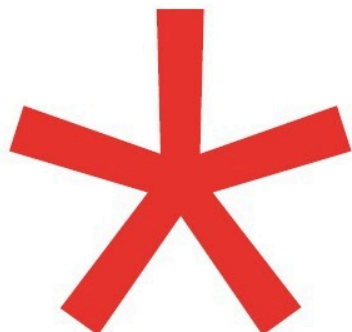


Beratungsstelle Alter und Gesundheit



Beratungsstelle Alter und Gesundheit Oberengadin



Im Jahr 2011 wurde die Beratungsstelle Alter und Gesundheit aufgrund einer Initiative der Oberengadiner Gemeinden ins Leben gerufen. Die Beratungsstelle ist der Stiftung Gesundheitsversorgung Oberengadin (SGO) angegliedert.

Der Schwerpunkt der Beratungsstelle Alter und Gesundheit liegt darin, älteren Menschen und ihren Angehörigen eine umfassende Unterstützung bei den verschiedenen Herausforderungen des Älterwerdens anzubieten. Der Fokus liegt auf dem Informieren, Vermitteln, Vernetzen, Koordinieren und Beraten. Bei Bedarf werden Sie an spezialisierte Fachstellen weitergeleitet.

Haben Sie Fragen rund um die Themen Alter? Die Beratungsstelle Alter und Gesundheit informiert und berät Sie persönlich und kostenlos über folgende Themen:

- Begleitung und Transport: zu Fuss, mit dem Auto oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Erholung: Entlastung der Familie, Seniorenferien, begleitete Ferien, Kuren
- Ernährung: Mahlzeitendienst, Unterstützung beim Kochen, Ernährungsberatung
- Finanzen: Administration, Steuern, Sozialversicherungen, Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung, Budgetberatung
- Pflege: zu Hause, Entlastung der Angehörigen
- Prävention: körperliche und geistige Fitness, Seniorensport, Wohnberatung
- Rechtsfragen: Testament, Erbe, Patientenverfügung, Vormundschaft, Tod
- Sicherheit: Notruf, Kontrollbesuche, Nachbarschaftshilfe
- Soziale Kontakte: Seniorentreffen, Nachbarn, Mittagstisch, Gesprächsgruppen für Angehörige, Vereine, Seelsorge
- Wohnen: Alterswohnungen, betreutes Wohnen, Suche und Finanzierung von Wohnformen, Mobilisation, Hilfsmittel

In dem von der Beratungsstelle erstellten Wegweiser finden Sie nützliche Adressen und Angebote für Engadiner Seniorinnen und Senioren.

[Wegweiser Alter und Gesundheit 2023.pdf \[pdf, 2.9 MB\]](#)

Weitere Informationen zur Beratungsstelle finden Sie unter der folgenden Adresse:

Beratungsstelle Alter und Gesundheit
c/o Pflegeheim Promulins
Suot Staziun 7 - 9
CH-7503 Samedan
T 081 850 10 50

info@alter-gesundheit-oberengadin.ch

<https://www.alter-gesundheit-oberengadin.ch/>