesundheit schwyz persönlich, telefonisch oder per E-Mail. Zudem verfügt gesundheit schwyz über eine umfassende Mediothek mit zahlreichen Informationsbroschüren, Medien und Büchern.

—

Sozialpsychiatrischer Dienst des Kantons Schwyz

Centralstrasse 5c, 6410 Goldau

☎ 041 859 17 17

www.trialplus.ch

app.goldau@trialplus.ch

Kompetenzzentrum des Kantons Schwyz für psychosoziale Gesundheit in den Bereichen Prävention, Frühintervention und Behandlung. Fach- und Beratungsstelle für Sozialpsychiatrie, Psychotherapie, Alkoholfragen, Drogenfragen, Paar- und Familienberatung, Demenzabklärungen.

—

Alzheimervereinigung Uri/Schwyz (Beratungstelefon)

Konradshalde 10,
8832 Wilen bei Wollerau
☎ 079 212 58 60
www.alzheimerurischwyz.ch
info@alzheimerurischwyz.ch

Unterstützt Angehörige mit Information und Beratung bei der Betreuung von Demenzkranken. Dienstleistungen:

- Angehörigengruppe Innerschwyz (Aussprachemöglichkeiten und Information)
- Tagesstätte als Entlastung für betreuende Angehörige (Altendorf)
- Ferienangebote (Alzheimerferien mit Partner)
- Informationsblätter

—

Diabetesberatung Spital Schwyz

Waldeggstrasse 10, 6430 Schwyz
☎ 041 818 41 97
www.spital-schwyz.ch
info@spital-schwyz.ch

Die Diabetesberatung des Spitals Schwyz informiert umfassend über die Zuckererkrankung. Die Beratung ist darauf ausgerichtet, persönliche Fragen zu klären und den Umgang mit Diabetes im Alltag zu erleichtern. Dabei stehen Spezialisten mit Rat und Tat zur Seite.

Beratungsschwerpunkte:

- individuelle Diabetesberatung
- Wissensvermittlung
- Handhabung der Hilfsmittel
- Neuinstruktion (Anleitung)
- Unterstützung und Begleitung

—

Ernährungsberatung Spital Schwyz

Waldeggstrasse 10, 6430 Schwyz
☎ 041 818 41 95
www.spital-schwyz.ch
ernaehrungsberatung@spital-schwyz.ch

Im Einzelgespräch werden Bedürfnisse individuell besprochen, das nötige Wissen vermittelt und gemeinsam realistische Ziele erarbeitet. Ein massgeschneiderter Massnahmenplan erleichtert die Umsetzung im Alltag. Beartungsschwerpunkte:

- Stoffwechselkrankheiten
- starkes Übergewicht (Adipositas)
- Herz-/Kreislaufkrankungen
- Krankheiten des Verdauungssystems
- Nierenerkrankungen
- Fehl- und Mangelernährungszustände
- Nahrungsmittelallergien
- Ernährung im Spital (klinische Ernährungstherapie)
- Allgemeine Ernährungsfragen

—

Hörmittelzentrale

Strehlgasse 8, 6430 Schwyz
☎ 041 811 74 23
schwyz@audika.ch

Die Hörmittelzentrale bietet umfassende Dienstleistungen für besseres Hören an: von Gratis-Hörtests und unverbindlichem Probetragen eines Hörsystems über kompetente Hörberatung, die Anpassung von Hörgeräten, umfassenden Service bis hin zum grossen Sortiment an – auf verminderte Hörfähigkeit ausgerichteten – Geräten wie Wecker, Telefone, Kopfhörer etc.

—

Krebsliga Zentralschweiz / Beratungsstelle Schwyz

Spital Schwyz
Waldeggstrasse 10, 6430 Schwyz
☎ 041 818 43 22
www.krebsliga.info
info@krebsliga.info

Die Krebsliga Zentralschweiz ist mit einer regionalen Beratungsstelle im Spital Schwyz. Die fachlich kompetenten und menschlich einfühlsamen Mitarbeiterinnen unterstützen Betroffene sowie Angehörige mit folgenden Dienstleistungen:

- Persönliche Beratung für Betroffene und Angehörige
- Beratung und Unterstützung bei finanziellen Schwierigkeiten
- Rechtliche Auskünfte
- Förderung von Selbsthilfegruppen
- Kursangebote für Betroffene
- Informationsmaterial und Ausleihe von Büchern
- Haus- und Spitalbesuche

Palliative Care Station Spital Schwyz

Waldeggstrasse 10, 6430 Schwyz
☎ 041 818 43 36
www.spital-schwyz.ch
palliativecare@spital-schwyz.ch

Palliative Care bietet praktische Lebenshilfe für Menschen in der letzten Lebensphase. Sie kämpft nicht gegen die Krankheit. Stattdessen ermöglicht sie ein besseres Leben mit der Krankheit. Palliative Care nutzt das Wissen der Schmerzmedizin und lindert belastende körperliche Beschwerden wie Schmerzen, Verdauungsprobleme, Übelkeit oder Atemnot. Palliative Care hilft bei psychischen Leiden wie Angst oder Depression.

Kantonsapothekerin

Dr. pharm. Regula Willi-Hangartner
Postfach 665, 6440 Brunnen
☎ 041 820 43 70
regula.willi@sz.ch

Unabhängige Fach- und Auskunftsstelle über Medikamente.

—

Lungenliga Schwyz

Fachstelle Innerschwyz
Bahnhofstrasse 29, 6440 Brunnen
☎ 041 857 00 16
www.lungenliga.ch
info@lungenliga-zentralschweiz.ch

Die Lungenliga berät und betreut Menschen mit Lungenkrankheiten und Atembehinderungen, damit sie möglichst beschwerdefrei und selbständig leben können und eine höhere Lebensqualität erreichen. Dienstleistungen:

- Beratung bei folgenden Krankheiten (Asthma, Chronische Bronchitis, COPD, Cystische Fibrose, Lungenkrebs, Schlafapnoe, seltene Lungenkrankheiten, Tuberkulose)
- Beratung und Vermietung von Atemtherapiegeräten für Heimtherapie (Schlafapnoetherapie, Sauerstoffheimtherapie, Inhalationstherapie, Absauggeräte für Atemwege)
- Hausstaubmilben-Beratung
- Fachstelle für Tuberkulose
- Kursangebote z. B. Atemtherapie

—

Patientenstelle Zentralschweiz

St. Karliquai 12, 6004 Luzern

☎ 041 410 10 14

www.patientenstelle.ch/zentralschweiz

patientenstelle.luzern@bluewin.ch

Bietet Rat und Hilfe im gesamten Bereich des Gesundheitswesens, informiert über die Rechte von Patientinnen und Patienten, hilft diese wahrzunehmen und durchzusetzen.

Procap Schwyz

Frau Christa Müller-Marty

Postfach 48, 6431 Schwyz

☎ 041 832 18 43

www.procap-schwyz.ch

procap.schwyz@bluewin.ch

Kontakt- und Beratungsstelle für Menschen mit Handicap. Dienstleistungen:

- Beratung in Fragen des Sozialversicherungsrechts-Rechtschutz
 - Beratung in schwierigen persönlichen und familiären Situationen
 - Beratung bei finanziellen Schwierigkeiten
 - Haus- und Spitalbesuche
 - Vermittlung von behindertengerechten Wohnungen
 - Vermittlung von Ferienlagern und Reisen in der Schweiz und im Ausland
 - Kurse und Seminare über behindertenspezifische Probleme und Fragen
-

Pro Infirmis Uri Schwyz

Bahnhofplatz 19, 6440 Brunnen

☎ 058 775 23 23

www.proinfirmis.ch

schwyz@proinformis.ch

Pro Infirmis leistet oder vermittelt Beratung und Unterstützung für Menschen im IV-Alter mit geistiger, körperlicher und psychischer Behinderung und ihre Angehörigen; sie fördert und unterstützt Hilfe zur Selbsthilfe.

Dienstleistungen:

- Sozialberatung
 - Begleitetes Wohnen
 - Eurokey
 - Finanzielle Direkthilfe
 - Assistenzberatung
 - Transportdienste
-

Rheumaliga Uri und Schwyz

Hagenstrasse 3, 6460 Altdorf

☎ 041 870 40 10

www.rheumaliga.ch

info.ursz@rheumaliga.ch

Das breite Dienstleistungsangebot der Rheumaliga soll Menschen mit Rheuma das Leben erleichtern, die Öffentlichkeit informieren sowie Fachpersonen in ihrer Arbeit mit Rheumapatienten unterstützen.

Dienstleistungen:

- Beratung, Informationen und Broschüren zu rheumatischen Erkrankungen
 - Kurse und Veranstaltungen zu Bewegung, Wissen und Leben mit Rheuma wie Aquawell Wassergymnastik im Therapiebad Ingenbohl, Aquawell soft im Therapiebad Spital Schwyz, Osteoporosegymnastik im Altersheim Acherhof Schwyz und Schulhaus Sonnegg Goldau
-

fachstelle sehbehinderung

zentralschweiz fsz

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern

☎ 041 485 41 41

www.fs-z.ch

info@fs-z.ch

Die fachstelle sehbehinderung zentral-schweiz (fsz) leistet Fachhilfe für Menschen mit einer Sehbehinderung mit dem Ziel einer möglichst selbstständigen Lebensgestaltung. Die fsz bietet kostenlose Beratungen, massgeschneiderte Sehhilfen, Trainings zur Alltagsbewältigung und sozialarbeiterische Unterstützung. Ein weiterer Aufgabenbereich ist die Informations- und Sensibilisierungsarbeit für Angehörige und die Öffentlichkeit. Die fsz arbeitet mit Augenärzten, Augenoptikern, IV-Stellen und Institutionen im Sozial- und Behindertenbereich zusammen.

Standort öffentlicher «automatischer externer Defibrillator (AED)»

Bahnhofstrasse 1, 6440 Brunnen
(am Gebäude der Apotheke Rütli)

Tritt bei einem Menschen ein plötzlicher Herzstillstand ein, kann ein schnell verfügbarer AED Hilfe leisten und über Leben und Tod entscheiden. AED sollen von Laien bedient werden, um die Zeit bis zum Eintreffen der ausgebildeten Rettungskräfte zu überbrücken. Die Geräte sind einfach in der Handhabung und selbsterklärend. Zudem werden die AED in der Nähe von Apotheken aufgestellt, wo geschultes Personal während der Öffnungszeiten rasch zur Verfügung steht.

Krankenmobilen

Samariterverein Ingenbohl-Brunnen

Frau Elisabeth Aschwanden

Kornmatt 8, 6440 Brunnen

☎ 041 820 42 24

www.samariter-brunnen-ingenbohl.ch

Vermietung von Krankenmobilen

Transtronic AG

Schwyzstrasse 30, 6440 Brunnen

☎ 041 820 57 57

www.transtronic-hilfsmittel.ch

info@transtronic.ch

Mo bis Fr 08.00 – 12.00

und 13.00 – 17.00 Uhr

Elektromobile, Pflegebetten,
Rollatoren, Treppenlifte, Hebebühnen,
Alltagshilfen

Garaventa Liftech AG

Fännring 2, 6403 Küssnacht

☎ 041 854 78 80

www.garaventalift.ch

info@garaventalift.ch

Treppen- und Senkrechtlifte

Rigert AG

Fännring 2, 6403 Küssnacht

☎ 041 854 20 10

www.rigert.ch

info@rigert.ch

Sitz- und Treppenlifte

Wohnen zu Hause

«Oh welche Zauber liegen in diesem
kleinen Wort: Daheim.»

Emanuel Geibel



Wir alle möchten bis ins hohe Alter in den eigenen vier Wänden bleiben und dort alt werden. In diesem Kapitel finden Sie Anbieter, die Hilfe, Beratung und Unterstützung leisten.

Hilfe, Pflege, Entlastung, Betreuung, Besuchsdienst

Spitex Region Schwyz

Bahnhofstrasse 53, 6440 Brunnen

☎ 041 810 12 12

www.spitex-schwyz.ch

info@spitex-schwyz.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr
und 13.30 – 16.30 Uhr

Spitalexterne Hilfe und Pflege zu Hause. Kompetentes Pflegepersonal übernimmt in Zusammenarbeit mit dem Hausarzt die pflegerische und medizinische Betreuung zu Hause. Dienstleistungen:

- Pflege
- Fusspflege
- Ambulante psychiatrische Pflege
- Unterstützung im Haushalt
- Bedarfsabklärung und Beratung

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz

Herrengasse 15, 6430 Schwyz

☎ 041 811 75 74

www.srk-schwyz.ch

info@srk-schwyz.ch

Entlastungsdienst für betreuende und pflegende Angehörige. Pflegehelferinnen SRK kümmern sich zuverlässig um Ihre Angehörigen. Eine konstante Betreuungsperson ermöglicht den Aufbau von Vertrauen und Zuversicht, kompetente und einfühlsame Betreuung, Sicherheit und Wohlbefinden. Vor jedem Einsatz erfolgt eine sorgfältige Bedarfsabklärung. Hierbei werden die Bedürfnisse besprochen und die Unterstützung entsprechend organisiert.

Haushaltsservice der Schwyzer Bäuerinnenvereinigung

Kontakt: Frau Vreny Schilter

Urmis Aufiberg, 6432 Rickenbach

☎ 041 810 21 27

www.bvsz.ch

haushaltsservice@bluewin.ch

Dienstleistungsergänzung der Spitex-Hauswirtschaft, Entlastung von Haus- und Betreuungsarbeit bei Senioren (keine Pflege!), Entlastung bei Krankheit und Überlastung, Wohnungspflege, Unterhaltsreinigungen, Wäschepflege und Bügeln, Grundreinigungen, Umzugsreinigungen

Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land, Filiale Schwyz

☎ 0844 77 48 48

www.homecare.ch

info@spitexstadtland.ch

Seit 30 Jahren bietet der Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land in der ganzen Schweiz eine Vielzahl von Leistungen in der Pflege, Betreuung, Haushalthilfe, Nachtwache oder Rundum-die-Uhr-Aufträge von Mo bis Fr, am Wochenende und an Feiertagen. Als führende private Schweizer Spitexorganisation setzen wir immer das den Kunden vertraute Personal/Team ein, legen grössten Wert auf Qualität und Individualität und sind von allen Krankenkassen anerkannt.

Besuchsdienste

Frauenverein Brunnen

6440 Brunnen
www.frauenverein-brunnen.ch
info@frauenverein-brunnen.ch

Römisch-Katholisches Pfarramt Ingenbohl-Brunnen

Klosterstrasse 6, 6440 Brunnen
☎ 041 820 18 63
www.pfarrei-ingenbohl.ch
kontakt@pfarrei-ingenbohl.ch

Evang.-ref. Kirchgemeinde Brunnen-Schwyz

Alte Kantonsstrasse 8a, 6440 Brunnen
☎ 041 820 31 48
www.ref-brunnen-schwyz.ch
sekretariat@ref-brunnen-schwyz.ch

Mo ganzer Tag, Do 08.00 – 11.30 Uhr

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz

Herrengasse 15, 6430 Schwyz
☎ 041 811 75 74
www.srk-schwyz.ch

Freiwilliger Besuchs- und Begleitdienst

Stiftung Besuchsdienst Innerschweiz

Wesmelinrain 3c, 6006 Luzern
☎ 041 417 12 30
www.besuchsdienst-is.ch
info@besuchsdienst-is.ch

Rotkreuz-Notrufsystem

Rotkreuz-Notruf Casa und Mobil

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Schwyz
Herrengasse 15, 6430 Schwyz
☎ 041 811 75 74
www.srk-schwyz.ch
info@srk-schwyz.ch

Sicherheit auf Knopfdruck.
Das Rotkreuz-Notrufsystem sorgt für Ihre Sicherheit zu Hause und unterwegs. Von der Installation zu Hause über Armtaster, mobile Geräte, Natel, Limmex-Uhr bis zur eigenen Notruf-Zentrale und der Betreuung durch geschultes Personal bietet das SRK eine breite Palette an Möglichkeiten – alles für Ihre Sicherheit.

Reinigungsdienste, Hauswartung

Gick René GmbH

Ölistrasse 7, 6440 Brunnen

☎ 041 820 64 64

info@renegick.ch

www.renegick.ch

Reinigungen, Haus- und Liegenschaftswartung, Transporte, Umzüge, Räumungen, Entsorgungstouren, Reparaturen, Renovationen

Hauswartung Andy Theiler

Breitenweg 8, 6440 Brunnen

☎ 079 341 80 06

www.traum8.ch

traum8@bluewin.ch

Gebäudereinigung, Reparaturen, Entsorgungen, Liegenschaftspflege, Gartengestaltung, Teichanlagen

Monika Betschart

Reinigungsservice GmbH

Steistegstrasse 11, 6430 Schwyz

☎ 041 810 04 61

www.betschartreinigung.ch

betschartreinigung@bluewin.ch

Hauswartungen, Gebäudereinigung, Schneeräumung, individuelle Arbeiten

Thereslis Reinigungsservice – Valentina Shtanaj

Bättigmatt 5, 6423 Seewen

☎ 076 603 37 13

www.theresli.ch

info@theresli.ch

Gebäudereinigung, Unterhaltsreinigung, Schadenbeseitigung, Grundstückpflege, Haushaltsauflösungen und mehr

BSZ Stiftung

Hausmatt 9, 6423 Seewen

Kontakt: Herr Leo Dettling

☎ 041 817 40 40

www.bsz-stiftung.ch

leo.dettling@bsz-stiftung.ch

Wir pflegen Ihre Liegenschaft – eine Dienstleistung von Menschen mit Behinderung. Gebäudereinigung, Unterhalts- und Zwischenreinigungen, technischer Unterhalt, Umgebungsarbeiten, Rasen mähen, Rabatten pflegen, Sträucher schneiden, Wege und Plätze reinigen.

Diverse Hilfeleistungen

Beratungsstelle für Unfallverhütung

Holderstrasse 5a, 3011 Bern

☎ 031 390 22 22

www.bfu.ch

info@bfu.ch

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Für Fragen zur Unfallverhütung steht der bfu-Sicherheitsdelegierte als Sicherheitsberater zur Verfügung:

Gemeindeverwaltung Ingenbohl

Herr Beat Schuler

Abt. Bau und Liegenschaften

Heideweg 8, 6440 Brunnen

☎ 041 825 05 60

beat.schuler@brunnen.ch

Unterstützung zu Hause bei Problemen mit dem PC

Computeria Innerschwyz

www.computeria-innerschwyz.ch

info@computeria-innerschwyz.ch

Die Computeria Innerschwyz ist eine Seniorengruppe, die Personen ab etwa 60 Jahren Unterstützung beim Umgang mit neuen Medien bietet. Monatlicher Computer-Treff, Workshops und Unterstützung zu Hause.

Schliessanlagen-Öffnungsdienst

Arthur Weber AG

Wintersried 7, 6423 Seewen

☎ 041 819 06 06

www.arthurweber.ch

info@arthurweber.ch

Der Schliessanlagen-Öffnungsdienst ist während 24 Stunden unter der Notfallnummer 0848 00 60 60 erreichbar.

Dolmetschdienst Zentralschweiz

Caritas Luzern

Brünigstrasse 25, 6005 Luzern

☎ 041 368 51 51

www.dolmetschdienst.ch

info@caritas-luzern.ch

Vermittlungsstelle für qualifizierte Dolmetscher/-innen und Vermittler/-innen

—

Mahlzeitendienste, Mittagstisch

Verein Mahlzeitendienst der Gemeinden Schwyz, Ingenbohl-Brunnen und Morschach

Frau Martha Föhn-Schuler

Mangelegg 101, 6430 Schwyz

☎ 079 261 59 08

(besetzt von 08.00 – 11.00 Uhr)

Bringt älteren und gebrechlichen oder kranken Personen täglich eine vollwertige Mahlzeit nach Hause. Die Auslieferung erfolgt montags bis samstags (auch an Feiertagen). Für Personen, die am Sonntag eine Mahlzeit wünschen, wird am Samstag eine zweite Mahlzeit geliefert. Folgende Mahlzeiten können geliefert werden:

- Vollkost
- Schonkost
- Diabetesdiät
- Vegetarische Kost
- Pürierte Kost
- Fleisch püriert

—

Restaurant Central Brunnen

Centralplatz 1, 6440 Brunnen
☎ 041 820 41 75

Mittagstisch jeweils am letzten Freitag des Monats. Das Datum wird jeweils am Donnerstag im Boten der Urschweiz auf Seite 2 publiziert.

Hauslieferdienste

Karl Schelbert – Milch Boy

Räbengasse 2, 6422 Steinen
☎ 079 356 69 35

Molkerei- und Hauslieferdienst

Le Shop von Migros

Chemin du Dévent 11,
Zone industrielle, 1024 Ecublens
☎ 0848 111 999
www.leshop.ch
kunden@LeShop.ch

Der Online-Supermarkt von Migros. 12'000 Migrosprodukte sowie Markenartikel werden ins Haus geliefert.

Coop@home

Fegistrasse 9, 8957 Spreitenbach
☎ 0848 847 848
www.coopathome.ch
info@coopathome.ch

Der Online-Supermarkt von Coop. Das Coop Sortiment mit mehr als 13'000 Artikeln wird pünktlich und bequem bis an die Wohnungstüre geliefert.

Fahr- und Transportdienste

Rollstuhltaxi der Pro Infirmis Uri Schwyz

Bahnhofplatz 19, 6440 Brunnen
☎ 058 775 23 23
www.proinfirmis.ch
schwyz@proinfirmis.ch

Regionaler Fahrdienst für Menschen mit einer schweren Behinderung im IV-Alter (vorübergehende Einschränkungen infolge Krankheit/Unfall gelten nicht), wenn öffentliche Verkehrsmittel nicht verfügbar sind oder nur unter erschwerten Bedingungen benutzt werden können. Das Rollstuhltaxi ist für Freizeitfahrten im Rollstuh, wie z. B. zum Einkaufen, zum Besuch von Freunden oder eines Kurses, ins Kino oder Theater vorgesehen. Taxi-Gutscheine werden an Bezugsberechtigte durch die Beratungsstelle abgegeben.

Fahrdienst-Vermittlung Verein FFS

Claudia Peter
☎ 041 811 84 42 / 079 488 68 57
Ursula Erni
☎ 041 811 42 62 / 079 712 22 55

Der Autodienst FFS organisiert für alle Leute im Talkessel Schwyz und Umgebung, die auf Mobilität angewiesen sind, günstige Fahrgelegenheiten mit persönlicher und zuverlässiger Begleitung. Die Fahrten verkürzen den Weg zu Arzt, Zahnarzt, Spital, Therapie, Coiffeur, Einkauf, Bahnhof oder auch zu einem gemütlichen Beisammensein. Anmeldung möglichst zwei Tage im Voraus.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Schwyz

Herrengasse 15, 6430 Schwyz
☎ 041 811 75 74
www.srk-schwyz.ch
info@srk-schwyz.ch

Rotkreuz-Fahrdienst. Richtet sich an Menschen, die nicht in der Lage sind, ein öffentliches Verkehrsmittel zu benutzen, für die im Verwandten-/ Bekanntenkreis keine Transportmöglichkeit besteht oder die wegen ihrer Behinderung auf eine Begleitperson angewiesen sind. Das SRK bringt behinderte oder betagte Menschen zum Arzt, ins Spital, zur Therapie, zum Kuraufenthalt, zum Coiffeur oder zum Einkaufen und anschliessend wieder nach Hause.

—

Alterswohnheim Brunnen

Heideweg 10, 6440 Brunnen
☎ 041 825 08 25
www.brunnen.ch
alterswohnheim@brunnen.ch

Auf Anfrage Vermietung des Rollstuhlfahrzeugs (ohne Fahrer, nur Fahrzeug).

—

Meditrans GmbH

Gotthardstrasse 224, 6423 Seewen
☎ 041 810 10 20
www.meditrans.ch
info@rdsag.ch

Spezialisiert auf Transport von Rollstuhlklienten sowie Transport mit medizinischer Betreuung. Personentransporte bis 14 Sitzplätze pro Bus.

—

Taxis, Rollstuhltaxi, Autovermietung

Adler Taxi

Olympstrasse 9, 6440 Brunnen
☎ 0800 80 30 33
www.adlertaxi.ch
info@adlertaxi.ch

Taxi, Kleinbus bis 16 Personen

—

Mythen-Taxi

Rubisacherweg 4, 6440 Brunnen
☎ 0800 822 855
www.mythen-taxi.ch
info@mythen-taxi.ch

Taxi, Kurierdienst, Kleinbus bis 13 Personen, Limousinen-Service

—

Taxi-Zentrale Brunnen

Postfach 413, Luzernerstrasse 1,
6440 Brunnen
☎ 0848 822 550
www.taxizentrale.ch

Taxi, Kleinbusse bis 17 Plätze,
2 Rollstuhltaxis

—

Ferien, Kuren in der Umgebung

**Pro Senectute,
Beratungsstelle Innerschwyz**
Bahnhofstrasse 29, Postfach 453,
6440 Brunnen
☎ 041 825 13 83
www.sz.prosenectute.ch
beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

Mo bis Fr 08.00 – 11.30 Uhr

Organisation von begleiteten Ferien
und Wanderwochen

Kloster Ingenbohl

Klosterstrasse 10, 6440 Brunnen
☎ 041 825 20 00
www.kloster-ingenbohl.ch
info@kloster-ingenbohl.ch

Ferienaufenthalte auf Anfrage

Alterszentrum Acherhof
Grundstrasse 32, 6430 Schwyz
☎ 041 818 32 32
www.acherhof.ch
info@acherhof.ch

Gästezimmer auf Anfrage

Alters- und Pflegeheim Rosenpark
Kerngasse 4, 6442 Gersau
☎ 041 829 81 84
www.rosenpark-gersau.ch
info@rosenpark-gersau.ch

Gästezimmer auf Anfrage

**ST. ANNA – geborgen und
begleitet im Alter**
Sattelstrasse 6, 6416 Steinerberg
☎ 041 833 84 84
www.stanna.ch
leitung@stanna.ch

Ferien- und Übergangspflege
auf Anfrage

**Zentrum für aktives Alter
Frohsinn AG**
Gotthardstrasse 33d, 6414 Oberarth
☎ 041 859 03 77
www.frohsinn-ag.ch
info@frohsinn-ag.ch

Ferienaufenthalt, Übergangspflege
auf Anfrage

Sunnehof, Das Zuhause im Alter
Immostrasse 15, 6405 Immensee
☎ 041 854 19 19
www.sunnehof.org
info@sunnehof.org

Ferien- und Übergangsaufenthalte
auf Anfrage

Pflegezentrum Seematt
Seemattzopfweg 2,
6403 Küssnacht am Rigi
☎ 041 854 24 24
www.pflegezentrum-seematt.ch
info@pflegezentrum-seematt.ch

Für einen befristeten Aufenthalt stehen
Ferien- und Notfallbetten zur Verfügung.

Kurhaus Seeblick

Baumenweg 20, 6353 Weggis
 ☎ 041 392 02 02
www.kurhaus-seeblick.ch
reservation@kurhaus-seeblick.ch

Kuren und Übergangslösung
 auf Anfrage

Zentrum Ländli

Im Ländli 16, 6315 Oberägeri
 ☎ 041 754 91 11
www.zentrum-laendli.ch
zentrum@laendli.ch

Ferienhotel und Kurhaus auf Anfrage

Sonnmatt Luzern

Hemschlenstrasse, 6006 Luzern
 ☎ 041 375 32 32
www.sonnmatt.ch
info@sonnmatt.ch

Kurhotel, Residenz, Privatklink

Ferienbetreuung von Haustieren

Tierheim Burg

Tierheim und Tierpension
 Ilgenmatt Burg, 6423 Seewen
 ☎ 041 810 34 44
www.tierheim-burg.ch
info@tierheim-burg.ch

- Ferienpension
 - Medizinische Versorgung
 - Sozialisierung
 - Weitervermittlung
-

Hunde- und Katzenferienheim Lütenau

☎ 041 832 23 68
 6422 Steinen

- Hunderudelhaltung
 - Katzenhaus mit Aussengehege
-

Katzenpension Apollo

Marianne Mäder
 Mühlemoosweg 13, 6415 Arth
 ☎ 041 855 06 12
www.katzenpension-apollo.ch
info@katzenpension-apollo.ch

- Katzenbetreuung in der Pension
 - Katzenbetreuung bei Ihnen zuhause
-

Fragen zu Miete und Hauseigentum

Hauseigentümerverband Sektion Schwyz und Umgebung

Rechtsanwalt Theo Kuny
Postplatz 6, 6430 Schwyz

☎ 041 813 08 01

www.hev-kantonschwyz.ch

Mitglieder des Hauseigentümerverbandes Kanton Schwyz erhalten kostenlos eine mündliche Erstauskunft zu juristischen Fragen rund um das Haus- und Grundeigentum. Erforderlich hierfür sind Ihre Mitgliedernummer (ersichtlich auf dem Mitgliederausweis) sowie Ihr Name und Ihre Adresse.

Rechtsberatung

Hotline Mieterinnen- und
Mieterverband Kanton Schwyz
Postfach 527, 6440 Brunnen

☎ 0848 053 053

Telefonische Rechtsberatung (Fr. 3.70/Min. aus dem Festnetz) bei mietrechtlichen Problemen für Nichtmitglieder. Anmeldung für Mitgliedschaft über das Sekretariat unter Tel. 055 440 84 64 oder www.mieterverband.ch/schwyz

Für Wohnungsabnahmen, Wohnfach-/ Mängelberatung vor Ort

Mieterinnen- und Mieterverband
Kanton Schwyz

Postfach 527, 6440 Brunnen

☎ 0848 053 053

Die Fachleute des Wohnungsabnahmedienstes helfen Ihnen bei der Wohnungsübernahme und -abgabe und bei der Festlegung von Mängeln während der Mietdauer. Dienstleistung für Mitglieder und Nichtmitglieder, Tarife siehe unter: www.mieterverband.ch/schwyz

Schlichtungsbehörde im Mietwesen Bezirk Schwyz

Postfach 547, 6431 Schwyz

☎ 041 810 10 75

- beraten Mieter und Vermieter in Miet- und Pachtfragen
- führen in Streitfällen Schlichtungsverhandlungen durch
- unterbreiten den Parteien einen Urteilungsvorschlag oder fällen einen Entscheid, wo das Gesetz dies vorsieht
- Mietzinshinterlegungsstelle

Weitergehende Informationen:

www.bezirk-schwyz.ch

>Justiz >Schlichtungsbehörde

Wohnen im Heim

«Jeder, der sich die Fähigkeit erhält,
Schönes zu erkennen, wird nie alt
werden.»

Franz Kafka



Die Entscheidung, in ein Altersheim umzuziehen, ist nicht einfach und mit vielen Fragen verbunden. Hier finden Sie Adressen von Alters- und Pflegeheimen im inneren Kantonsteil, bei denen Sie sich informieren können, sowie nützliche Adressen bei einem Umzug ins Heim.

Alters- und Pflegeheime

Alterswohnheim Brunnen

Heideweg 10, 6440 Brunnen

☎ 041 825 08 25

www.brunnen.ch

alterswohnheim@brunnen.ch

Alterszentrum Rubiswil

Gotthardstrasse 124, 6438 Ibach

☎ 041 818 36 66

www.gemeindeschwyz.ch

alterszentrum.rubiswil@gemeindeschwyz.ch

Alterszentrum Acherhof

Grundstrasse 32, 6430 Schwyz

☎ 041 818 32 32

www.acherhof.ch

info@acherhof.ch

Alters- und Pflegeheim Rosenpark

Kerngasse 4, 6442 Gersau

☎ 041 829 81 84

www.rosenpark-gersau.ch

info@rosenpark-gersau.ch

Alters- und Pflegeheim Au

Aazopfweg 17, 6422 Steinen

☎ 041 833 85 00

www.steinen.ch

info@apz-av.ch

ST. ANNA – geborgen und begleitet im Alter

Sattelstrasse 6, 6416 Steinerberg

☎ 041 833 84 84

www.stanna.ch

leitung@stanna.ch

Alterszentrum Mythenpark

Mythenstrasse 2, 6410 Goldau

☎ 041 859 09 59

info@mythenpark-goldau.ch

Alters- und Pflegeheim Chriesigarte

Kirchfeldstrasse 5, 6415 Arth

☎ 041 854 87 59

www.chriesigarte-arth.ch

info@chriesigarte-arth.ch

Zentrum für aktives Alter Frohsinn AG

Gotthardstrasse 33d, 6414 Oberarth

☎ 041 859 03 77

www.frohsinn-ag.ch

info@frohsinn-ag.ch

Umzug ins Heim

Umzugsfirmen

Hauruck GmbH

Eigenwiesstrasse 34, 6438 Ibach

☎ 079 622 38 73

www.hauruck.ch

Umzüge, Hausräumungen, Transporte, Abbruch / Demontage, Reinigungen, Einlagerungen

Reichlin Züglete & Transporte GmbH

Bernerhöhe Süd 1, 6410 Goldau

☎ 041 811 10 89

www.reichlin-zuegeln.ch

info@reichlin-zuegeln.ch

Möbeltransporte, Möbeleinlagerungen, Möbelentsorgungen, Verpackungsmaterial, Zügelift

Brockenhäuser

Brockenhaus Brunnen

Kirchenriedweg 43, 6440 Brunnen

☎ 041 820 41 47

Öffnungszeiten:

Montag 17.00 – 19.30 Uhr,

Samstag 09.00 – 11.00 Uhr

Brockenhaus Allergüter Markt GmbH

Bahnhofstrasse 53a, 6440 Brunnen

☎ 041 822 03 65

www.allergütermarkt.ch

info@allergütermarkt.ch

Verkauf von Neu- und Gebrauchtwaren, Kommissions-Verkäufe, Räumungen, Umzüge und Transporte

Sunnehof – Das Zuhause im Alter

Immostrasse 15, 6405 Immensee

☎ 041 854 19 19

www.sunnehof.org

info@sunnehof.org

Altersheim Buobenmatt

Buobenmatt 2, 6436 Muotathal

☎ 041 830 22 22

www.muotathal.ch

ah.buobenmatt@muotathal.ch

Pflegezentrum Seematt

Seemattzopfweg 2,

6403 Küssnacht am Rigi

☎ 041 854 24 24

www.pflegezentrum-seematt.ch

info@pflegezentrum-seematt.ch

Das Pflegezentrum Seematt bietet für betagte und pflegebedürftige Menschen, die sonst zu Hause wohnen, eine Tagesstätte an. Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag (ohne Feiertage) in der Regel von 8.30 bis 17.30 Uhr

Die Tagesstätte ist geeignet für betagte, pflegebedürftige Menschen. Menschen, die alleine leben oder sich alleine fühlen und sozialen Kontakt suchen, werden auch aufgenommen.

Aufnahmestelle für Verzichtstiere

Tierheim Burg

Tierheim und Tierpension
Ilgenmatt Burg, 6423 Seewen
☎ 041 810 34 44
www.tierheim-burg.ch
info@tierheim-burg.ch

Bietet allen Verzichts-, Findel- und Ferientieren einen artgerechten und abwechslungsreichen Aufenthalt im Tierheim und hilft, für heimatlose Tiere ein neues Heim zu finden. Aufgaben:

- Ferienpension
 - Aufnahmestelle für Findeltiere
 - Aufnahmestelle für Verzichtstiere
 - Medizinische Versorgung
 - Sozialisierung
 - Weitervermittlung
-

Entsorgungsstelle für sämtliche Materialien (teilw. gebührenpflichtig)

Senn Recycling Center / Bauschuttortieranlage

Seewernstrasse 217, 6423 Seewen
☎ 041 825 40 40
www.senn-brunnen.ch
info@senn-brunnen.ch

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 07.30 – 11.45 Uhr,
13.15 – 17.00 Uhr
jeden letzten Samstag im Monat
(ausser Dez.) 08.00 – 12.00 Uhr

Muldenservice, Rohrreinigung

Senn Brunnen AG

Gersauerstrasse 81, 6440 Brunnen
☎ 041 825 40 40
www.senn-brunnen.ch
info@senn-brunnen.ch

Fragen zur Entsorgung

Senn Brunnen AG

☎ 041 825 40 40

Gemeindeverwaltung

041 825 05 10

Laboratorium der Urkantone

041 825 41 41

Amt für Umweltschutz

041 819 20 35

ZKRI (Zweckverband für die Keh- richtbeseitigung Region Innerschwyz)

☎ 041 811 14 88
www.zkri.ch
info@zkri.ch

Entsorgen Sie Medikamente beim behandelnden Arzt oder Ihrer Apotheke. Nicht in den Haushaltabfall werfen!

Der Entsorgungskalender der Gemeinde Ingenbohl gibt Ihnen detailliert Auskunft darüber, wie was und wann entsorgt werden kann. Der Kalender wird jeweils Anfang Jahr an alle Haushalte per Post geliefert. Weitere Exemplare können auf der Gemeindeverwaltung bezogen oder über das Internet heruntergeladen werden (siehe Rubrik «Online Schalter» unter «Umweltschutz»).

Impressum

Herausgeberin:
Gemeinde Ingenbohl
6440 Brunnen

3. Ausgabe vom 07.06.2019

Konzept, Redaktion:
Kommission für
Altersfragen
Gemeinde Ingenbohl
Parkstrasse 1, 6440 Brunnen
altersfragen@brunnen.ch

Anregungen, Ergänzungen,
Korrekturen nimmt die
Kommission gerne entgegen.

Layout und Satz:
Corinne Auf der Maur

Die Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit der vorhandenen Angebote/Informationen.