

**DEPARTEMENT  
GESUNDHEIT UND SOZIALES**

Kantonaler Sozialdienst

Fachstelle Alter und Familie

6. Dezember 2024

**ENTLASTUNGSANGEBOTE NACH ZIELGRUPPEN**

**Angehörige von älteren Menschen**

---

*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](mailto:beratung@info-ag.ch), Tel. 0848 40 80 80, [www.info-ag.ch](http://www.info-ag.ch)

**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](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Tel. 062 837 50 70, <https://ag.prosenectute.ch/beratung>

*Betreuung:*

**Betreute Ferienwochen der Pro Senectute Aargau**

Betreute Ferienwochen auch für Menschen mit einer leichten Pflegebedürftigkeit.

Pro Senectute Aargau, [info@ag.prosenectute.ch](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Tel. 062 837 50 70, <https://ag.prosenectute.ch/ferien>

## CareInfo

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

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

## 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](mailto:ag-so@entlastungsdienst.ch), Tel. 058 680 21 50, [www.entlastungsdienst.ch/aargau-solothurn](http://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](http://www.vaka.ch), Spitex-Finder: <https://www.vaka.ch/de/spitex-finder/>  
Tel. 0842 80 40 20, [info@vaka.ch](mailto:info@vaka.ch), Tel. 062 552 55 00.

## 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](mailto:entlastungsdienst@srk-aargau.ch), Tel. 062 544 03 03,

[www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste](http://www.srk-aargau.ch/entlastungsdienste)

## SRK: Tagesstätten

Das SRK Kanton Aargau bietet verschiedene Tagesstätten im Kanton an.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau, [info@srk-aargau.ch](mailto:info@srk-aargau.ch), Tel. 062 835 70 40, <https://www.srk-aargau.ch/tagesstaette>

## Tagesstätten mit Übernachtungsmöglichkeiten

Pflegeheime bieten zum Teil Tagesstätten mit Übernachtungsmöglichkeiten an.

## we+care

Plattform für News, Apps und Ratgeber zur Begleitung von Angehörigen.

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

*Austausch und weitere Beschäftigungen:*

### **Alltags- und Haushaltshilfe 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](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Tel. 062 837 50 70, <https://ag.prosenectute.ch/de/hilfen/daheim-unterstuetzt.html>

### **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](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Tel. 062 837 50 70, <https://ag.prosenectute.ch/freizeit>

### **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](mailto:aargau-solothurn@heks.ch), Tel. 062 836 30 20, <https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-alter-und-migration#angebote>

### **Mal Reden**

malreden ist ein dreiteiliges Telefonangebot für ältere Menschen. Geschulte Freiwillige hören zu, schenken Zeit und ein offenes Ohr, nehmen Anteil, bieten eine Gelegenheit zum Austausch und ermutigen zur Selbsthilfe. Es besteht aus einem Alltagstelefon, einem Gesprächstandem, der Infovermittlung zu weiteren passenden Angeboten von Fachstellen oder Organisationen bei Bedarf und steht schweizweit auf Deutsch zur Verfügung.

Alle Anrufe sind kostenlos, anonym und vertraulich.

<https://www.malreden.ch/>

*Mobilität:*

### **Rotkreuz Fahrdienst Aargau**

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

### **Verein Mobil Im Alter**

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

*Schutz:*

### **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](mailto: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](mailto:info@alterohnegehalt.ch), Tel. 0848 00 13 13, <https://alterohnegehalt.ch/gewaltimalter/>

### **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](mailto:info@ombudsstelle-ag.ch), Tel. 062 823 11 42, <https://www.ombudsstelle-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](mailto:info@uba.ch), Tel. 0848 00 13 13, <https://uba.ch/cms/>

*Information:*

### **Informationsstelle - Pro Senectute Aargau**

Pro Senectute ist eine Anlaufs- 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](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Tel. 062 837 50 70, <https://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](https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/psychische-gesundheit/Broschuere_GFCH_2019-02_-_Psychische_Gesundheit_von_Betreuenden_Angehoerigen.pdf)

*Nachbarschaftshilfe:*

### **benevol Aargau**

Freiwilligenarbeit.

[benevol@benevol-aargau.ch](mailto: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/>