

: SEN  
1/07



: SEN

Das Infoblatt  
für Seniorinnen  
und Senioren

# : VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren

Wir freuen uns, Ihnen das neue Informationsblatt für Seniorinnen und Senioren „SEN“ überreichen zu dürfen.

Das letzte Infoblatt hatte einige inhaltliche Veränderungen erfahren. Aufgrund der Rückmeldungen sind diese Anpassungen auf grosse Zustimmung gestossen. Nun haben wir in einem zweiten Schritt mit professioneller Unterstützung die Gestaltung angepasst. Wir sind überzeugt, dass wir mit diesen Änderungen nun eine attraktive und lesefreundliche Informationsschrift für Seniorinnen und Senioren anbieten können.

Wir hoffen, dass Sie die neue Gestaltung auch anspricht und würden uns sehr freuen, wenn wir Ihre Reaktion erfahren würden. Bitte melden Sie sich bei:

## **Regionale Fachstelle für Altersfragen**

Bei der neuen Gestaltung des SEN haben wir auch die Rückseite neu gestaltet. Nun besteht die Möglichkeit, auch kurze Bemerkungen oder Anliegen von Ihnen aufzunehmen. Nehmen Sie diese Chance wahr und senden Sie uns Ihre Mitteilungen.

Wir wünschen Ihnen viel Spass und Anregung beim Lesen des Sen.

Roland Guntern  
Leiter Regionale Fachstelle für Altersfragen



# : INHALT

<b>GEDANKEN AUS DEM ALLTAG</b>	<b>03</b>
<b>AKTUELLES</b>	<b>04</b>
Regionale Fachstelle für Altersfragen	04
Pro Senectute Baden	04
Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden SRRB	04
Regionales Pflegezentrum Baden	05
Alterszentrum Kehl Baden	05
Spitex Baden	06
Reformierte Kirchgemeinde Baden	06
Pro Audito Baden	07
Orchestergesellschaft Baden	07
Wettinger Kammerkonzerte	07
Konzertfonds Baden	07
<b>ANGEBOTE</b>	<b>08</b>
Informationen	08
Beratung	08
Dienstleistungen	08
Freizeit	09
Gesundheit	09
Seelsorge	10
Seniorenaktivitäten	10
Wohnen im Alter	11
<b>TUTTI FRUTTI</b>	<b>12</b>

# : IMPRESSUM

Herausgebende Gemeinden:  
Stadt Baden  
Gemeinde Ennetbaden

Regionale Fachstelle für Altersfragen  
Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden  
Telefon 056 203 40 89/Fax 056 203 40 81  
Mo bis Fr 08.00 h bis 11.00 h  
roland.guntern@ag.pro-senectute.ch

# : GEDANKEN AUS DEM ALLTAG

## Von der Schiefertafel zum Computer ...

In einem Werbeprospekt für Computer fiel mir ein Bildschirm mit neuestem Design auf: Ein dunkles Rechteck war umgeben von einem weissen Rahmen mit abgerundeten Ecken – es besass auffallende Ähnlichkeiten mit meiner ehemaligen Schiefertafel in der 1. Klasse! – Sofort hörte ich wieder das quietschende Kratzen des Griffels beim Einüben der Buchstaben: Rillen gruben sich allmählich in den Schiefer, wöchentlich hiess es Holzrahmen fegen und Griffel spitzen.

Später folgten Feder, Federhalter, Tintenfass – „Tolgggen“ natürlich auch! In der Oberstufe wurden wir dann stolze Besitzer eines Füllfederhalters, manche sogar mit eingraviertem Namen!

Jahre darauf schrieb man natürlich mit Kugelschreiber, welche wiederum durch Filzstifte abgelöst wurden. Eine eigene Schreibmaschine zu erwerben, bedeutete dann schon einen rechten Luxus – und heutzutage ist der Computer in!

Vielleicht haben Sie den „Sprung“ zum Computer bereits gemacht und geniessen es, mit Freunden, Bekannten oder Enkelkindern überall auf der Welt E-Mails auszutauschen? Oder im Internet, anstatt im Lexikon, Wissenswertes „nachzuschlagen“? Oder ohne Plackerei rund um den Globus zu reisen?

Vielleicht haben Sie diesen „Sprung“ noch vor und möchten einen der speziell für Senioren angebotenen Kurse besuchen?

Packen Sie die Chance, lernen Sie Schritt um Schritt, es ist keine Hexerei und nicht halb so schwierig, wie Sie es sich vorstellen!

Eigentlich sind wir heutigen Senioren und Seniorinnen sehr privilegiert, haben wir doch in den vergangenen 60 Jahren die so spannende Entwicklung von der Schiefertafel zum Computer hautnah miterlebt!

Glücklicherweise ist es uns allen dennoch ganz frei gestellt, auch ohne Computer zu leben, es besteht ja kein beruflicher Zwang mehr dazu! Und in Bibliotheken und Buchhandlungen werden wir ohnehin noch genügend Lesestoff finden, um allfälliger geistiger Langeweile zu entgehen!

Der Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden lädt Sie nun ein, die neu geschaffene Homepage, sozusagen unser „Schau-fenster“ auf dem Internet, zu besuchen. Die Adresse lautet: [www.srrb.ch](http://www.srrb.ch). Wir stellen darin unsere Anliegen, Aktivitäten, Angebote und unsere Arbeitsweise vor. Ausserdem werden Sie den speziell interessanten Teil übers Wohnen im Alter mit vielen nützlichen Denkanstössen und Adressen finden (bestimmt wird Ihnen allenfalls ein hilfsbereiter Computerbesitzer die spannendsten Seiten ausdrucken!)

Guten Mut und viel Entdeckerfreude  
wünscht Ihnen  
mit freundlichen Grüssen

Erika Rey

# : AKTUELLES

## **Regionale Fachstelle für Altersfragen**

*Projekt Senioren und Seniorinnen in der Volksschule*

Interessierte Personen wenden sich an die Fachstelle für Altersfragen, Baden, Bahnhofstrasse 7, Herr Roland Guntern, Tel. 056 203 40 89. Volksschulen und der Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden unterstützen das Projekt „Generationen in der Schule“.

## **Pro Senectute Baden**

Fertigmahlzeiten von Pro Senectute gewährleisten eine ausgewogene Ernährung. Jeden Dienstag bringen freiwillige Helferinnen und Helfer von Pro Senectute Fertigmahlzeiten für die ganze Woche bei älteren Menschen vorbei. Der Mahlzeitendienst ermöglicht es ihnen, immer eine vollwertige Mahlzeit zu Hause zu haben und gewährleistet eine ausgewogene Ernährung. Alle Mahlzeiten lassen sich einfach in der Mikrowelle oder Pfanne erwärmen. Die Kundinnen und Kunden sind mit der Qualität der Mahlzeiten des neuen Lieferanten SV cAre Catering und Services sehr zufrieden und möchten nicht mehr darauf verzichten. Die Mahlzeiten werden im ganzen Bezirk Baden geliefert.

*Weitere Informationen zu den Mahlzeiten erteilt: Pro Senectute Baden, Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden. Tel. 056 203 40 80*

## **Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden (SRRB)**

*Mitgliederversammlung  
Altersarena*

Die jährliche Mitgliederversammlung 2007 findet am 26. März 2007 statt. Die Einladung dazu erfolgt separat. Auch Gäste und weitere Interessierte sind eingeladen. Die 4. Alters-Arena zum Thema „Altern eine Gratwanderung - Der Weg zwischen später Freiheit und den Erwartungen der Gesellschaft“ am 26.10.2006 war auch dieses Jahr ein Publikumsmagnet. Herr Prof. Dr. Erhard Olbrich beleuchtete in seinem Referat die verschiedenen Facetten des Älterwerdens.

## *Homepage*

Seit 1.10.2006 ist die Homepage des Senioren- und Seniorinnenrates [www.srrb.ch](http://www.srrb.ch) aufgeschaltet.

## *Arbeits- und Gesprächsgruppen*

Alle Gruppen freuen sich, neue Teilnehmer aufzunehmen. Die Literaturgruppe z.B. eröffnet einen zweiten Lesezirkel, in dem noch weitere Leseratten willkommen sind. Auskunft erteilt Tel: 056 222 55 61.

## Mitgliedschaft

Es würde uns freuen, wenn auch Sie sich zu einem Beitritt des SRRB entschliessen und damit unsere Tätigkeit unterstützen. Auskunft: Bruno Fritschi, Kehlstrasse 15, 5400 Baden, Tel. 056 222 26 94

1. Donnerstag des Monats:  
04.01., 01.02., 01.03., 05.04.,  
02.05., 07.06.2006

Stammtisch des SRRB  
Restaurant Roter Turm, Rathausgasse, Baden

## Regionales Pflegezentrum Baden

10.01.2007, 14.30h-15.30h  
28.01.2007, 14.15h-16.00h  
13.02.2007, 14.30h-15.30h  
15.02.2007, 16.00h  
27.02.2007, 14.30h-16.00h  
14.03.2007, 14.30h-15.30h  
25.03.2007, 14.15h-16.00h  
12.04.2007, 14.30h-15.30h  
13.05.2007, 09.00h-11.30h  
22.05.2007, 14.30h-15.30h  
  
12.06.2007, 14.30h-15.30h

Dia Vortrag „Überraschende Naturschönheiten“,  
Sonntagskonzert,  
Unterhaltungsnachmittag „Duo Kröni Ursprung“,  
Gugge Treff „Hirscheschnupfer“ (*auf dem Areal*),  
Seniorenbühne Baden,  
Unterhaltungsnachmittag,  
Sonntagskonzert,  
Unterhaltungsnachmittag,  
Muttertagsbrunch,  
Unterhaltungsnachmittag „Handharmonika Pro  
Senectute Baden“,  
Unterhaltungsnachmittag,

*Alle Veranstaltungen ausser dem Guggentreff finden im grossen Saal statt.*

## Alterszentrum Kehl, Baden

10.01.2007, 16.00h  
27.01.2007, 15.30h  
  
05.03.2007, 16.00h  
30.06.2007, 11.00h

Circus Bengalo  
Klavier Wunschkonzert mit Christoph Maurer,  
(Pianist/Cabaretist),  
Seniorenbühne Baden „de zwoiti Früehlig“,  
Sommerfest Kehl,  
*Das aktuelle Veranstaltungsprogramm des  
Alterszentrums Kehl finden Sie auf unserer Website  
[www.daskehl.ch](http://www.daskehl.ch). Alle Veranstaltungen sind kostenlos  
und öffentlich zugänglich.*

## Plakataktion

„Ich hätte heute Lust auf ein Stück Schwarzwäldertorte“  
Eine Plakataktion zum selbstbestimmten Leben im  
Heim. Die Aktion symbolisiert einen weiteren wichtigen  
Schritt des Alterszentrums Kehl, damit trotz Einbettung  
in eine Institution ein möglichst selbstbestimmtes Leben  
geführt werden kann.  
Weitere Auskünfte: Thomas Wernli, Leiter Alterszentrum  
Kehl, 5400 Baden, Tel. 056 200 28 28,  
[thomas.wernli@baden.ag.ch](mailto:thomas.wernli@baden.ag.ch)

## **Spitex Baden-Ennetbaden**

*Frischmahlzeitendienst*

Der Menü-Service - Eine neue Dienstleistung. Am 1.10.2005 hat die Spitex Baden-Ennetbaden den Menü-Service eingeführt. Die Dienstleistung kann von allen Bewohner/innen in Baden und Ennetbaden beansprucht werden, die aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr in der Lage sind, selber zu kochen.

## **Ref. Kirchgemeinde Baden**

*10.01.2007, 14.00h-16.30h*

*Ort*

Kreistänze mit Heidi Neeser,  
Reformiertes Kirchgemeindehaus Baden (Saal),  
Ölrainstrasse 21 (beim Bahnhofplatz)

*Jeden dritten Sonntag:*

*21.01., 18.02., 18.03., 15.04.,*

*20.05., 17.06. 2007*

*Ab 14.00h-17.00h*

*Ort*

Café Oase – Treffpunkt mit Live-Musik

Ref. Kirchgemeindehaus Baden (Bullingerstube)

*Donnerstag, den*

*25.01., 29.03., 26.04.2007*

*14.30h*

*Ort*

Senior/innen-Nachmittage,

Ref. Kirchgemeindehaus Baden (Saal),

*03.02.2007, 14.30h*

*Ort*

Seniorenbühne Zürich spielt „D'Wohngmeinschaft“

Ref. Kirchgemeindehaus Baden (Saal)

*12.05.-19.05.2007*

Ferien für Ältere in Interlaken

*Auskunft für alle*

*Veranstaltungen*

*Frau Heidi Neeser, Reformierte Kirchgemeinde Baden,  
Tel. 056 222 57 07*

*14.03., 11.04., 09.05., 13.06.  
2007*

Ausflugsbus Baden

Fährt jeweils am zweiten Mittwochnachmittag des  
Monates an einen beliebigen Ausflugsort.

*Auskunft / Organisation*

Pro Senectute, Kath. und Ref. Kirchgemeinden, Baden  
Anmeldung: Carmäleon Reisen AG. Tel. 056 298 11 10

*Weitere Angebote der Reformierten Kirchgemeinde  
Baden finden Sie im „Kirchenboten“*

*Tafelrunde 62 Plus*

*31.01., 28.02., 28.03., 25.04.,*

*30.05., 27.06.2007*

*11.30h*

Traditionelle «Tafelrunde 62 PLUS»:

Jeweils am letzten Mittwoch im Monat in der Täfere  
Dättwil:

Preis des Menus Fr. 16.50 (auch fleischlos möglich)

## **Pro Audito, Baden**

---

10.01.2007–14.03.2007  
10.00h-11.30h

Ort  
Anmeldung

Auch modernste Hörgeräte können das Gehör nicht ersetzen. Ihre Hörsituation können sie aber verbessern. In speziellen Kursen lernen Sie das Absehen und Erkennen der Sprechbewegungen. Mit gezieltem Hörtraining wird die Konzentrationsfähigkeit und das Gedächtnis gefördert.

Ref. Kirchgemeindehaus, 5400 Baden, Bullingerstube  
Pro audito Baden, Frau Silvia Zanini, Kirchplatz 14,  
5400 Baden, Tel. 056 222 27 21, Fax 056 222 27 56

## **Orchestergesellschaft Baden**

---

Konzertzyklus 2007  
23.03.2007, 20.00h

08.06.2007, 20.00h

Passionskonzert mit dem Antonius-Chor Luzern und Herrn Josef Gabriel Rheinberger. Gemeinsam mit vier Solisten wird das selten zu hörende Requiem in c von Michael Haydn erklingen.

Es stehen spanische, mexikanische und südamerikanische Klänge und Rhythmen auf dem Programm. Im Mittelpunkt steht der Gitarrist Anders Miolin.

## **Wettinger Kammerkonzerte**

---

30.01.2007, 20.00h

22.02.2007, 20.00h

16.03.2007, 20.00h

Konzert mit Andreas Scholl, Countertenor und Crawford Young, Laute. Englische Folksongs und barocke Lieder.  
Konzert „The Dorian Consort“

Werke von Antonio Vivaldi, Claude Debussy, Edgar Varèse und Johann Sebastian Bach

Doppelkonzert mit Sylvia Nopper, Sopran und Ursula Holliger, Harfe

Werke von Judith Bingham, Benjamin Britten, Michael Haydn, Gustav Mahler, Louis Spohr, Heinz Holliger, Othmar Schoeck, Hildegard von Bingen und Robert Schumann

Trio Animae

Werke von Ludwig van Beethoven und Astor Piazzolla

Anmeldung

Konzertsekretariat Käthi Kupper, Meierhofstrasse 11,  
CH-5400 Baden, Tel. 056 222 69 75, Fax 056 222 78 57  
[info@wettinger-kammerkonzerte.ch](mailto:info@wettinger-kammerkonzerte.ch)  
[www.wettinger-kammerkonzerte.ch](http://www.wettinger-kammerkonzerte.ch)

## **Konzertfonds Baden**

---

12. 01.2007, 20.15h

23.03.2007, 20.15h

Südwestdeutsche Philharmonie Konstanz, Leitung Urs Stäuble, Solist Giuliano Sommerhalder, Trompete;  
Werke von J. Brahms, J. Haydn, R. Schumann

Orchester Musikkollegium Winterthur, Leitung Urs Stäuble. Solistin Anna Reszniak, Violine,  
Werke von G. Fauré, S. Prokofiew, W.A. Mozart

# : ANGEBOTE

*Detaillierte Informationen zu den aufgelisteten Angeboten erhalten Sie über die einzelnen Adressen. Zögern Sie nicht, diese zu kontaktieren. Weitere Informationen erhalten Sie auch in der Tagespresse.*

## Information

### > Regionale Fachstelle für Altersfragen

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch),  
[www.baden.ch](http://www.baden.ch), [www.ennetbaden.ch](http://www.ennetbaden.ch)

## Beratung

### > Regionale Fachstelle für Altersfragen

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89,  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch)

### > Pro Senectute Baden

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80,  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

### > Soziale Dienste Stadt Baden

Im Graben 2, 5400 Baden, Tel. 056 200 82 60,  
[soziale.dienste@baden.ag.ch](mailto:soziale.dienste@baden.ag.ch), [www.baden.ch](http://www.baden.ch)

## Dienstleistungen

### > Regionale Fachstelle für Altersfragen

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
*Vermittlungsstelle Besuchsdienst Baden / Ennetbaden*

### > Pro Senectute Baden

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)  
*Reinigungs-, Mahlzeiten-, Steuererklärungsdienst,*

### > Spitex Baden-Ennetbaden

Wettingerstrasse 11, 5400 Baden, Tel. 056 221 53 33  
[info@spitex-baden.ch](mailto:info@spitex-baden.ch), [www.spitexag.ch](http://www.spitexag.ch)  
Krankenpflege, Hauspflege, Haushilfe,  
*Frischmahlzeitendienst*

### > Schweiz. Rotes Kreuz Baden

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)  
*Fahrdienst, Notrufsystem, Besuchs- & Begleitdienst,  
Entlastungsdienst für pflegende Angehörige*



## Freizeit

### > Pro Senectute Baden

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

### *Bildung*

*Sprachkurse (Englisch, Italienisch, Französisch, Spanisch)*  
*Informatikkurse (Internet, Digitales Fotografieren u.a.)*  
*Altersbezogene und praktische Kurse (Handy, Verhalten im heutigen Strassenverkehr, Männerkochkurs u.a.)*  
*Kreativ- und Freizeitkurse (Schreibwerkstatt u.a.)*  
*Bewegungskurse (Feldenkrais, Qi Gong u.a.)*  
*Gesundheit und Lebensgestaltung*

### *Animationsangebote, Treffs*

*Ernährung und Bewegung*  
*Mittagstische und Treffpunkte (Offenes Singen, Tanzen)*  
*Jass- und Schachgruppen*

### *Sportkurse und Sportgruppen*

*Ausflüge und begleitete Ferienwochen*  
*Turnen und Volkstanzen*  
*Walking und Nordic Walking*  
*Aqua-Fitness und Schwimmen*  
*Badminton, Tischtennis und Faustball*  
*Wandern und Velofahren*

### > Volkshochschule Wettingen

Sekretariat, 5430 Wettingen, Tel. 056 427 11 78  
[info@vhs-wettingen.ch](mailto:info@vhs-wettingen.ch), [www.vhs-wettingen.ch](http://www.vhs-wettingen.ch)

### *Abend- und Tageskurse*

*Philosophie, Geschichte, Naturwissenschaften, Umwelt, Technik, Kunst, Kultur, Sprachkurse, Literatur, Gesundheit, Fitness/Sport, Kreativität, Gestaltung, Gesellschaft, Informatik*

### > Klubschule Migros

Nordhaus 3, 5400 Baden, Tel. 056 203 07 99  
[klubschule.baden@gmaare.migros.ch](mailto:klubschule.baden@gmaare.migros.ch), [www.migros.ch](http://www.migros.ch)

### *Berufliche und Persönliche Weiterbildung*

*Informatik, Sprachen, Gestalten, Musik, Wellness und Sport, Essen und Trinken*

### > Schweiz. Rotes Kreuz Baden

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel.: 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)  
*Ferien und Ausflüge für Behinderte und Betagte*

## Gesundheit

### > Kantonsspital Baden

Dättwilerstrasse, 5404 Dättwil, Tel. 056 486 21 11  
*Diabetes- und Ernährungsberatung*

### > KIND Hörzentralen AG

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 95 80  
*Hörberatung*

## **Gesundheit**

*(Fortsetzung von Seite 09)*

### **> Spitex Baden-Ennetbaden**

Wettingerstrasse 11, 5400 Baden, Tel. 056 221 53 33  
[info@spitex-baden.ch](mailto:info@spitex-baden.ch), [www.spitexag.ch](http://www.spitexag.ch)  
*Krankenpflege, Hauspflege*

### **> Pro Audito**

Frau Silvia Zanini, Kirchplatz 14, 5400 Baden  
Tel. 056 222 27 21, Fax 056 222 27 56  
*Kurse Lippenlesen und Hörtraining*

### **> Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)  
*Kurse im Gesundheits- und Pflegebereich*

### **> Regionales Pflegezentrum**

Pflegemobilienmagazin, Verleih von Hilfsmitteln

*Verleih von Hilfsmittel*

## **Seelsorge**

### **> Kath. Pfarramt Baden**

Kirchplatz 15, 5400 Baden, Tel. 056 222 57 15  
[pfarramt@pfarreibaden.ch](mailto:pfarramt@pfarreibaden.ch), [www.pfarreibaden.ch](http://www.pfarreibaden.ch)

### **> Kath. Pfarramt Ennetbaden**

Grendelstrasse 25, 5408 Ennetbaden,  
Tel. 056 222 51 28  
[pfarramt@pfarreibaden.ch](mailto:pfarramt@pfarreibaden.ch), [www.pfarreibaden.ch](http://www.pfarreibaden.ch)

### **> Ref. Pfarramt**

Oelrainstrasse 21, 5400 Baden, Tel. 056 222 46 33  
[info@refkirche-baden.ch](mailto:info@refkirche-baden.ch), [www.ref-baden.ch](http://www.ref-baden.ch)

## **Seniorenaktivitäten / Selbstengagement**

### **> Regionale Fachstelle für Altersfragen**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 89  
[roland.guntern@ag.pro-senectute.ch](mailto:roland.guntern@ag.pro-senectute.ch)  
*Vermittlungsstelle Seniorinnen und Senioren in der  
Volksschule Baden*

### **> Senioren- und Seniorinnenrat der Region Baden**

SRRB Postfach 3170, 5400 Baden  
Präsident Bruno Fritschi  
Kehlstrasse 15, 5400 Baden, Tel. 056 222 26 94,  
[brunofritschi@bluewin.ch](mailto:brunofritschi@bluewin.ch), [www.srrb.ch](http://www.srrb.ch)  
*Stammtische in Baden und Wettingen  
(Gesprächsrunden)  
Alters-Alltag und Philosophie (Gesprächsrunde)  
Literaturgruppe (Gesprächsrunde)*

## **Seniorenaktivitäten / Selbstengagement**

*(Fortsetzung von Seite 10)*

*Jung und Alt (Arbeitsgruppe)  
Seniorinnen und Senioren in der Volksschule  
(Freiwilligenarbeit)  
Migration / Integration (Arbeitsgruppe)  
Vernetztes Wohnen im Alter (Arbeitsgruppe)  
Vertretung von Seniorenanliegen in der Öffentlichkeit*

### **> Pro Senectute Baden**

Bahnhofstrasse 7, 5400 Baden, Tel. 056 203 40 80,  
[info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch), [www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)  
*Freiwilligenarbeit  
Sozialzeitengagement als Gruppenleitung*

### **> Schweiz. Rotes Kreuz Baden**

Mellingerstrasse 22, 5400 Baden, Tel. 056 222 33 66  
[srk-baden@srk-aargau.ch](mailto:srk-baden@srk-aargau.ch), [www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)  
*Freiwilligenarbeit*

## **Wohnen im Alter**

### **> Alterszentrum Kehl**

Im Kehl 7, 5400 Baden, Tel. 056 200 28 28  
[www.daskehl.ch](http://www.daskehl.ch), [info.azk@baden.ag.ch](mailto:info.azk@baden.ag.ch)  
*Betreutes Alterswohnen  
Pflegeplätze*

### **> Altersheim St. Anna**

Wettingerstrasse 11, 5400 Baden, Tel. 056 203 82 70  
*Altersheim*

### **> Regionales Pflegezentrum Baden**

Wettingerstrasse, 5400 Baden, Tel. 056 203 81 11,  
[info@rpb.ch](mailto:info@rpb.ch), [www.rpb.ch](http://www.rpb.ch)  
*Pflegeheim*

### **> Alters- und Pflegeheim Rosenau**

Badstrasse 5. 5408 Ennetbaden, Tel.: 056 204 33 33,  
[info@stiftung-rosenau.ch](mailto:info@stiftung-rosenau.ch), [www.stiftung-rosenau.ch](http://www.stiftung-rosenau.ch)  
*Alters- und Pflegeheim*

### **> Wohn- und Pflegehaus National**

Badstrasse 28, 5408 Ennetbaden, Tel. 056 200 16 16  
[helnational@vereinnational.ch](mailto:helnational@vereinnational.ch), [www.vereinnational.ch](http://www.vereinnational.ch)  
*Alters- und Pflegeheim*

### **> Altersstiftung Ennetbaden**

Schlösslistrasse 54, 5408 Ennetbaden,  
Tel. 056 200 06 01 (Gemeindekanzlei Ennetbaden)  
*Alterswohnungen*

# : TUTTI FRUTTI

Liebe Seniorinnen und Senioren

Dieser Platz ist für ihre zukünftigen Rückmeldungen, Anregungen, Bemerkungen oder Anliegen ..... reserviert!

Zitat:

„Man muss Freude haben am Leben. Man muss sein Leben gestalten und darf nicht erwarten, dass Andere das für einen tun“.

Frau Emma Keller, älteste Stadtluzernerin, 105-jährig (27.8.2005)

Regionale Fachstelle für Altersfragen	056 203 40 89
Spitex Baden-Ennetbaden	056 221 53 33
Pro Senectute Baden	056 203 40 80
Kantonsspital Baden	056 486 21 11
Giftinformationszentrum	044 251 51 51
Polizei Notruf	117
Feuerwehr Notruf	118
Sanitäts Notruf (Ambulanz)	144
Toxikologisches Zentrum Zürich	145

