



Stadt  
WEINFELDEN

Fachstelle  
Gesellschaft und Gesundheit



# Informationen für Seniorinnen und Senioren

Ausgabe April 2023  
[www.weinfelden-erleben.ch](http://www.weinfelden-erleben.ch)





# Inhalt

Vorwort	5
<b>🕒 Wohnen   Betreuen   Pflegen</b>	
Alzheimer Thurgau	6
Spitex Mittelthurgau	7
Spitex Parta	8
Home Instead Seniorendienste	9
Altersheim Bannau	11
Alterstagesklinik Weinfelden	10
Alterszentrum Weinfelden	12
Tertianum Wohn- und Pflegezentrum	13
<b>🎓 Bildung   Aktivitäten   Begleitung</b>	
benevol Thurgau	14
Evangelische Kirchgemeinde	15
Katholische Kirchgemeinde	16
Pro Senectute Thurgau	17
Selbsthilfe Thurgau	18
Senior mach mit	19
Thurgauer Senioren- und Rentnerverband	20
Zeitgut Weinfelden	21
<b>🚗 Transport   Besuchs- und Entlastungsdienst   Notruf</b>	
Gemeinnütziger Frauenverein	22
Rotes Kreuz Kanton Thurgau	23
<b>🏛️ Dienste der Stadt</b>	
Stadtverwaltung Weinfelden	24
Anlaufstelle für Altersfragen	25
Sozialversicherungsleistungen AHV-Zweigstelle	26
Bestattungsamt Weinfelden	27







# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser

Seniorinnen und Senioren sind bis ins hohe Alter aktiv und gestalten unsere Gesellschaft massgeblich mit. Ein grosser Teil der älteren Menschen lebt selbstbestimmt und nimmt aktiv am Leben in unserer Stadt teil. Das Älterwerden verlangt von jedem Einzelnen eine erhebliche Auseinandersetzung mit der eigenen, sich stets verändernden Lebenssituation. Mit der vorliegenden Informationsbroschüre macht das Seniorennetz der Stadt Weinfelden auf die grosse Anzahl ortsansässiger Vereine und Dienstleister aufmerksam, welche der älteren Generation in verschiedenen Alltags- und Lebenssituationen Unterstützung und Hilfe anbieten. Die Broschüre soll den Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörigen und anderen Interessierten eine umfassende Information und Orientierungshilfe rund ums Thema Alter geben. Ich wünsche den älteren Einwohnerinnen und Einwohnern, dass sie sich in Weinfelden auch weiterhin wohlfühlen und dass ihnen diese Broschüre eine echte Hilfe zur Bewältigung der altersspezifischen Herausforderungen ist.

Ursi Senn-Bieri  
Stadträtin Ressort Gesellschaft und Gesundheit





# Alzheimer Thurgau

## Information und Beratung

Sie haben Anliegen und Fragen rund ums Thema Demenz?  
Wie sind gerne für Sie da. Unentgeltlich. Ohne Anmeldung.

## Freizeit, Weiterbildung, Austausch

Unser Jahresprogramm ist auf unserer Homepage publiziert. Oder rufen Sie uns an. Sie finden Freizeitangebote für Menschen mit Demenz und ihre Bezugspersonen. Als Bezugsperson können Sie sich in geschütztem Rahmen mit anderen Bezugspersonen über die besonderen Herausforderungen im Zusammenhang mit Demenz austauschen und erhalten von der Leitung der Gruppe fachliche Ergänzungen. Wir organisieren Ferien für Menschen mit Demenz und ihre Partner. Verschiedene Schulungsangebote gehen auf die individuellen Bedürfnisse von Partnerinnen, Kinder und Schwiegerkinder von Menschen mit Demenz ein. Gerne organisieren wir zusammen mit Ihnen Vorträge und Fragerunden zu Demenz in Ihrem Quartier, in Ihrem Verein.

### Alzheimer Thurgau

Dunantstrasse 2  
8570 Weinfelden  
052 721 32 54  
info.tg@alz.ch  
www.alz.ch/tg

### Erreichbarkeit

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.00 Uhr  
Nach Vereinbarung via Telefon oder E-Mail  
sind wir auch ausserhalb dieser Zeiten gerne  
für Sie da. Persönliche Beratungen auf der  
Geschäftsstelle nach Vereinbarung.



«Demenz?  
Alzheimer Thurgau  
ist für Sie da.»



# Spitex Mittelthurgau

## ☺ Unsere Dienstleistungen

- Gesundheits- und Krankenpflege, umfassende Körperpflege unter dem Aspekt der Förderung der Selbstständigkeit
- Ärztlich verordnete Behandlungen, Palliative-Care, Beratung und Anleitung der Klienten und deren Angehörige, psychiatrische und psychogeriatrische Pflege
- Wundambulatorium, Termine nach Vereinbarung
- Haushilfe
- Ambulante Sprechstunde (Blutdruck messen) und Beratung, Montag bis Freitag 13.30 bis 15.00 Uhr
- Betreuung plus

## ☺ Fahrdienst

Das Schweizerische Rote Kreuz Thurgau vermittelt die Fahrten von Montag bis Freitag 8.30 bis 11.00 Uhr  
Telefon 032 510 57 15



### Spitex Mittelthurgau

Dunantstrasse 12  
8570 Weinfelden  
Telefon 058 346 22 22  
Fax 058 346 22 21  
E-Mail [info@spitex-mittelthurgau.ch](mailto:info@spitex-mittelthurgau.ch)  
[www.spitex-mittelthurgau.ch](http://www.spitex-mittelthurgau.ch)



«Bestens betreut  
in gewohnter  
Umgebung»





# Spitex Parta

## ☪ Grundpflege

Wir unterstützen Sie bei der täglichen Körperpflege, dem Duschen, An- und Ausziehen, etc. Wir übernehmen das Anziehen der Stützstrümpfe und helfen Ihnen bei der Mobilisation.

## ☪ Hauswirtschaft

Unsere Haushaltsleistungen reichen von einzelnen hauswirtschaftlichen Aufgaben bis hin zur Übernahme der gesamten Haushaltsführung. Wenn der eigene Haushalt zur Belastung wird, übernehmen wir für Sie die anfallenden Arbeiten.

## ☪ Entlastung für pflegende Angehörige

Unsere geschulten Mitarbeitenden übernehmen für Sie gemäss Ihrer Anleitung die Betreuung und Pflege ihres Angehörigen für einzelne Stunden regelmässig oder als Feriententlastung für einige Tage oder ein Wochenende, bei Bedarf auch nachts.

## ☪ Behandlungspflege

Wir führen, die vom Arzt verordneten Untersuchungen und therapeutischen Massnahmen, wie Blutdruck- und Blutzuckermessungen, Verbandswechsel oder Injektionen, etc. durch.

## ☪ Betreuung und Begleitung im Alltag

Unser vielfältiges Betreuungskonzept unterstützt den Menschen dort, wo er Hilfe und Unterstützung benötigt, bei Aufgaben in Ihrem Zuhause oder der Betreuung Ihres Angehörigen.

## ☪ Nachtwache oder Nachtbegleitung

Wir begleiten Sie während der Nacht, übernehmen die Pflege oder sind auf Zuruf für akute Probleme oder zum Aufstehen zur Toilette da. Wir geben Ihnen in der Nacht die Sicherheit nicht alleine zu sein.

**«Ihre persönliche Pflege  
und Betreuung zu Hause»**

**Spitex** parta

### Spitex Parta

Ihre Ostschweizer Spitex für persönliche Pflege und Hilfe zu Hause  
Dunantstrasse 12  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 620 09 14  
E-Mail [infotg@parta.ch](mailto:infotg@parta.ch)  
[www.spitex-parta.ch](http://www.spitex-parta.ch)







# Home Instead Seniorenendienste

## Was uns auszeichnet

Wir bieten respektvolle, fürsorgliche, individuelle Betreuung und Unterstützung zuhause. Diese reicht von wenigen bis 24 Stunden. Unsere geschulten Betreuungskräfte sorgen für Struktur im Alltag, einen funktionierenden Haushalt, gesunde Ernährung, unterstützen bei der Körperpflege und ermöglichen es den Seniorinnen und Senioren würdevoll und selbstbestimmt im vertrauten Daheim zu altern. Die Betreuerinnen und Betreuer sind fest zugeteilt und agieren ohne Zeitdruck. Home Instead ist von Krankenkassen anerkannt.

## Was wir leisten

- Haushaltshilfe wie bspw. Putzen, Waschen, Kochen, Einkaufen, Haustierversorgung, Gartenarbeit
- Grundpflege wie bspw. Hilfe bei Körperpflege, Essen, Trinken, Aufstehen, Zubettgehen
- Betreuung bei Demenz, Alzheimer durch speziell geschulte Betreuungskräfte
- Entlastung für pflegende Angehörige damit diese wieder Energie tanken können
- Alltagsbegleitung wie bspw. Gesellschaft leisten, Ausser-Haus-Begleitung
- Übergang von Spital oder Reha wie bspw. Organisation des Austritts, Übergangspflege und -betreuung
- Nachtdienste und Sitzwachen zu Hause oder auch im Altersheim, Pflegeheim oder Spital
- Palliative Situationen mit Begleitung auf dem letzten Weg in enger Zusammenarbeit mit Ärzten, Spitex und Palliative Care Teams
- 24 Stunden Betreuung im Schichtbetrieb durch kompetente respektvolle und fest zugeteilte Betreuerinnen und Betreuer.
- Kostenlose Beratung



### Home Instead – Seniorenendienste Schweiz AG

Niederlassung Arbon  
Hauptstrasse 31  
9320 Arbon  
Telefon 071 447 00 70  
E-Mail [info.bodensee@homeinstead.ch](mailto:info.bodensee@homeinstead.ch)  
[www.homeinstead.ch](http://www.homeinstead.ch)



«Respektvolle  
Betreuung von  
wenigen bis  
24 Stunden»



# Alterstagesklinik Weinfelden

## Dienstleistungen

- Unser Team setzt sich zusammen aus Fach- und Assistenzärzten, Psychologen, Pflegefachpersonen, Gerontologin, Sozialarbeiter, Bewegungs-, Kunst-, und Musiktherapeuten. Unsere Therapien finden in der Gruppe oder Einzel statt. Wir informieren über die verschiedenen psychischen Erkrankungen und vermitteln ihnen Bewältigungsstrategien. Dabei unterstützen wir sie in der Genesung durch therapeutische Gespräche, Musik-Bewegungs- und Kunsttherapie, Achtsamkeit, Aromapflege, Akupunktur, Sozialberatung und gegebenenfalls Aufbau von zusätzlicher Unterstützung.
- Anmeldungen erfolgen mittels einer ärztlichen Zuweisung. Im Rahmen eines Vorgesprüches beantworten wir gerne ihre Fragen und prüfen gemeinsam das weitere Vorgehen.
- Bei Demenzerkrankungen setzen wir eine vorangegangene Abklärung voraus. Für die Angehörigen von Menschen mit Demenz führen wir regelmässig Angehörigenseminare durch.

## Angebot

- leichter oder mittelgradiger Demenz
- psychischen Erkrankungen oder Lebenskrisen
- offenes Atelier für erwachsene Menschen jeder Altersgruppe
- 3 mal jährlich laden wir sie herzlich zum «Tanzcafe» ein

### Psychiatriezentrum Weinfelden

Alterstagesklinik  
Brauereistrasse 18  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 686 43 77  
alterstagesklinik.weinfelden@stgag.ch



 **Spital Thurgau**  
PSYCHIATRISCHE DIENSTE

**«Ambulant,  
tagesklinisch  
und gemeindenah»**





# Altersheim Bannau

## ☪ Dienstleistungen

- 29 behagliche Zimmer mit Dusche/WC sowie Telefon- und Fernsehanschluss
  - Angebote für Einzelpersonen und für Paare
  - Regelmässige Gottesdienste im Haus
  - Freizeitaktivitäten wie Altersturnen, Kreativatelier, Gedächtnistraining, Kochgruppe, Vorlesen, Spielnachmittage, Ausflüge
  - Coiffeur- und Pedicureangebote
  - Verpflegungsgelegenheit auch für Besucher und Gäste
  - Schön gestaltete Gartenanlage
- Für weitere Informationen oder ein Gespräch mit Besichtigung des Hauses steht die Heimleitung gerne zur Verfügung.

## ☪ Angebot

Das Altersheim Bannau bietet 30 betagten Menschen, die noch selbstständig sind oder leichter Pflege bedürfen, ein liebevolles Zuhause. Es ermöglicht seinen Bewohnern ein würdiges Leben in grösstmöglicher Selbstbestimmung und Eigenverantwortung. Das Altersheim Bannau versteht sich als offenes Haus und pflegt guten Kontakt zu Angehörigen, Freunden und zur Öffentlichkeit.

### Altersheim Bannau

Gaswerkstrasse 6  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 622 14 11  
Fax 071 622 19 10  
E-Mail-Heimleitung: b.nufer@bannau.ch  
oder info@bannau.ch  
www.bannau.ch



Altersheim Bannau Weinfelden

«Liebevolles,  
neues Zuhause»

«Seniorenbetreuung  
ist Vertrauenssache»

# Alterszentrum Weinfelden

## ☪ Pflege und Betreuung

- Professionelle und individuelle Pflege und Betreuung durch ausgebildetes Pflegepersonal nach den neusten Erkenntnissen der gerontologischen Pflege
- Medizinische und psychologische Betreuung durch Ärzte und Psychiater
- Pflege und Betreuung von Menschen mit demenzieller Erkrankung
- Zimmer für Kurzaufenthalte (z.B. nach Spitalaufenthalt oder zur Entlastung von Angehörigen)
- Vielfältiges Aktivierungsangebot durch Aktivierungstherapeutinnen
- Zusätzliche individuelle Betreuung durch Freiwillige wie Rollstuhlfahrten, Spielnachmittage, Essen eingeben usw.
- Pallative-Care zertifiziert

## ☪ Grosszügige Infrastruktur

- 74 Einbettzimmer
- 10 Zweibettzimmer
- 5 Dreibettzimmer
- Grosse Cafeteria mit Parkgarten (betreut durch den Gemeinnützigen Frauenverein Weinfelden)

## ☪ Dienstleistungen

Kulturelle und kirchliche Veranstaltungen, Physio- und Ergotherapie, Coiffeur und Pedicure

## ☪ Alterssiedlung

- 19 Zwei-Zimmer-Wohnungen und eine Vier-Zimmer-Wohnung mit Küche, Toilette und Dusche
- Eine Hospizwohnung für Menschen mit onkologischem Befund in Zusammenarbeit mit der Krebsliga Thurgau
- Inhouse-Spitex (Pflege und hauswirtschaftliche Leistungen)
- Mittagstisch (auch für externe Gäste)

alterszentrum  
Weinfelden

### Alterszentrum Weinfelden

Alpsteinstrasse 14  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 38 38  
E-Mail [info@azweinfelden.ch](mailto:info@azweinfelden.ch)  
[www.azweinfelden.ch](http://www.azweinfelden.ch)

Das Alterszentrum Weinfelden betreut über 100 Seniorinnen und Senioren.





«Wir bieten  
Menschen mit  
ihrer Geschichte  
ein Zuhause»

# Tertianum Wohn- und Pflegezentrum

Durch die einzigartige Konzeption des Hauses bietet das Wohn- und Pflegezentrum seinen Gästen familiäres Wohnen und individuelle Pflege und Betreuung an.

## ☪ Dienstleistungen

- Kulturelle Veranstaltungen
- Vielfältiges Aktivierungsangebot
- Grosser, heller Gastrobereich für Bewohner und ihre Gäste
- Coiffeur
- Pediküre
- Physio- und Ergotherapie
- Logopädie
- Tägliches Sportprogramm
- Gästestammtisch

## ☪ Wohnangebot

- 11 Einbettzimmer
- 23 Zweibettzimmer

## ☪ Pflege und Betreuungsangebote für alle Pflegestufen

- Professionelle und individuelle Pflege und Betreuung durch ausgebildetes Pflegepersonal
- Medizinische und psychologische Betreuung durch Ärzte und Psychiater
- Langzeitpflege
- Kurzaufenthalte
- Pflegenotfälle
- Nachbetreuung nach Spitalaufenthalt
- Halbtages- und Tagesaufenthalte



## TERTIANUM

### Tertianum Wohn- und Pflegezentrum

Kreuzlingerstrasse 21  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 55 80  
Fax 071 626 55 89  
E-Mail [zedernpark@tertianum.ch](mailto:zedernpark@tertianum.ch)  
[www.zedernpark.tertianum.ch](http://www.zedernpark.tertianum.ch)





# benevol Thurgau

## ☞ Unser Angebot

- benevol Thurgau ist Ihr erster Ansprechpartner im Kanton Thurgau, wenn es um freiwilliges Engagement geht.
- Wir sensibilisieren die Gesellschaft zum Thema Freiwilligenarbeit.
- Wir beraten Freiwillige und bieten Vermittlungsplattformen, benevol-jobs.ch sowie den Stellenanzeiger für Freiwilligenarbeit in der «Thurgauer Zeitung», an.
- Wir bieten Aus- und Weiterbildungen im Bereich freiwilliges Engagement an.
- Wir unterstützen und beraten Organisationen, Institutionen und Vereine und helfen bei Projektabwicklungen.
- benephone: Telefonkette für ältere Menschen
- Anerkennung und Wertschätzung von Freiwilligen ist uns ein grosses Anliegen und haben das «Dossier freiwillig engagiert» weiterentwickelt
- Organisieren Vernetzungsanlässe und Aktionen für die Sichtbarkeit von Freiwilliger Arbeit

**benevol**

«Heute schon  
gefreiwilligt?»

### **benevol Thurgau**

Fachstelle für Freiwilligenarbeit im Kanton Thurgau  
Freiestrasse 10  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 622 30 30  
E-Mail [info@benevol-thurgau.ch](mailto:info@benevol-thurgau.ch)  
[www.benevol-thurgau.ch](http://www.benevol-thurgau.ch)  
[www.facebook.com/benevol.thurgau/](https://www.facebook.com/benevol.thurgau/)  
[www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)

### **Öffnungszeiten**

Beratungen nach telefonischer Terminabsprache.





«Für jedes Alter»

# Evangelische Kirchgemeinde

## ☪ Angebote generationenübergreifend

- Gottesdienste mit Kirchenkaffee
- Kirchenchor
- Konzerte
- Erwachsenenbildung
- Jährliches Gemeindefest/Gemeindefest
- Ökumenisches Trauercafé (viermal im Jahr)
- Kafi Sch(w)atz jeden Dienstag von 14.00 bis 16.30 (ausser Schulferien)
- Mitarbeit als Freiwillige/r

## ☪ Angebote für Seniorinnen und Senioren

- Monatlicher Mittagstisch
- Altersnachmittage
- Tagesausflug im Frühjahr
- Ferienwoche
- Adventsfeier im Thurgauerhof
- Feiern in Gemeinschaft (ökumenisch) am 24. Dezember
- Öffentliche Heimgottesdienste und Abendmahlsfeiern im Alterszentrum, im Tertianum Zedernpark und in der Bannau
- Begrüssung von Neuzuzügern auf Wunsch
- Besuchsdienst und Seelsorge auf Wunsch
- Besuche von Jubilarinnen und Jubilaren im Alter von 80, 85, 90, 95 und ab 100 jährlich
- Fahrdienst «Chirchebus», Fahrplan erhältlich im Sekretariat.

Genauere Angaben werden im «Kirchenboten» und auf der Homepage publiziert



EVANGELISCHE  
KIRCHGEMEINDE  
WEINFELDEN

### Pfarramt Seniorenarbeit

Evangelische Kirche  
8570 Weinfelden  
Telefon 076 295 89 82  
E-Mail [esther.baumgartner@evang-weinfelden.ch](mailto:esther.baumgartner@evang-weinfelden.ch)  
[www.evang-weinfelden.ch](http://www.evang-weinfelden.ch)



# Katholische Kirchgemeinde



## ☪ Angebote für Seniorinnen und Senioren

- Altersnachmittage und Ausflüge
- Seniorenferien
- Besuchsdienst
- Fahrdienst zu Gottesdiensten
- Gottesdienste im Alterszentrum, Tertianum Zedernpark und Bannau

## ☪ Allgemeine Angebote

- Mittagstisch
- Vielfältiges Gottesdienstangebot mit traditionellen und neuen Formen
- Ökumenische Taizé-Abende
- Kinderfeiern: auch Grosseltern sind willkommen!
- Persönliche Begleitung und Seelsorge
- Konzerte und kulturelle Angebote
- Bildungsveranstaltungen
- Pfarreifeste: Ehejubilare, Erntedank, Freiwilligenhelferfest
- Ökumenische Weihnacht in Gemeinschaft
- Unterstützung in finanzieller Not

## ☪ Vereine und Gruppen

- Kirchenchor
- Frauengemeinschaft
- KAB und Kolpingfreunde
- Vinzenzverein
- A.E.S. Azzuri
- Pfarreirat

Genauere Angaben werden auf unserer Website und dem Pfarreiblatt «forumKirche» publiziert.

 **Kirche** St. Johannes

### Kath. Pfarramt St. Johannes

Freiestrasse 13  
8570 Weinfelden  
Telefon 058 346 82 00  
E-Mail pfarramt@katholischweinfelden.ch  
www.katholischweinfelden.ch



«Kirche St. Johannes  
beGeistert»



# Pro Senectute Thurgau



## ☞ Beratungsstelle Weinfelden

Unentgeltliche individuelle Beratung zu allen Fragen des Alters für Personen ab dem Pensionsalter und deren Angehörige:

- Abklärung AHV, EL und HE
- Rechtsauskünfte
- Beratung pflegender Angehöriger
- Wohnen im Alter
- Informationen zu Alters- und Pflegeheimen
- Demenzberatung
- Finanzhilfen
- Lebensgestaltung und soziale Kontakte
- Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten

## ☞ Alltagshilfen |

**Telefon 071 626 10 82**

- Hilfe und Unterstützung im Haushalt
- Betreuung und Entlastung
- Treuhanddienst
- Steuererklärungsdienst

**PRO  
SENECTUTE**

| Thurgau

### Pro Senectute Thurgau

Rathausstrasse 17  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 10 80  
E-Mail [info@tg.prosenectute.ch](mailto:info@tg.prosenectute.ch)  
[www.tg.prosenectute.ch](http://www.tg.prosenectute.ch)



## ☞ Freizeitangebote |

**Telefon 071 626 10 83**

- Computer- und Multimediakurse für Einsteiger und Fortgeschrittene
- Lebensgestaltungs- und Gesundheitskurse
- Kunst und Kultur
- Sprachkurse
- Pensionierungsvorbereitung
- KulturKlub – Veranstaltungen, Ausflüge und Treffen
- Aktivitäten mit Sportabonnement: FitGym-Turnen, Wandern, Velofahren, AquaFitness, Tanzen, Nordic Walking-Treff (die meisten Kurse fördern das Gleichgewicht, was die Sturzgefahr erheblich mindert – mehr zur Kampagne unter [sichergehen.ch](http://sichergehen.ch)).
- Bewegungskurse: Rückentraining, Qi Gong, Lu Jong, Zumba, Line Dance, SUP

## ☞ Freiwilligenarbeit |

**Telefon: 071 626 55 42**

Wir bieten die Möglichkeit, sich den Neigungen und Wünschen entsprechend zu engagieren.

- Ortsvertretung (Engagement in Ihrer Gemeinde)
- Generationen im Klassenzimmer
- Engagement für kurzfristige Einsätze

**«Bestellen Sie unser  
Kursprogramm «aktiv»  
kostenlos, erscheint  
zweimal jährlich»**



# Selbsthilfe Thurgau

## ☞ Unser Angebot

- Unterstützung und Begleitung im Aufbau neuer Selbsthilfegruppen (auch virtuell)
- Beratung und Vermittlung von Kontaktdaten bestehender Selbsthilfegruppen
- Neue Gruppengründungen
- Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit
- Begleitung von Selbsthilfegruppen

## ☞ Wirkungsweise der Selbsthilfegruppen

Zu erleben, dass andere Menschen das gleiche Schicksal teilen, tut gut und ist befreiend. Ohne viel erzählen zu müssen, wird man verstanden. Auch Angehörige und Freunde spüren die Entlastung. Die erlebte Solidarität unter Betroffenen und das Erlernen von neuen Bewältigungsstrategien setzen Energien frei. Dies ermöglicht, mit der Krankheit oder der Beeinträchtigung selbstbewusster und selbstbestimmter umzugehen. Neue Beziehungsnetze entstehen.

## ☞ Bestehende Selbsthilfegruppen, welche spezifisch Altersfragen ansprechen

- Alleinstehend/Krankheiten/Trauer/Depressionen
- Angehörigengruppen (z.B. von Demenzkranken/Parkinson/Krebs/Hirnverletzungen, Multiple Sklerose etc.)



**SELBSTHILFETHURGAU**

### Selbsthilfe Thurgau

Marktstrasse 26  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 620 10 00  
E-Mail [info@selbsthilfe-tg.ch](mailto:info@selbsthilfe-tg.ch)  
[www.selbsthilfe-tg.ch](http://www.selbsthilfe-tg.ch)

### Telefonzeiten

Montag	14.00 bis 17.00 Uhr
Mittwoch	08.30 bis 11.30 Uhr
Donnerstag	09.30 bis 12.30 Uhr



«Gemeinsam  
Kompetenzen für den  
Genesungsweg finden»



«Alltag aktiv  
gestalten»



## Senior mach mit

### ☺ Seniorenchor

Alle 14 Tage sind Proben am Montagnachmittag im evangelischen Kirchgemeindehaus um 14 Uhr. Auftritte an verschiedenen Anlässen.

### ☺ Mittagstisch

Am letzten Freitag im Monat treffen wir uns um 11.30 Uhr zum gemeinsamen Mittagessen in einem Restaurant.

### ☺ Jassnachmittage

Jeweils am dritten Donnerstag im Monat wird im «Storchen» ein Jassnachmittag durchgeführt um 14 Uhr.

### ☺ Seniorenturnen

Mit Ausnahme der Schulferien jeden Mittwoch um 14.30 Uhr in der neuen Turnhalle des Thomas-Bornhauser-Sekundarschulzentrums.

### ☺ Wanderungen

Jeden Monat finden in der Regel donnerstags zwei Wanderungen statt.

### ☺ Spielnachmittage

Jeden ersten Freitag im Monat spielen wir im Alterszentrum Weinfelden, Cafeteria, 14 Uhr.

### ☺ Quartalsheft/Newsletter

Mitteilungen, Berichte, aktuelles Programm und Terminkalender. Ab Mitte 2023 wird das Quartalsheft durch einen vierteljährlichen Newsletter ersetzt, der per E-Mail verschickt und auf unserer Webseite abgelegt wird. Newsletter-Anmeldung auf der Webseite ist erforderlich.



### Senior mach mit

Heinz Schadegg  
Präsident  
Schlossgasse 12A  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 622 16 02  
E-Mail [heinz.schadegg@bluewin.ch](mailto:heinz.schadegg@bluewin.ch)  
[www.seniormachmit.ch](http://www.seniormachmit.ch)

Cati Briner  
Aktuarin  
Alpsteinstrasse 12  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 622 44 32  
E-Mail [catibriner@hotmail.com](mailto:catibriner@hotmail.com)







# Thurgauer Senioren- und Rentnerverband

## ☺ **Monatstreffs im Alterszentrum Bussnang**

Jeweils am 2. Mittwoch im Monat treffen wir uns im Alterszentrum Bussnang zum Mittagessen mit einem anschliessenden Anlass z.B. Vortrag, Lottomatch, Spielnachmittag, Filmvorführungen, Konzert, Generalversammlung, Adventsnachmittag etc.

## ☺ **Wanderungen**

Jedes Jahr findet monatlich eine Wanderung statt. Die Wanderungen dauern ca. 2-3 Stunden, mit Pausen. Sie sind angepasst für die ältere Generation, mit Zwischenpausen, Picknick oder Verpflegungsmöglichkeit in einem Restaurant.

## ☺ **Weitere Angebote**

Besichtigungen, Kulturanlass, Tagesausflug mit dem Car

## ☺ **Mitteilungsblatt «DABEL»**

Alle 2 Monate wird den Mitgliedern das Mitteilungsblatt «DABEL» zugestellt. Darin wird orientiert über vergangene und bevorstehende Aktivitäten.



«Gemeinsam erleben»

### Thurgauer Senioren- und Rentnerverband

Evelyne Jung  
Präsidentin  
Bahnhofstrasse 65  
9320 Arbon  
Telefon 079 684 91 76  
E-Mail praesident@tg-srv.ch

Ursula Rügger  
Sekretariat  
Marktstrasse 28  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 622 28 20  
www.tg-srv.ch



# Zeitgut Weinfelden

## ☞ Unser Ziel

Menschen so zu unterstützen, dass sie im Alter oder in schwierigen Lebenssituationen zu Hause bleiben können.

## ☞ Die Idee hinter Zeitgut

Seniorinnen und Senioren ziehen es zunehmend vor, auch im hohen Alter zu Hause zu leben und ihren Haushalt möglichst eigenständig zu führen. Zeitgut möchte mithelfen, Menschen so weit zu unterstützen, dass sie weitgehend selbständig und selbstbestimmt leben können. Nachbarn und Freiwillige erleichtern sich gegenseitig den Alltag und sorgen so für mehr Lebensqualität und Lebensfreude.

## ☞ Zeitgutschriften als Vorsorge

Die Nachbarschaftshilfe von Zeitgut ist unbezahlt und basiert auf Freiwilligkeit. Den Freiwilligen wird die bei Einsätzen geleistete Zeit gutgeschrieben. Auf dieses Guthaben können die Freiwilligen zurückgreifen, wenn sie selber Unterstützung brauchen. Die Nachbarschaftshilfe funktioniert so auch als Altersvorsorge, als vierte und geldunabhängige Säule.

## ☞ So funktioniert es

Wer Hilfe beanspruchen oder selber anbieten möchte, wird Mitglied im Verein Zeitgut. Dies ist mit der Bezahlung eines einmaligen Mitgliederbeitrages möglich. Neumitglieder besprechen mit der Vermittlungsstelle, welche Art von Leistungen sie anbieten möchten und/oder welche Unterstützung sie selber benötigen. Findet sich für eine bestimmte Nachfrage ein entsprechendes Angebot, wird die Vermittlungsstelle die Personen zu einem Kontaktgespräch einladen und so können sogenannte «Tandems» gebildet werden.

## ☞ Wer mitmachen kann

Zeitgut ist nicht nur für ältere Menschen. Auch jüngere Personen können kurz- oder langfristig auf Hilfe angewiesen sein. Die Zeitgut-Nachbarschaftshilfe versteht sich als generationenübergreifendes Projekt, das auf Solidarität zwischen den Generationen baut und diese fördern möchte.

## ☞ Zeitgut – ein Modell für die Zukunft

Die freiwillige Nachbarschaftshilfe kann Kosten sparen, die eigenen und die der öffentlichen Hand. Sie bietet mit der professionellen Begleitung der entsprechenden Organisationen eine zusätzliche Stütze in der Unterstützung von Menschen mit Bedarf in der möglichst selbständigen Lebensführung. Weitere Informationen bekommen Sie unverbindlich auf der Vermittlungsstelle.

Nachbarschaft zählt  
**Zeitgut**  
Region Weinfelden

### Vermittlungsstelle Zeitgut Region Weinfelden

Fachstelle Gesellschaft & Gesundheit der Stadt Weinfelden  
Frauenfelderstrasse 10  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 83 60  
E-Mail [vs@zeitgut-weinfelden.ch](mailto:vs@zeitgut-weinfelden.ch)  
[www.zeitgut-weinfelden.ch](http://www.zeitgut-weinfelden.ch)



«Wer anderen  
Zeit schenkt,  
hilft auch  
sich selbst»



# Gemeinnütziger Frauenverein

## Mahlzeitendienst

Täglich – auch an Festtagen – werden zwischen 11.00 und 12.00 Uhr warme Mahlzeiten aus der Küche des Alterszentrums nach Hause geliefert.

## **Ansprechpersonen**

Monika Wittwer  
Telefon 078 827 40 75  
E-Mail [mwittwer\\_hr12@bluewin.ch](mailto:mwittwer_hr12@bluewin.ch)

Vreni Koch  
Telefon 071 620 23 72  
E-Mail [vrekoch@gmail.com](mailto:vrekoch@gmail.com)

Edith Meier  
Telefon 071 620 01 43 / 078 757 42 97  
E-Mail [meier-e@bluewin.ch](mailto:meier-e@bluewin.ch)

Machen Sie mit in der Brocki, in der Cafeteria des Alterszentrums oder in einem der anderen Dienste.  
Esther Stokar, 071 622 74 73

Weitere Angebote und Aktivitäten finden Sie auf unserer Website



Gemeinnütziger  
Frauenverein  
Weinfelden

## **Gemeinnütziger Frauenverein**

Postfach 148  
8570 Weinfelden  
Präsidium  
Esther Stokar  
Telefon 071 622 74 73  
[e.stokar@frauenverein-weinfelden.ch](mailto:e.stokar@frauenverein-weinfelden.ch)  
[www.frauenverein-weinfelden.ch](http://www.frauenverein-weinfelden.ch)



**«Sich gemeinsam  
für andere einsetzen  
macht Freude»**





# Rotes Kreuz Kanton Thurgau

## ☞ Entlastungsdienst für pflegende Angehörige

Geschulte SRK-Betreuerinnen und -Betreuer lösen pflegende Angehörige gelegentlich oder regelmässig zu Hause ab und ermöglichen ihnen so kleine Verschnaufpausen. In dieser Zeit können sich die pflegenden Angehörigen von ihren Betreuungsaufgaben erholen und Kraft für den Alltag schöpfen.

## ☞ Notruf

Mit dem Rotkreuz-Notruf kann per Knopfdruck rund um die Uhr Hilfe angefordert werden. Das Notrufsystem gibt älteren oder kranken Menschen und ihren Angehörigen ein beruhigendes Gefühl und ermöglicht, im Alter selbständig und unabhängig zu bleiben.

## ☞ Rotkreuz-Fahrdienst

Ist die Mobilität eingeschränkt, kann bereits der Weg zum Arzt beschwerlich sein. Freiwillige Rotkreuz-Fahrerinnen und -Fahrer begleiten Menschen, die nicht mehr mobil sind, zum Arzt, ins Spital zur Therapie oder zu anderen wichtigen Terminen.

Das SRK vermittelt zwei Tage im Voraus die Fahrten von Montag bis Freitag 8.30 bis 11.00 Uhr, Telefon 032 510 57 15. Unkostenbeitrag: Pauschalen oder 70 Rappen pro Kilometer, inkl. 1½ Std. Wartezeit.

## ☞ Besuchs- und Begleitdienst

Das SRK bietet alleinlebenden Menschen einen Besuch- und Begleitdienst. Die freiwilligen Besucherinnen und Besucher kommen regelmässig vorbei und sorgen für Abwechslung und Freude im Alltag. Sie begleiten Sie für kleinere Besorgungen oder Freizeitaktivitäten.

### SRK Thurgau

Rainweg 3  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 50 80  
geschäftsstelle@srk-thurgau.ch  
www.srk-thurgau.ch



Schweizerisches Rotes Kreuz   
Kanton Thurgau

«Entlastung  
aus einer Hand»

# Stadtverwaltung Weinfelden

## Einwohnerdienste

An- und Abmeldungen oder Umzüge innerhalb von Weinfelden werden persönlich oder über eUmzug bearbeitet. Die Zweigstelle für AHV/IV berät Sie über die Altersrente, Ergänzungsleistungen und Hilflosenentschädigung.

## Sozialamt

In einer finanziellen Notsituation wird die Unterstützungsmöglichkeit geprüft und Finanzhilfe geleistet.

## Berufsbeistandschaft

Lassen Sie sich beraten, wenn Sie oder Angehörige in persönlichen und finanziellen Belangen auf eine dauernde Begleitung angewiesen sind.

## Seniorennetz

Auf der Grundlage des Alterskonzeptes aus dem Jahre 2006 setzt sich das Seniorennetz für die Umsetzung der Massnahmen ein. Die in dieser Broschüre vorgestellten Organisationen sprechen in diesem Gremium ihre Aktivitäten ab und besprechen Anliegen aus der Bevölkerung.

## Öffnungszeiten

Montag bis Mittwoch	09.00–11.30   13.30–17.00 Uhr
Donnerstag	09.00–11.30   13.30–18.00 Uhr
Freitag	09.00–11.30   13.30–16.00 Uhr

### Stadtverwaltung

Frauenfelderstrasse 8 – 10  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 83 83  
Fax 071 626 83 88

E-Mail [einwohnerdienste@weinfelden.ch](mailto:einwohnerdienste@weinfelden.ch)  
[www.weinfelden.ch](http://www.weinfelden.ch)



**Stadt**  
**WEINFELDEN**

Ein Angebot der Fachstelle Gesellschaft und Gesundheit

# Anlaufstelle für Altersfragen

## ☞ Unser Angebot

- Wohnen
- Alltagsbewältigung
- Freizeitgestaltung
- Entlastungsmöglichkeiten
- Freiwilligenarbeit
- Betreuung und Pflege
- Gesundheitsförderung und Prävention
- weitere individuelle Themen

**«Sich zurecht finden  
schafft Sicherheit»**

Ältere Menschen aus Weinfelden und ihre Bezugspersonen erhalten aktuelle Informationen zu den verschiedenen Dienstleistungs- und Unterstützungsangeboten. Auf Wunsch vermitteln wir Ihnen Angebote vor Ort oder vereinbaren für Sie Termine bei möglichen Anbietern. Alle Informationen sind kostenlos, vertraulich und individuell.

Auf der Webseite [www.weinfelden-erleben.ch](http://www.weinfelden-erleben.ch) finden Sie weitere Angaben.

## ☞ Ich freue mich auf Sie.

«Gerne beantworte ich ihre Fragen. Sie können persönlich vorbeikommen, anrufen oder eine E-Mail senden. Es ist keine Voranmeldung nötig. Wenn Sie es wünschen, können Sie vorgängig einen Termin vereinbaren.»

### Anlaufstelle für Altersfragen

Roger Stalder  
Leiter Fachstelle  
Frauenfelderstrasse 10  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 83 60  
E-Mail [roger.stalder@weinfelden.ch](mailto:roger.stalder@weinfelden.ch)  
[www.weinfelden-erleben.ch](http://www.weinfelden-erleben.ch)

### Öffnungszeiten

Dienstag	09.00 – 11.30   13.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch	09.00 – 11.30   13.30 – 17.00 Uhr
Donnerstag	09.00 – 11.30   13.30 – 18.00 Uhr
Freitag	09.00 – 11.30   13.30 – 16.00 Uhr

Die Anlaufstelle für Altersfragen ist integriert in die Fachstelle Gesellschaft und Gesundheit.





# Sozialversicherungsleistungen AHV-Zweigstelle

«Wir beraten Sie gerne»

## ☛ AHV-Rente

Reichen Sie den Antrag für Ihre Altersrente 3–4 Monate vor dem Eintritt in das Rentenalter bei uns ein. Die Altersrente wird nicht automatisch ausgerichtet, sie muss angemeldet werden.

## ☛ Ergänzungsleistungen

Das Recht auf Ergänzungsleistungen besteht für Rentenbezüger, bei denen die notwendigen Ausgaben die Einnahmen übersteigen. Mit der Anmeldung für Ergänzungsleistungen müssen die persönlichen finanziellen Verhältnisse offengelegt und belegt werden. Eine provisorische Berechnung ist möglich unter [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch) (EL-Rechner).

## ☛ Hilflosenentschädigung

Wer eine Rente bezieht und in verschiedenen alltäglichen Lebensverrichtungen dauernd auf fremde Hilfe angewiesen ist, kann eine Hilflosenentschädigung beantragen. Diese Hilflosigkeit muss mindestens ein Jahr gedauert haben. Sie wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gewährt.

## ☛ Pflegefinanzierung

Heimbewohner finden auf ihrer Rechnung eine Position «Restfinanzierung Kanton/ Gemeinde». Sollte unter dieser Position ein Betrag eingetragen sein, kann diese Summe mit einem einmaligen Gesuch zur Auszahlung beantragt werden. Die einzelnen Monatsrechnungen müssen jeweils zur Abrechnung direkt an das Sozialversicherungszentrum Thurgau in Frauenfeld eingereicht werden.

### AHV-Zweigstelle

Einwohnerdienste Frauenfelderstrasse 10, 8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 83 83  
E-Mail [einwohnerdienste@weinfelden.ch](mailto:einwohnerdienste@weinfelden.ch)  
[www.weinfelden.ch](http://www.weinfelden.ch)

### Merkblätter unter [www.svztg.ch](http://www.svztg.ch)

- 3.01 Altersrenten und Hilflosenentschädigungen der AHV
- 3.02 Hilfsmittel der AHV
- 3.04 Flexibles Rentenalter
- 3.07 Hörgeräte AHV
- 5.01 Ergänzungsleistungen zur AHV
- 5.02 Ihr Recht auf Ergänzungsleistungen zur AHV  
Pflegefinanzierung



«Wir sind für Sie da»

# Bestattungsamt Weinfelden

## ☛ Ein Todesfall zu Hause – was ist zu tun?

Versuchen Sie Ruhe zu bewahren und beachten Sie die nachfolgenden Hinweise:  
Feststellung des Todes durch den Arzt  
Kontaktieren Sie Ihren Hausarzt oder den Notfallarzt (144)

## ☛ Einsargen und Überführung

Lassen Sie sich genügend Zeit, um zu Hause von der verstorbenen Person Abschied nehmen zu können. Kontaktieren Sie dann das Bestattungsunternehmen.

## ☛ Ein Todesfall im Heim oder Spital – was ist zu tun?

Nehmen Sie sich die Zeit zum Abschied, die Sie brauchen. Die organisatorischen Fragen müssen nicht schon in den ersten Stunden nach dem Tod erledigt werden! Lassen Sie sich vom zuständigen Personal beraten.

## ☛ In jedem Fall

Meldung an das Bestattungsamt. Nehmen Sie am nächsten Werktag mit dem Bestattungsamt Kontakt auf, um die Beerdigung Ihres Angehörigen zu besprechen. In dringenden Situationen erhalten Sie an Wochenenden und Feiertagen Unterstützung. Melden Sie sich bei der Hauptnummer.

Die «Wegleitung für Bestattungen» kann unter [www.weinfelden.ch](http://www.weinfelden.ch) bezogen werden.

### Bestattungsamt

Frauenfelderstrasse 8 – 10  
8570 Weinfelden  
Telefon 071 626 83 90  
Fax 071 626 83 88  
E-Mail [einwohnerdienste@weinfelden.ch](mailto:einwohnerdienste@weinfelden.ch)  
[www.weinfelden.ch](http://www.weinfelden.ch)



Stadt  
WEINFELDEN



**Stadt**  
WEINFELDEN

**Fachstelle Gesellschaft und Gesundheit**

Frauenfelderstrasse 10, Weinfelden

Parkplätze finden Sie entlang der Frauenfelderstrasse  
(kostenlos bis 1 Stunde Parkzeit)

