

Unterstützungsangebote für pflegende und betreuende Angehörige – nach Themen (Stand 14. November 2024)

Inhaltsverzeichnis

1. Beratung.....	2
2. Betreuung zu Hause.....	6
3. Tages- und Nachtstätten.....	8
4. Ferien und Auszeit	8
5. Information	9
6. Weiterbildung	11
7. Nachbarschaftshilfe	12
8. Austausch	12
9. Schutz.....	14
10. Palliative Care.....	15
11. Mobilität.....	16

1. Beratung

Anlauf- und Beratungsstelle für Altersfragen

Jede Gemeinde im Kanton Aargau hat eine Anlauf- und Beratungsstelle für Altersfragen (PflG Art. 18).

beratung@info-ag.ch, Tel. 0848 40 80 80, www.info-ag.ch

Begleitetes Wohnen für Menschen mit einer Hirnverletzung

Das «Begleitetes Wohnen» von FRAGILE Suisse hilft Menschen mit einer Hirnverletzung, in ihrer eigenen Wohnung, ihr Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen und eine grösstmögliche Selbstständigkeit zu erreichen – oder diese möglichst lange zu wahren.

Wenn alltagspraktische Begleitung notwendig wird, helfen Fachpersonen aus den Bereichen Sozialpädagogik, Sozialarbeit und dem Gesundheitswesen bis zu drei Stunden pro Woche bei den Betroffenen zuhause aus.

FRAGILE Suisse, Leitung Begleitetes Wohnen: 044 360 39 59 www.fragile.ch/hilfe/begleitetes-wohnen/

Beratung für Angehörige von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Persönliche und telefonische Beratung, Information und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, welche Angehörige sind. Beratung für Eltern, welche von einer psychischen Erkrankung betroffen sind.

Fachstelle für Angehörige der Psychiatrischen Dienste AG (PDAG), angehoerige@pdag.ch, Tel. 056 462 24 61, <https://www.pdag.ch/fuer-patienten-und-angehoerige/alle-angebote/offers/angebote-der-fachstelle-fuer-angehoerige-psychisch-kranker-menschen/>

Beratung der Alzheimer Aargau

Beratung durch Fachpersonen von Alzheimer Aargau.

Vermittlung von spezifischen Angeboten für Angehörige und Demenzbetroffene und Entlastungsmöglichkeiten.

Alzheimer Aargau, info.ag@alz.ch, Tel. 056 406 50 70, <https://www.alzheimer-schweiz.ch/de/aargau/home/>

Beratung für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

Individuelle Beratung für Fragen rund um das Thema Hirnverletzung. Die Beratung erfolgt telefonisch, per E-Mail oder vor Ort auf der Geschäftsstelle von FRAGILE Aargau/Solothurn Ost.

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg; aargau@fragile.ch, Tel. 056 442 02 60, www.fragile.ch/aargau-solothurn/

Beratung Diabetes

Diabetesfachberatungen in Aarau und in Menziken.

Diabetes Aargau, info@diabetesaargau.ch, Tel. 062 824 72 01, <https://www.diabetesaargau.ch>. Diabetesberatung Spital Menziken, info@spitalmenziken.ch, Tel. 062 765 36 57, <https://www.spitalmenziken.ch>

Beratung Parkinson

Der Fachliche Beirat von Parkinson Schweiz beantwortet Ihre medizinischen Fragen. Ihre Fragen können Sie jederzeit schriftlich auf der Webseite von Parkinson Schweiz unter der Rubrik «Leben mit Parkinson» stellen. Oder Sie rufen über das Parkinon an (Mittwoch, 17-19 Uhr).

Parkinson Schweiz, info@parkinson.ch, Tel. 0800 80 30 20, <https://www.parkinson.ch/>

Beratungen von Pro Mente Sana

Pro Mente Sana bietet kostenlose Beratung zu rechtlichen oder psychosozialen Fragen für Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, deren Angehörige und Nahestehende sowie weitere Bezugspersonen aus der Deutschschweiz an. Sie haben die Möglichkeit, Ihre Fragen telefonisch oder per E-Mail zu stellen.

Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana, Tel. 0848 800 858, <https://www.promen-te-sana.ch/de/schnell-navigation/fuer-angehoerige.html>

CareInfo

Die Informationsplattform CareInfo befasst sich hauptsächlich mit Care-Migrantinnen, die bei betreuungsbedürftigen Menschen zu Hause wohnen und arbeiten.

<https://careinfo.ch/de/>

Helpline für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

Fachpersonen aus dem Sozial- und Gesundheitswesen von FRAGILE Suisse beantworten Fragen rund um das Thema Hirnverletzung, bieten persönliche Beratungsgespräche an oder vermitteln bei Bedarf an betreffende Fachstellen.

FRAGILE Suisse, Gratisnummer 0800 256 256 oder helpline@fragile.ch, Montag bis Freitag zwischen 10 und 13 Uhr.

Informationsstelle - Pro Senectute Aargau

Pro Senectute ist eine Anlauf- und Informationsstelle für alle Fragen zum Thema Alter(n). Die kostenlose, neutrale Beratung bietet zu unterschiedlichen Themen Antworten und Begleitung in diversen Lebenslagen.

Themen:

- Sozialberatung
- Finanzen
- Gesundheit
- Lebensgestaltung
- Recht und Vorsorge
- Wohnen

Pro Senectute Aargau, info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/beratung

Infoline MS

Beratung durch Fachpersonen der Schweizerischen Multiplen Sklerose Stiftung. Schweizerische Multiple Sklerose Stiftung - Regionalgruppe Aarau, Tel. 0844 674 636, <https://www.multiplesklerose.ch/de/unsere-angebote/regionalgruppen/aarau/>

Pro Infirmis - Beratung für Angehörige von Menschen mit psychischer, physischer, sinnes- und kognitiven Beeinträchtigungen

Pro Infirmis Aargau-Solothurn, ag.so@proinfirmis.ch, Tel. [058 775 10 50](tel:0587751050), <https://www.proinfirmis.ch/angebot/aargau.html>

Pro Infirmis - Beratung für Eltern und Kinder

Beratung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit Entwicklungsverzögerungen und Behinderungen sowie ihrer Familien zu Fragen ihrer Lebensgestaltung.

Pro Infirmis Aargau-Solothurn, ag.so@proinfirmis.ch, Tel. [058 775 10 50](tel:0587751050), <https://www.proinfirmis.ch/angebot/aargau/beratung-fuer-eltern-und-kinder.html>

Pro Infirmis - Begleitetes Wohnen

Unterstützung in der eigenen Wohnung zur Förderung der Selbständigkeit und Entlastung von Angehörigen

Pro Infirmis Aargau-Solothurn, ag.so@proinfirmis.ch, Tel. [058 775 10 50](tel:0587751050), <https://www.proinfirmis.ch/angebot/aargau/begleitetes-wohnen.html>

Pro Infirmis - Administrative Unterstützung

Unterstützung und Befähigung der Betroffenen bei der Erledigung von administrativen Tätigkeiten

Pro Infirmis Aargau-Solothurn ag.so@proinfirmis.ch, Tel. [058 775 10 50](tel:0587751050), <https://www.proinfirmis.ch/angebot/aargau.html>

Pro Juventute Chat für Gleichaltrige

Im «Chat mit Gleichaltrigen» können sich Jugendliche mit ihren Fragen an dafür ausgebildete Gleichaltrige wenden. Ein Beratungsprofi steht bei Bedarf unterstützend zur Seite.

<https://www.147.ch/de/peerchat/peer-chat/>

Spezialisierte Palliative Care Spitex Aarau

Plattform für Wissensaustausch und Weiterbildung und Vernetzung von Fachpersonen, Freiwilligen, Betroffenen und Angehörigen. Information über die Palliative Care-Angebote und Veranstaltungen des Kantons. Beratung und Hilfe für alte Menschen oder solche mit unheilbaren Krankheiten.

palliative aargau, info@palliative-aargau.ch, Tel. [062 824 18 82](tel:0628241882), <https://www.vaka.ch/de/spitex-finder/?cat%5B%5D=117684117684>

Spezialisierte Palliative Care ambulante

Palliative Spitex bietet spezialisierte Beratung und Unterstützung zu Hause an.

5 Regionale Palliative Care Zentren:

[Spitex Region Brugg AG](#)

[Spitex Region Lenzburg](#)

[Spitex Muri und Umgebung](#)

[Spitex Suhrental Plus](#)

[Spitex Fricktal AG](#)

[Spitex-Verein Menziken-Burg](#)
[Spitex Freiamt](#)
[Spitex Lindenhof Oftringen](#)

Tel. 0842 888 444

direkte Verbindung zum zuständigen Zentrum unter Angabe Ortschaft / Postleitzahl

<https://www.spitexag.ch/NPO-Spitex/PalliativeSpitex/PBnOz/>

Spezialisierte Palliative Care Pflegeheime

[Lindenfeld Suhr](#)

[Hospiz Aargau Brugg](#)

[Reusspark, Zentrum für Pflege und Betreuung Niederwil Pflégimuri Muri](#)

Demenzberatung - Pro Senectute Aargau

Mit der Demenzberatung erhalten Sie die Möglichkeit einer kontinuierlichen Begleitung in den Phasen des Krankheitsverlaufs. Die Unterstützung der Pro Senectute Aargau ist für Sie kostenlos.

Pro Senectute Aargau, demenzberatung@ag.prosenectute.ch, Telefon 062 837 50 70,
www.ag.prosenectute.ch/demenz

2. Betreuung zu Hause

CareInfo

Die Informationsplattform CareInfo befasst sich hauptsächlich mit Care-Migrantinnen, die bei betreuungsbedürftigen Menschen zu Hause wohnen und arbeiten.

<https://careinfo.ch/de/>

Demenzberatung - Pro Senectute Aargau

Mit der Demenzberatung erhalten Sie die Möglichkeit einer kontinuierlichen Begleitung in den Phasen des Krankheitsverlaufs. Die Unterstützung der Pro Senectute Aargau ist für Sie kostenlos.

Pro Senectute Aargau, demenzberatung@ag.prosenectute.ch, Telefon 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/demenz

"Dementia Care" – SRK

Der Entlastungsdienst "Dementia Care" vom Schweizerischen Roten Kreuz bietet speziell geschulte Betreuerinnen und Betreuer für demenzkranke Menschen.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau, info@srk-aargau.ch, Tel. 062 544 03 03, www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste

Entlastungsdienst Schweiz, Aargau-Solothurn

Der Entlastungsdienst Aargau-Solothurn bietet Betreuung für Menschen jeden Alters rund um die Uhr - auch für Personen mit Demenz.

Entlastungsdienst Schweiz, Aargau-Solothurn, ag-so@entlastungsdienst.ch, Tel. 058 680 21 50, www.entlastungsdienst.ch/aargau-solothurn

Gesundheitsverband Aargau, Bereich Spitex-Organisationen

Die Pflegefachpersonen der NPO-Spitex-Organisationen vor Ort pflegen bei regelmässigen Pflegeeinsätzen, auch am Wochenende und entlasten so die Angehörigen. Sie können Angehörige auch professionell anleiten. Jede Gemeinde hat eine für sie zuständige NPO-Spitex.

Diese findet sich unter www.vaka.ch, Spitex-Finder: <https://www.vaka.ch/de/spitex-finder/> Tel. 0842 80 40 20, info@vaka.ch, Tel. 062 552 55 00.

Pilotprojekt "we+care" von Pro Aidants

Die We+Care App dient den 500'000 berufstätigen betreuenden Angehörigen in der Schweiz beim Aufbau und bei der Organisation eines Versorgungsnetzwerks. Basisfunktionen, wie der Austausch mit Familie, Nachbarn und Freunden, die Erfassung der täglichen Routine und das Schicken von Anfragen an die Gruppe sind in leicht zu bedienenden We-Apps integriert. Über WeApps können Professionelle und Laien leicht miteinander in Kontakt treten und Übergaberapporte austauschen.

<https://www.weplus.care/de-ch/>

Palliative Care-Begleitdienst – Aargauer Landeskirchen

Palliative Care und Begleitung vermittelt ausgebildete Freiwillige zur Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen, ambulant und stationär – ungeachtet deren Religionszugehörigkeit.

Palliative Care-Begleitdienst der Aargauer Landeskirchen, www.palliative-begleitung.ch,
Einsatzzentrale: 079 855 06 55, einsatz@palliative-begleitung.ch

Reformierte Landeskirche Aargau, Besuchsdienst

Freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besuchen Menschen, die älter, krank oder allein-stehend sind.

Während eines Besuches haben pflegende Angehörige die Möglichkeit, Zeit für sich zu erleben oder Alltagserledigungen zu machen.

Kontakt: Fachstelle Diakonie, diakonie@ref-aargau.ch, 062 838 00 69
<https://www.ref-ag.ch/diakonie/besuchsdienst>

Reformierte Landeskirche Aargau, Wegbegleitung

Geschulte Freiwillige begleiten Menschen in schwierigen Lebenssituationen für eine befristete Zeit. In einer Einsatzvereinbarung werden Inhalt, Ziel, Rhythmus sowie Anfang und Ende festgehalten. Begleitet werden Menschen ab Volljährigkeit.

Reformierte und Katholische Kirchen Aargau, www.wegbegleitung-ag.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Die SRK-Entlastungsdienste Lumicino und Dementia Care entlasten Angehörige von demenzkranken, pflege- oder betreuungsbedürftigen Menschen zeitweilig von ihrer Betreuungsaufgabe.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau, entlastungsdienst@srk-aargau.ch, Tel. 062 544 03 03, www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste

Zugehende Demenzberatung: Alzheimer Aargau

Durch Hausbesuche, Familienberatung und kontinuierliche Begleitung werden die betroffenen Familien gestützt, gestärkt und entlastet.

Alzheimer Aargau, info.ag@alz.ch, Tel. 056 406 50 70, <https://www.alzheimer-schweiz.ch/de/aargau/angebote/>

24h-Betreuung durch Caritas Care

Caritas-Betreuerinnen und -Betreuer führen den Haushalt, leisten der betreuten Person Gesellschaft und sorgen für Sicherheit. Sie übernehmen einfache pflegerische Handreichungen bei der Körperpflege oder bei der Bewegung.

Caritas Schweiz, Tel. 041 419 22 27, <https://www.caritascare.ch/de/home.html>

3. Tages- und Nachtstätten

Tages- und Nachtstrukturen in Pflegeheimen

Über 20 Pflegeheime im Kanton bieten unterstützungsbedürftigen Menschen Dienstleistungen im Bereich Pflege und Betreuung im Rahmen von Tages- oder Nachtstrukturen an. Es stehen rund 180 Plätze in Tagesstrukturen und rund 100 Plätze in Nachtstrukturen (Übernachtung) zur Verfügung. Die einzelnen Pflegeinstitutionen mit diesem Angebot finden Sie auf der [Pflegeheimliste des Kantons Aargau](#).

SRK: Tagesstätten

Das SRK Kanton Aargau bietet in Aarau und Frick Tagesstätten an:

Tageszentrum Aarau: Bietet beeinträchtigten und betagten Menschen eine begleitete Tagesstruktur mit Möglichkeiten für individuelle Beschäftigung und Physiotherapie. tageszentrum@srk-aargau.ch, Tel. 062 824 05 15, www.srk-aargau.ch/tageszentrum

Tagesstätte Frick: Bietet Menschen mit einer dementiellen Erkrankung sowie älteren Personen an einzelnen Tagen eine begleitete Tagesstruktur und eine auf ihre Bedürfnisse angepasste Betreuung. tagesstaette@srk-aargau.ch, Tel. 062 871 09 62 , www.srk-aargau.ch/tagesstaette

4. Ferien und Auszeit

Betreute Ferienwochen der Pro Senectute Aargau

Betreute Ferienwochen auch für Menschen mit einer leichten Pflegebedürftigkeit.

Pro Senectute Aargau, info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/ferien

Entlastungsdienst Schweiz, Aargau-Solothurn - Auszeiten

Der Entlastungsdienst Aargau-Solothurn bietet Betreuung für Menschen jeden Alters rund um die Uhr - auch für Auszeiten oder Ferien.

Entlastungsdienst Schweiz, Aargau-Solothurn, Tel. 058 680 21 50, ag-so@entlastungsdienst.ch, <https://www.entlastungsdienst.ch/aargau-solothurn/>

Ferienwochen Alzheimer Aargau

Alzheimer Aargau bietet Ferienwochen.

Alzheimer Aargau, info.ag@alz.ch, Tel. 056 406 50 70, <https://www.alzheimer-schweiz.ch/de/aargau/home/>

Freizeitangebote der Pro Senectute Aargau

Eine interessante Beschäftigung hilft, körperlich aktiv und geistig fit zu bleiben und hält soziale Kontakte aufrecht.

Angebote aus den Bereichen:

- Bewegung und Sport
- Bildungskurse und Führungen
- Geselligkeit (Treffen)

Pro Senectute Aargau, info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/freizeit

Pflegeinstitutionen

Viele Pflegeinstitutionen bieten mehrtägige oder mehrwöchige Temporär-Aufenthalte für pflege- und unterstützungsbedürftige Menschen an, damit sich pflegende Angehörige entlasten können und sie sich von ihrer anspruchsvollen Aufgabe erholen. Bitte nehmen Sie mir dem Pflegeheim Ihrer Wahl Kontakt auf, um die Möglichkeiten abzuklären. Sie finden die Übersicht über die rund 100 Institutionen im Kanton Aargau wie folgt:

- [Pflegeheimliste des Kanton Aargau](#)
- [Vaka – Gesundheitsverband Aargau](#)
- [Heime und Institutionen in der Schweiz](#)

5. Information

Anlauf- und Beratungsstelle für Altersfragen

Jede Gemeinde im Kanton Aargau hat eine Anlauf- und Beratungsstelle für Altersfragen (PflG Art. 18).

beratung@info-ag.ch, Tel. 0848 40 80 80, www.info-ag.ch

Beratung für Angehörige von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Persönliche und telefonische Beratung, Information und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, welche Angehörige sind. Beratung für Eltern, welche von einer psychischen Erkrankung betroffen sind.

Fachstelle für Angehörige der Psychiatrischen Dienste AG (PDAG), angehoerige@pdag.ch, Tel. 056 462 24 61, <https://www.pdag.ch/fuer-patienten-und-angehoerige/alle-angebote/offer/angebote-der-fachstelle-fuer-angehoerige-psychisch-kranker-menschen/>

Förderprogramm "Entlastungsangebote für betreuende Angehörige 2017-2020"

Wissensgrundlagen rund ums Thema betreuende Angehörige des Bundesamts für Gesundheit (BAG).

https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitspolitik/foerderprogramme-der-fachkraefteinitiative-plus/foerderprogramme-entlastung-angehoerige/programmteil_1_wissensgrundlagen1.html

FRAGILE Suisse

FRAGILE Suisse ist die schweizerische Patienten- und Behindertenorganisation für Menschen mit einer Hirnverletzung und Angehörige. Eine Hirnverletzung – wie etwa ein Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma oder Hirntumor – kommt unerwartet und verändert das Leben von einem Moment auf den anderen. FRAGILE Suisse setzt sich für betroffene Personen und Angehörige ein, steht ihnen mit einem umfangreichen Informations- und Dienstleistungsangebot zur Seite und gibt ihnen eine Stimme in der Öffentlichkeit.

FRAGILE Suisse – FRAGILE Family

Auf der speziellen Website www.fragile-family.ch finden Kinder und Jugendliche mit einem betroffenen Elternteil Antworten auf ihre Fragen. Kurze Videosequenzen und ansprechende Texte vermitteln die Grundlagen zum Thema Hirnverletzung und informieren altersegerecht.

HEKS - AltuM (Alter und Migration)

HEKS AltuM organisiert Informationsveranstaltungen zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters, Gesundheitsförderungs- und Bewegungsangebote, Information und Beratung in Kleingruppen und Einzelgesprächen.

HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn, aargau-solothurn@heks.ch, Tel. 062 836 30 20, <https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-alter-und-migration#angebote>

Informationsstelle - Pro Senectute Aargau

Pro Senectute ist eine zentrale Anlauf- und Informationsstelle für alle Fragen zum Thema Alter(n). Die kostenlose, neutrale Beratung bietet zu unterschiedlichen Themen Antworten und Begleitung in diversen Lebenslagen.

Themen:

- Sozialberatung
- Finanzen
- Gesundheit
- Lebensgestaltung
- Recht und Vorsorge
- Wohnen

Pro Senectute Aargau, info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/beratung

Orientierungshilfe zur Förderung der psychischen Gesundheit

Förderung der psychischen Gesundheit von betreuenden Angehörigen älterer Menschen. Eine Orientierungshilfe für die Gesundheitsförderung im Alter.

https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/psychische-gesundheit/Broschuere_GFCH_2019-02_-_Psychische_Gesundheit_von_Betreuenden_Angehoerigen.pdf

Plattform zur Vereinbarkeit von Beruf und Angehörigenbetreuung

Die Plattform www.info-workcare.ch wird von Travail.Suisse und vom eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann bewirtschaftet. Sie enthält viele Angebote und Informationen für berufstätige Pflegende und Angehörige, auch spezifisch für den Kanton Aargau.

www.info-workcare.ch

Pro Aidants

Plattform mit Merkblatt, Notfallplan, Carer Forum und weiteren Infos für Angehörige.

Pro Aidants. Schweizerische Interessenvertretung für betreuende und pflegende Angehörige, <https://www.proaidants.ch/de-ch/betreuende-angehörige>

Pro Juventute Chat für Gleichaltrige

Im "Chat mit Gleichaltrigen" können sich Jugendliche mit ihren Fragen an dafür ausgebildete Gleichaltrige wenden. Ein Beratungsprofi steht bei Bedarf unterstützend zur Seite.

<https://www.147.ch/de/peerchat/peer-chat/>

Ratgeber der Krebsliga zur Vereinbarkeit von Beruf und Angehörigenbetreuung

Die Broschüre gibt berufstätigen Angehörigen von Krebsbetroffenen konkrete Hilfestellungen, damit die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf gelingen kann.

www.krebsliga.ch > Shop > Broschüren / Infomaterial > Leben mit Krebs / Angehörige und Nächste > Zwischen Arbeitsplatz und Pflegeaufgabe: <https://shop.krebsliga.ch/broschueren-infomaterial/leben-mit-krebs/angehoerige-und-naechste/zwischen-arbeitsplatz-und-pflege-aufgabe>

6. Weiterbildung

Careum Weiterbildung

Careum Weiterbildung bietet verschiedene Kurse für Angehörige an.

Careum Weiterbildung, Aarau, Tel. 062 837 58 58, www.careum-weiterbildung.ch

Evivo-Training

Evivo ist ein Training, das Teilnehmende befähigt, im täglichen Leben besser mit chronischen Krankheiten zu leben. Bei Evivo können alle dabei sein, die selbst von einer chronischen Krankheit betroffen sind, oder die chronisch kranke Menschen begleiten oder betreuen.

Verein "Evivo Netzwerk" c/o Careum Weiterbildung, info@evivo.ch, Tel. 062 555 56 78, <https://www.evivo.ch>

SRK: Weiterbildung

In den Kursen für pflegende Angehörige lernen die Teilnehmenden sich vor Überforderung Überanstrengung zu schützen und sich optimal auf die Pflege eines Angehörigen vorzubereiten oder sich darin weiterzubilden.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau, info@srk-aargau.ch, Tel. 062 544 03 03, www.srk-aargau.ch/pflegende-angehoerige

Palliative Care Aargau

Plattform für Wissensaustausch und Weiterbildung und Vernetzung von Fachpersonen, Freiwilligen, Betroffenen und Angehörigen. Information über die Palliative Care-Angebote und Veranstaltungen des Kantons. Beratung und Hilfe für alte Menschen oder solche mit unheilbaren Krankheiten.

palliative aargau, info@palliative-aargau.ch, Tel. 062 824 18 82, <https://www.palliative-aargau.ch/>

Palliative Care und Begleitung der Aargauer Landeskirchen

Die Aargauer Landeskirchen bieten neben dem Palliative Care-Begleitdienst diverse Weiterbildungen für pflegende Angehörige an.

Aargauer Landeskirchen, info@palliative-begleitung.ch, 062 838 06 55, www.palliative-begleitung.ch

palliative aargau, info@palliative-aargau.ch, Tel. 062 824 18 82, <https://www.palliative-aargau.ch/>

7. Nachbarschaftshilfe

benevol Aargau

Freiwilligenarbeit.

benevol@benevol-aargau.ch, Tel. 062 823 30 44, <https://www.benevol.ch/de/aargau/benevol-aargau.html>

Hilf-jetzt.ch

Pro Postleitzahl gibt es eine Telefonnummer, unter welcher Sie Unterstützung durch Freiwillige erhalten können.

<https://www.hilf-jetzt.ch/>

Nachbarschaftshilfe der reformierten Kirche Aargau

Nachbarschaftshilfe nach Gemeinden https://www.ref-ag.ch/meine-kirche/kirchengemeinden_corona.php

8. Austausch

Alltagshilfe der Pro Senectute Aargau

Die Alltagshilfe der Pro Senectute Aargau unterstützt und entlastet. Zum Beispiel mit Gesellschaft leisten, Begleitung zu Terminen, Spaziergängen und Ausflügen usw.

Pro Senectute Aargau, info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/hilfen

Careum Hochschule Gesundheit – Young Carers Get-Together

Die Careum Hochschule Gesundheit organisiert verschiedene Austauschmöglichkeiten für junge Menschen, die jemanden unterstützen.

Careum Hochschule Gesundheit, Bereich Forschung, young-carers@careum-hochschule.ch, Tel. 043 222 50 56, <https://www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Forschung/Fachbereich-Gesundheit/Young-Carers>

Gesprächsgruppen für Angehörige von Menschen mit Demenz der Pro Senectute Aargau

info@ag.prosenectute.ch, Tel. 062 837 50 70, www.ag.prosenectute.ch/demenz

In den Angehörigengruppen können sich Angehörige von Menschen mit Demenz austauschen und erhalten Unterstützung. Die Gruppen werden von geschulten Fachpersonen geleitet.

Gesprächsgruppen und Treffpunkte für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost organisiert für Betroffene sowie Angehörige verschiedene Gesprächsgruppen. Menschen in ähnlichen Lebenssituationen haben die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen und neue Kontakte zu knüpfen.

Die Treffpunktangebote bieten in erster Linie geselliges Zusammensein und gemeinsame Erlebnisse an, von Nordic Walking bis hin zur Mithilfe in einem Blumengarten.

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, aargau@fragile.ch Tel. 056 442 02 60, www.fragile.ch/aargau-solothurn/

HEKS - AltuM (Alter und Migration)

HEKS AltuM organisiert Aktivitäten wie Café-Treffs, Informationsveranstaltungen zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters, Gesundheitsförderungs- und Bewegungsangebote, Information und Beratung in Kleingruppen und Einzelgesprächen.

HEKS AltuM organisiert Informationsveranstaltungen zu sozialen, wirtschaftlichen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten des Alters, Gesundheitsförderungs- und Bewegungsangebote, Information und Beratung in Kleingruppen und Einzelgesprächen.

HEKS Regionalstelle Aargau/Solothurn, aargau-solothurn@heks.ch, Tel.

Infoline MS

Beratung durch Fachpersonen der Schweizerischen Multiplen Sklerose Stiftung. Schweizerische Multiple Sklerose Stiftung - Regionalgruppe Aarau, Tel. 0844 674 636, <https://www.multiplesklerose.ch/de/unsere-angebote/regionalgruppen/aarau/>

Peer-Beratung / Erfahrungsaustausch für Menschen mit Hirnverletzung und Angehörige

Kostenloser Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe von Betroffenen für Betroffene und von Angehörigen für Angehörige. Die Peerberaterinnen und -berater sind selbst von einer Hirnverletzung betroffen oder Angehörige und haben deshalb bereits viel Erfahrung rund um das Thema Hirnverletzung gesammelt. Die Treffen finden individuell nach Absprache statt.

FRAGILE Aargau/Solothurn Ost, aargau@fragile.ch, Tel. 056 442 02 60, www.fragile.ch/aargau-solothurn/

Pro Juventute Chat für Gleichaltrige

Im "Chat mit Gleichaltrigen" können sich Jugendliche mit ihren Fragen an dafür ausgebildete Gleichaltrige wenden. Ein Beratungsprofi steht bei Bedarf unterstützend zur Seite.

<https://www.147.ch/de/peerchat/peer-chat/>

Selbsthilfe Zentrum Aargau

Selbsthilfe- und Angehörigengruppen, info@selbsthilfezentrum-ag.ch, Tel. 056 203 00 20, www.selbsthilfezentrum-ag.ch > Selbsthilfegruppen > Gruppen im Aargau

Selbsthilfe- und Angehörigengruppen Alzheimer Aargau

Alzheimer Aargau, info.ag@alz.ch, 056 406 50 70, <https://www.alzheimer-schweiz.ch/de/aargau/home/>

Trialogische Seminare

Im Trialog haben alle Beteiligten - Erfahrene, Angehörige und professionell Tätige - die Möglichkeit, Erfahrungen gleichberechtigt auszutauschen, wechselseitige Vorurteile abzubauen und voneinander zu lernen. Der Trialog fördert gegenseitiges Verständnis und einen respektvollen Umgang untereinander. Die Krankheit aus dem Blickwinkel aller Beteiligten zu betrachten, hilft uns, diese besser zu verstehen und besser damit umzugehen.

Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana, Tel. 0849 800 858, <https://www.promentesana.ch/de/schnell-navigation/fuer-angehoerige.html>

9. Schutz

Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt Aargau (AHG)

Die Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt AHG begleitet und berät sowohl gewaltbetroffene als auch gewaltausübende Personen sowie beteiligte oder besorgte Dritte, wie zum Beispiel Familienangehörige, Bezugspersonen, Vorgesetzte oder Personen aus der Nachbarschaft.

Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt Aargau (AHG), info@ahg-aargau.ch,
Tel. 062 550 20 20, <https://www.ahg-aargau.ch/>

Kriminalprävention Kantonspolizei Aargau

Die Fachleute von der Kriminalprävention analysieren Wohnhäuser oder Gewerbegebäude nach Schwachstellen im Einbruchsschutz. Sie bieten auch Referate zum Thema Einbruchsschutz sowie Sicherheit im Alter an.

Kantonspolizei Aargau, beratungsstelle.kripo@kapo.ag.ch, Tel. 062 835 81 81,
<https://www.ag.ch/de/verwaltung/dvi/kantonspolizei/praevention>

Nationales Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt

Das Nationale Kompetenzzentrum für Alter ohne Gewalt stellt Informationsmaterialien bereit.

Nationales Kompetenzzentrum, info@alterohnegehalt.ch, Tel. 0848 00 13 13,
<https://alterohnegehalt.ch/gewaltimalter/>

Ombudsstelle für Menschen mit Behinderungen Kanton Aargau

Wozu eine Ombudsstelle für Menschen mit Behinderungen? In den Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen kann es zu Differenzen und Konflikten kommen. Wenn diese zwischen den Beteiligten nicht gelöst werden können, ist die Ombudsstelle da.

Ombudsstelle für Menschen mit Behinderungen Kanton Aargau, Tel. 062 823 11 42,
info@ombudsstelle-behinderte-ag.ch, <https://www.ombudsstelle-behinderte-ag.ch/>

Ombudsstelle für pflegebedürftige Menschen

Der Verein Patientenstelle AG/SO führt im Auftrag des Kantons Aargau eine Ombudsstelle für Menschen, die sich in einer stationären Pflegeeinrichtung aufhalten oder Dienstleistungen von ambulanten Pflegeeinrichtungen beziehen.

Ombudsstelle für pflegebedürftige Menschen Kanton Aargau, info@ombudsstelle-ag.ch,
<https://www.ombudsstelle-ag.ch/>

Opferberatung Aargau

Die Opferberatung Aargau berät Opfer von Straftaten wie körperlicher und sexueller Gewalt, Drohungen oder Verkehrsunfälle. Die Beratung erfolgt telefonisch, im persönlichen Gespräch oder per E-Mail. Diese sind kostenlos und vertraulich.

Opferberatung Aargau, beratungsstelle@opferberatung.ch,
Onlineberatung: <https://online.opferberatung-ag.ch/>,
Website: <https://www.opferberatung-ag.ch/>

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)

Die UBA ist eine politisch und konfessionell unabhängige Beschwerdestelle für das Alter. Fachpersonen bieten Hilfe zur Selbsthilfe bei Konflikten in verschiedenen Bereichen wie Betreuung, Pflege, Wohnen, Finanzen, Krankenkasse und Familie an. Sie leisten Hilfe für ältere Menschen, die von physischer, körperlicher, finanzieller, sexualisierter, medikamentöser Gewalt und von Grundrechtsverletzungen sowie Vernachlässigung betroffen sind.

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter, info@uba.ch, Tel. 0848 00 13 13,
<https://uba.ch/cms/>

10. Palliative Care

Spezialisierte Palliative Care Pflegeheime

Hospiz Stationär, Hospiz Ambulant, Hospiz Trauertreff

verein@hospiz-aargau.ch und hospiz@hin.ch, Tel. 056 462 68 60, <http://www.hospiz-aargau.ch/index.php>

[Lindenfeld Suhr](#)

[Hospiz Aargau Brugg](#)

[Reusspark, Zentrum für Pflege und Betreuung Niederwil](#)

[Pflegimuri Muri](#)

Palliative Care Aargau

Plattform für Wissensaustausch und Weiterbildung und Vernetzung von Fachpersonen, Freiwilligen, Betroffenen und Angehörigen. Information über die Palliative Care-Angebote und Veranstaltungen des Kantons. Beratung und Hilfe für alte Menschen oder solche mit unheilbaren Krankheiten.

palliative aargau, info@palliative-aargau.ch, Tel. 062 824 18 82, <https://www.palliative-aargau.ch/>

Spezialisierte Palliative Care Spitex

Die Palliative Spitex Aargau bietet spezialisierte Beratung und Unterstützung zu Hause an 5 Regionale Palliative Care Zentren:

[Spitex Region Brugg AG](#)

[Spitex Region Lenzburg](#)

[Spitex Muri und Umgebung](#)

[Spitex Suhrental Plus](#)

[Spitex Fricktal AG](#)

[Spitex-Verein Menziken-Burg](#)

[Spitex Freiamt](#)

[Spitex Lindenhof Oftringen](#)

Tel. 0842 888 444

direkte Verbindung zum zuständigen Zentrum unter Angabe Ortschaft / Postleitzahl:

<https://www.vaka.ch/de/spitex-finder/?cat%5B%5D=117684117684> oder bei Fragen Leiterin Fachstelle ambulante spezialisierte Palliative Care Daniela Foos daniela.foos@vaka.ch

Palliative Care-Begleitdienst – Aargauer Landeskirchen

Palliative Care und Begleitung vermittelt ausgebildete Freiwillige zur Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen, ambulant und stationär – ungeachtet deren Religionszugehörigkeit.

Palliative Care-Begleitdienst der Aargauer Landeskirchen, www.palliative-begleitung.ch,
Einsatzzentrale: 079 855 06 55, einsatz@palliative-begleitung.ch

Reformierte Landeskirche Aargau, Besuchsdienst

Freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besuchen Menschen, die älter, krank oder alleinstehend sind.

Während eines Besuches haben pflegende Angehörige die Möglichkeit, Zeit für sich zu erleben oder Alltagserledigungen zu machen.

Kontakt: Fachstelle Diakonie, diakonie@ref-aargau.ch, 062 838 00 69
<https://www.ref-ag.ch/diakonie/besuchsdienst>

Reformierte Landeskirche Aargau, Wegbegleitung

Geschulte Freiwillige begleiten Menschen in schwierigen Lebenssituationen für eine befristete Zeit. In einer Einsatzvereinbarung werden Inhalt, Ziel, Rhythmus sowie Anfang und Ende festgehalten. Begleitet werden Menschen ab Volljährigkeit.

Reformierte und Katholische Kirchen Aargau, www.wegbegleitung-ag.ch

11. Mobilität

IG Fahrdienste

ig-fahrdienste-aargau@gmx.ch

Rotkreuz Fahrdienst Aargau

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau, info@srk-aargau.ch, <https://www.srk-aargau.ch/fahrdienst>

TIXI AARGAU

Tel. 056 406 13 63, www.tixi-aargau.ch

Verein Mobil Im Alter

<https://www.mia-entfelden.ch/>

Verein Freiwilligen Fahrdienst MiA Mobil im Alter Obersiggenthal

www.mia-obersiggenthal.ch

mia.obersiggenthal@gmx.ch

Koordination Tel. 056 511 23 47

Der Verein ist Mitglied der Interessengemeinschaft Fahrdienste Kanton Aargau

ig-fahrdienste-aargau@gmx.ch