

Seniorenangebote

Anlass "Zufrieden älter werden" vom 04.11.2015

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
A									
B									
Beratung für Menschen im AHV-Alter und deren Angehörige	Pro Senectute	Beratung für Menschen im AHV-Alter und deren Angehörige, Sozialberatung, Treuhanddienst, Bildung + Sport, Projektarbeit	Pro Senectute, Beratungsstelle Luzern, Bundesplatz 14, 6002 Luzern, info@lu.pro-senectute.ch 041 226 11 88, www.lu.pro-senectute.ch		x				
	Pro Senectute Ortsvertretung Dierikon	Bindeglied zwischen regionaler Beratungsstelle von Pro Senectute und den älteren Menschen in der Gemeinde. Besuchsdienste durch Freiwillige.	Doris Buser 041 450 25 17 Spechtenstrasse, 67, 6036 Dierikon Vogel Ursula 041 450 08 92 Pilatusstrasse 25, 6036 Dierikon		x				
Beratung / Recht, Sozial, Budget	Frauenzentrale Luzern	Recht- und Sozialberatung Budgetberatung Tageseltern-Vermittlung	Frauenzentrale Luzern Töpferstrasse 5, 6004 Luzern info@frauenzentraleluzern.ch Geschäftsstelle: 041 211 00 30 Mo – Fr 10 – 12 Uhr Tagesfamilien: 041 211 00 31 Rechts-/Budget-Hotline: 0900 566 000 (Fr. 1.49/Min. ab Festnetz) www.frauenzentraleluzern.ch	x	x			x	x
Beschwerdestelle	UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter	Menschen im Alter stehen manchmal vor Konflikten, die für sie unüberwindbar geworden sind. Dies gilt bei Beschwerden oder Problemen hinsichtlich des Wohnens, der Finanzen, der Krankenkasse, der Betreuung und Pflege in der Familie oder in Alters- und Pflegeheimen, Spitex. In solchen Fällen steht die Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA) Betroffenen und deren Angehörigen mit Rat und Hilfe zur Seite.	UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter Malzstrasse 10, 8045 Zürich Zentrale Anlaufstelle (für die Eingabe von Beschwerden): 058 450 60 60 (Montag - Freitag, 14.00 - 17.00 Uhr) info@uba.ch / www.uba.ch		x				
Besuchs- und Begleitdienste	Stiftung Besuchsdienst Innerschweiz	Die Stiftung Besuchsdienst Innerschweiz bietet älteren oder behinderten Menschen Besuche, Begleitung und Betreuung an.	Wesemlinrain 3c, 6006 Luzern 041 417 12 30 info@besuchsdienst-is.ch				x	x	

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Besuchs- und Begleitdienste	SRK Besuchsdienst Innerschweiz	Der Wunsch nach sozialen Kontakten ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Heute ist es nicht mehr allen möglich, dies auszuleben. Durch den Besuchs- und Begleitdienst des SRK Luzern erleben zuvor isolierte Menschen diese Qualität wieder neu.	Kontakt Besuchs- und Begleitdienst 0842 48 48 48 (Lokaltarif) entlastungsdienst@srk-luzern.ch				x	x	
	Diverse Anbieter	Individuell gestaltete Besuche, gegen Vereinsamung im Alter	Weitere Angebote: Spitex-Organisationen, Pfarreien, Frauenvereine				x	x	
Betreutes Wohnen / Wohnen mit Dienstleistungen	Diverse Angebote	Wohnen mit Betreuung, Tagesheim, selbständiges Wohnen mit Dienstleistungsangeboten wie Waschen, 24-Std. Notruf, Mahlzeiten usw.	Informationen über Wohngemeinde		x		x	x	
Bewegung	STV Turnverein SVKT Turnverein Frauenforum Pfarrei Root	Seniorenturnen Turnen für Männer, Frauen und Kinder, für Jung und Alt	STV Turnverein / www.stv-root.ch SVKT Turnverein / www.svkt-root.ch Frauenforum Pfarrei Root (Dierikon, Gisikon, Honau, Root) www.frauenforum-root.ch	x					x
Bildung, Lernen	Senioren Universität Luzern Senioren-Volkshochschule Luzern	Die Seniorenuniversität ermöglicht älteren Menschen lebenslanges Lernen, um ihre geistige Spannkraft zu erhalten und zu fördern.	Senioren-Universität Luzern Senioren-Volkshochschule Luzern Schweizerhofquai 26004 Luzern 041 410 22 71 / www.sen-uni-lu.ch	x					x
Bildung und Sport	Pro Senectute	Bildung + Sport	Bildung+Sport, Bundesplatz 14, 6002 Luzern Bildung 041 226 11 96 Sport 041 226 11 99 info@lu.pro-senectute.ch www.lu.pro-senectute.ch	x					x
C									
D									
Demenz, Alzheimer	Memory Clinic Luzerner Psychiaterie	Abklärung, Beratung, Information	Memory Clinic Sursee Spitalstrasse 16b, 6210 Sursee www.lups.ch, 041 925 06 20		x	x			

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Demenz, Alzheimer	Der rote Faden	Beratung, Weiterbildung, Tagesbetreuung bei Demenz	Der rote Faden Bramberg 4, 6004 Luzern www.derrotefaden.ch / 041 240 70 44		x	x		x	x
	Schweizerische Alzheimervereinigung Luzern	Die Schweizerische Alzheimervereinigung Luzern setzt sich für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen im Kanton Luzern ein.	Infostelle Demenz 040 210 82 82 www.alz.ch/lu/		x		x	x	
Drehscheibe 65plus Rontal	Gemeinden Buchrain, Dierikon, Ebikon, Gisikon, Honau und Root gemeinsam mit LuzernPlus und Pro Senectute Kanton Luzern	Die kostenlose Auskunft für alle Fragen rund ums Alter.	Gemeindehaus Ebikon Riedmattstrasse 14, 6030 Ebikon info@rontal65plus.ch / 041 440 50 10		x				
E									
Entlastungsdienst für pflegende Angehörige	Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)	Betreuerinnen und Betreuer vom Roten Kreuz mit Grundkenntnissen in Pflege und Betreuung übernehmen Betreuungsaufgaben, unterstützen pflegende Angehörige in der Alltagsgestaltung und lösen sie regelmässig bei den Arbeiten ab.	Kontakt Entlastungsdienst: 0842 48 48 48 (Lokaltarif) entlastungsdienst@srk-luzern.ch			x		x	
F									
Fach- und Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit	BENEVOL Luzern	Benevol Luzern ist die Fach- und Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit im Kanton Luzern. Benevol berätet Personen, die sich freiwillig engagieren möchten. Benevol Luzern ist der Dachorganisation Benevol Schweiz angeschlossen.	Bahnhofstrasse 45, 6210 Sursee Telefon 041 211 02 30 www.benevol-luzern.ch					x	x
	win60plus	win60plus ist das Portal für die Beratung und Vermittlung von Freiwilligenarbeit für Personen der Generation 60+ aus dem Kanton Luzern.	Habsburgerstrasse 26, 6003 Luzern 041 210 53 70 info@win60plus.ch / www.win60plus.ch					x	x
Fahrdienst	Frauenforum Pfarrei Root Root, Gisikon, Dierikon, Honau	SOS Fahrdienst für Root, Gisikon, Dierikon, Honau für Arzt-, Spital- und Therapiebesuche	Frauenforum Pfarrei Root 041 450 12 15 / 079 356 62 66 www.frauenforum-root.ch				x	x	
	Spitex Rontal plus	Fahrdienst nur für Dierikon	Spitex Rontal plus Wydenhofstr. 60, 6030 Ebikon 041 444 10 90 / www.spitexrontalplus.ch				x	x	

	SRK Luzern Fahrdienste	Fahrten zu Arzt, Therapie etc.	Kontakt Fahrdienste Telefon 0842 43 43 43 (Lokaltarif) Email fahrdienste@srk-luzern.ch				x	x	
	Tixi-Taxi	Fahrten zu Arzt, Therapie etc.	www.lutixi.ch				x	x	

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Ferienangebote	Pro Senectute	Begleitete Ferien für Seniorinnen und Senioren mit verschiedenen	www.lu.pro-senectute.ch		x		x	x	
	Angebote in verschiedenen (Kirch-) Gemeinden	Begleitete Ferien für Seniorinnen und Senioren mit verschiedenen Betreuungsangeboten	Angebote in verschiedenen (Kirch-) Gemeinden		x		x	x	
Ferienbett / Entlastungsbett	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root	Tages-/Nachtaufenthalt	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root (Dierikon, Dietwil, Gisikon, Honau, Inwil, Root) Schulstrasse 23, 6037 Root / 041 455 35 35 www.unterfeld.ch / info@unterfeld.ch		x	x		x	
	Spitex Rontal plus	Tages-/Nachtaufenthalt oder temporär stationär bis max. 12 Wochen Pflege- und Betreuung	Spitex Rontal plus Wydenhofstr. 60, 6030 Ebikon 041 444 10 90 / www.spitexrontalplus.ch						
Freie Pflegeplätze im Kanton Luzern (Ferienbett, Langzeit, Demente, Palliativbett, Tages-/ Nachtplatz)	LAK CURAVIVA LUZERN	Mit diesem Portal soll den Menschen, die einen Platz in einem Pflegeheim suchen, das Angebot an freien Plätzen transparent und aktuell aufgezeigt werden.	LAK CURAVIVA Postfach 40, 6404 Greppen 041 511 50 10 / www.lak.ch		x	x		x	x
G									
H									
Hilfsmittel	Spitex Rontal plus, Ebikon	Krankenmobilien / Hilfsmittel	Spitex Rontal plus Wydenhofstr. 60, 6030 Ebikon 041 444 10 90 / www.spitexrontalplus.ch				x	x	
	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root	Krankenmobilien / Hilfsmittel	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root (Dierikon Dietwil Gisikon Honau Inwil Root) Schulstrasse 23, 6037 Root / 041 455 35 35 www.unterfeld.ch / info@unterfeld.ch				x	x	
	Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK)	Krankenmobilien / Hilfsmittel	Schweizerisches Rotes Kreuz Maihofstrasse 95c, 6003 Luzern 041 418 70 19 hilfsmittel@srk-luzern.ch www.srk-luzern.ch				x	x	


Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Hilfsmittel	diverse private Anbieter	Krankenmobilien / Hilfsmittel	Hermap AG , Neuhaltenstrasse 1, 6030 Ebikon, 041 444 10 20 www.hermap.ch / info@hermap.ch Gelbart AG REHA-TECHNIK Tribtschenstrasse 64, 6005 Luzern 041 367 70 17 reha.luzern@gelbart.ch, www.gelbart.ch Gelbart AG ORTHOPÄDIE-TECHNIK Habsburgerstrasse 26, 6003 Luzern 041 210 86 83 orthopaedie@gelbart.ch / www.gelbart.ch Koller GmbH, Heim- und Spitalbedarf Gerliswilstr. 104, 6020 Emmenbrücke, 041 280 71 21 Orthotec AG , Schweizer Paraplegiker-Zentrum, Guido A. Zäch Strasse 1, 6207 Nottwil, 041 939 56 06 info@orthotec.ch / www.orthotec.ch				x	x	
I									
J									
K									
Kirche	Pfarrei St. Martin Root Dierikon, Gisikon, Honau, Root	div. Angebote: Besuchsdienst, Seelsorge	Pfarrei St. Martin Root Schulstrasse 7, 6037 Root 041 455 00 60 / www-pfarrei-root.ch	x	x	x	x	x	x
L									
M									
Mahlzeitendienst	Spitex Rontal plus	Mahlzeitenlieferung nach Hause, nur für Dierikon	Spitex Rontal plus Wydenhofstr. 60, 6030 Ebikon 041 444 10 90 / www.spitexrontalplus.ch				x	x	

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Mahlzeitendienst	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root	Mahlzeitenlieferung nach Hause	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root (Dierikon, Dietwil, Gisikon, Honau, Inwil, Root) Schulstrasse 23, 6037 Root 041 455 35 35 www.unterfeld.ch / info@unterfeld.ch				x	x	
Mittagstische	Pfarrei St. Martin Root	Zäme Zmettag, jeweils dienstags	Pfarrei St. Martin Root Schulstrasse 7, 6037 Root 041 455 00 60 / www-pfarrei-root.ch	x			x	x	
	Alters- und Pflegeheim Unterfeld, Root	offener Mittagstisch, Mahlzeitendienst (zu Hause)	Alters- und Pflegeheim Unterfeld (Dierikon, Dietwil, Gisikon, Honau, Inwil, Root), Schulstrasse 23, 6037 Root 041 455 35 35 www.unterfeld.ch / info@unterfeld.ch	x			x	x	
	Senioren Aktiv Dierikon	Offener Mittagstisch	Senioren Aktiv Dierikon Doris Buser, 041 450 25 17 Spechtenstr. 67, 6036 Dierikon www.dierikon.ch/de/vereine/vereinsliste	x			x	x	
	TAVOLATA	Füreinander kochen, miteinander essen und diskutieren - dies ist für alle Menschen eine Bereicherung des Alltags. TAVOLATA bietet mit lokalen selbstorganisierten Tischrunden ein Netzwerk, um Menschen zusammenzubringen.	Migros-Genossenschafts-Bund, Direktion Kultur und Soziales, TAVOLATA Josefstrasse 214, 8031 Zürich 044 277 22 19 / www.tavolata.net	x			x		x
N									
Notruf Systeme	Schweizerisches Rotes Kreuz Luzern (SRK)	Der Notruf stellt rund um die Uhr sicher, dass man in einer Notlage rasch Hilfe erhält.	SRK Luzern 0842 47 47 47 / notruf@srk-Luzern.ch	x				x	x
	Limmex-Uhr		0848 00 11 11 / www.limmex.ch	x				x	x
	Notrufdienst Swisscom		www.swisscom.com/notruf customerservice.notruf@swisscom.com 0800 84 37 27	x				x	x
O									
P									

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Patientenverfügung	Diverse Anbieter	Eine Patientenverfügung hält schriftlich fest, wie man in der letzten Lebensphase und im Sterben begleitet, behandelt und betreut werden möchten. Eine Patientenverfügung regelt zwei grundsätzliche Fragen: Sollen lebensverlängernde Massnahmen unterlassen oder nicht weitergeführt werden? Welche zusätzlichen Handlungen sollen vor und nach dem Tod unternommen werden?	Schweizerisches Rotes Kreuz Luzern Kontakt Patientenverfügung: 041 418 70 10 (Lokaltarif) pv@srk-luzern.ch Pro Senectute DOCUPASS www.lu.pro-senectute.ch/angebote/ docupass		x				
Psychiatrie: Angebote im Bereich Alter	Luzerner Psychiatrie	Bei Menschen in fortgeschrittenem Lebensalter können allgemeine psychische Erkrankungen erstmalig oder wiederholt, sowie altersspezifische Störungen wie Demenzen auftreten. Die Luzerner Psychiatrie hat ein breites Angebot an ambulanten und stationären Abklärungs- und Behandlungsleistungen.	www.lups.ch/erwachsenen- psychiatrie/alter/		x	x			
Psychiatrie: Angehörige von psychisch Kranken	Luzerner Psychiatrie	Telefonbetreuung und -beratung für Angehörige von psychisch Kranken	Beratungstelefon: 041 228 68 39 Montag - Freitag: 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr www.lups.ch/patienten-angehoerige		x			x	x
Psychische Gesundheit Suche nach Beratungsangeboten	traversa - Netzwerk für Menschen mit einer psychischen Erkrankung	Anlaufstelle, Drehscheibe zur Verbesserung der Lebenssituation von Menschen mit einer psychischen Erkrankung	traversa Geschäftsstelle Tribschengasse 8, 6005 Luzern 041 319 95 00 info@traversa.ch / www.traversa.ch	x	x	x	x	x	
	Diverse Anbieter	Psychiater und ärztliche PsychotherapeutInnen suchen nach freien Plätzen mit Ampelsystem Beratung, Information und Gespräche, Weiterbildungen, Tagungen für betroffene Angehörige und Fachleute	www.psychiaterluzern.ch www.vpz.ch www.doc24.ch www.promentesana.ch	x	x	x			
Q									
R									

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
S									
Selbsthilfe	Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden	In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen in gleichen oder ähnlichen Lebenslagen, um sich auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen.	Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden Weggismattstr. 9a, 6004 Luzern 041 210 34 44 www.selbsthilfeluzern.ch mail@selbsthilfeluzern.ch				x		
Selbsthilfe bei Depression	Equilibrium Verein zur Bewältigung von Depression	Beratung, Selbsthilfe bei Depression	Equilibrium www.depressionen.ch/de/equilibrium		x	x	x		
Senioren Gruppen	Senioren Aktiv Dierikon	Seniorenjassen	Senioren Aktiv Dierikon Walter Stirnimann, 041 450 22 28 Rigistr. 5, 6036 Dierikon www.dierikon.ch/de/vereine/vereinsliste						x
	Senioren6038	div. Angebote wie Wandern am Dienstag, Stamm (jedes Monats-Ende), Ausflüge	Senioren6038 Erismann Hanni, 041 360 42 49 Sagenmatte, 6038 Gisikon						x
	Frauenforum Pfarrei Root Root, Gisikon, Dierikon, Honau	div. Angebote wie Jassen, Wandervögel, Geburtstags-party, Ausflug Senioren 60+, Aqua-Fitness, Senioren-turnen, Fit-Gymnastik, Kegeln	Frauenforum Pfarrei Root 041 450 12 15 / 079 356 62 66 www.frauenforum-root.ch						x
	Verein "Seniorentheater Ebikon"	Theater spielen	Verein "Seniorentheater Ebikon" Franz Kupper, 041 440 26 72 Chlihirsele 3, 6036 Dierikon kubif@bluewin.ch						x
Sozialberatung, persönliche	Anfrage bei der Wohngemeinde	kostenlose Beratung	Sozialdienst der Wohngemeinde		x			x	
Sozialberatung, ökumenische	Anfrage bei der Kirchgemeinde	Unterstützung und Beratung in persönlichen, sozialen, rechtlichen und administrativen Fragen.	Agnes Ammann, Sozialarbeiterin FH Dorfstrasse 13, 6030 Ebikon 041 440 13 04 / beratung.rontal@bluewin.ch		x			x	
Spitex	Spitex Rontal plus	Pflege, Hauswirtschaft, Mahlzeitendienst, Fahrdienst, Krankenmobilen	Spitex Rontal plus Wydenhofstr. 60, 6030 Ebikon 041 444 10 90 / www.spitexrontalplus.ch	x	x	x	x	x	
T									

Stichwort	Institution / Anbieter	Inhalt / Kurzbeschreibung	Kontakt	Prävention / Ges. Förderung	Beratung / Information	Behandlung / Betreuung	Selbsthilfe	Entlastung	Freizeitgestaltung
Tagesaufenthalte		Tagesbetreuung für Menschen, die zu Hause leben und betreut werden.	www.stadtluzern.ch www.lak.ch (je nach Gemeinde)				x	x	
Telefonbetreuung	Die Dargebotene Hand	Telefonbetreuung, Chat oder E-Mail Kontakt.	www.143.ch / Telefon 143	x			x	x	
	Pro Senectute	Ältere Menschen einer bestimmten Region rufen sich zu einer vereinbarten Zeit an und erkundigen sich nach dem gegenseitigen Befinden – eine willkommene Abwechslung im Alltag.	Pro Senectute Kanton Luzern 041 226 11 81 Bundesplatz 14, Postfach 3640, 6002 Luzern fachstelle.gwa@lu.pro-senectute.ch	x				x	x
U									
V									
W									
X									
Y									
Z									

 = Angebote speziell im Verbandsgebiet der Gesundheitskommission Dierikon, Gisikon, Honau, Root