

Älter werden in Dornach

Adressen und Angebote



Inhalt

Die Gemeinde Dornach ist für Sie da!	3
Altersberatung	4
Alters- und Generationenwohnungen	5
Aktivitäten in Dornach	6
Auskunft	7
Beratungsangebote spezifische Themen	8
Bewegung – Gymnastik	9
Bewegung – Wandern	10
Bildungskurse in Dornach	11
Kurse in der Region	12
Demenz	13
Digitales	14
Ernährung – Dorfläden und Lieferdienste	15
Ernährung – Mahlzeitendienste & Beratung	16
Engagement	17
Fahrdienste	18
Finanzielles	19
Generationen	20
Hilfen zu Hause	21
Hilfsmittel & Finanzierung	22
Hörberatung & Finanzierung	23
Kirchen	24
Kultur	25
Migration	26
Notrufsysteme	27
Pflege zu Hause – Spitex	28
Pflege im Heim – Heime	29
Tagesstätten	30
Psychische Gesundheit	31
Rechtsauskunft	32
Sicherheit & Gewalt	33
Spital	34 – 35
Würdiger Abschied	36
Gesetzliche Rahmenbedingungen	37
Links	38
Impressum	39

Die Gemeinde Dornach ist für Sie da!

Liebe Einwohnerinnen und Einwohner

Die Menschen in Dornach werden durchschnittlich immer älter. Das ist erfreulich und zugleich mit individuellen und gesellschaftlichen Herausforderungen verbunden!

Im Wissen darum beschäftigen sich der Kanton und die Gemeinden intensiv mit den vielfältigen Themen rund ums Älterwerden. Die Gemeinde Dornach ist bestrebt, dass den Einwohnerinnen und Einwohnern auch im Alter alle notwendigen Angebote zur Verfügung stehen, damit sie möglichst gesund und mobil ihre sozialen Kontakte pflegen und so lange wie möglich ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben führen können.

In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Solothurn orientieren wir Sie mit dieser Broschüre über Dienstleistungen und Angebote im Alter. Die Broschüre zeigt die kommunalen, regionalen, kantonalen und schweizerischen Angebote auf. Dieses Nachschlagewerk mit Adressen und Angeboten soll Ihnen ermöglichen, den richtigen Kontakt oder bei Bedarf die notwendige Unterstützung zu finden. Auf der Gemeindeverwaltung stehen Ihnen die Mitarbeitenden der Einwohnerdienste und für Altersbelange die Generationenbeauftragte zur Verfügung – melden Sie sich bei ihnen, wenn Sie Fragen oder Anliegen haben!

Freundliche Grüsse
Einwohnergemeinde Dornach

Daniel Urech
Gemeindepräsident

Daniel Müller
Vize-Gemeindepräsident



v.l. Daniel Müller und Daniel Urech

Altersberatung

In komplexen und problematischen Lebenslagen sollen ältere Menschen auf eine professionelle und kostenlose Beratung zurückgreifen können.

AHV-Zweigstelle, Dornach

AHV-Anmeldungen, Ergänzungsleistungs-Anmeldungen

061 706 25 50 | sozial@dornach.ch | www.dornach.ch/sozialregion

Beratungsstelle Altersfragen Dorneck-Thierstein

Kostenlose Beratung am Telefon, im Büro, auf Anfrage im Gebäude der

Gemeindeverwaltung Dornach, digital oder externe Besuche

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Kantonale Ausgleichkasse, Solothurn

AHV/IV, Ergänzungsleistungen EL, Hilflosenentschädigung HE,

Individuelle Prämienverbilligung IPV, Rückerstattungen Krankenkosten EL

032 686 22 00 | info@akso.ch | www.akso.ch

Sozialregion Dorneck, Dornach

Sozialhilfe, Beistandschaften, Erwachsenenschutzabklärungen

061 706 25 50 | sozial@dornach.ch | www.dornach.ch/sozialregion

Pro Senectute CH – Ergänzungsleistungs-Rechner (EL)

EL-Rechner und weitere Fachinformationen Alter

044 283 89 89 | info@prosenectute.ch | www.prosenectute.ch

Alters- und Generationenwohnungen

Im Alter ist die Wohnung ein zentraler und wichtiger Rückzugsraum. Es ist sinnvoll, sich in gesunden Tagen mit der eigenen Wohnsituation auseinanderzusetzen, um den eigenen Wohnraum altersgerecht zu gestalten oder Veränderungen zu planen.

Rainpark Dornach

50 Wohnungen, Hügelweg 4/Rainweg, Dornach

061 701 23 96 | info@rainpark-dornach.ch | www.rainpark-dornach.ch

Alterswohnungen Stiftung Obesunne, Arlesheim

98 Wohnungen, Bromhübelweg 15, Arlesheim

061 705 07 00 | info@obesunne.ch | www.obesunne.ch

Alterssiedlung Kirschgartenstrasse, Aesch

36 Wohnungen, Kirschgartenstrasse 16, Aesch

061 751 18 89 | verwaltung@bgaesch.ch | www.bgaesch.ch

Übersicht Alterswohnungen im Kanton Solothurn

032 626 59 59 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Stiftung AGE

Finanzierung von Förderprojekten im Bereich Wohnen

044 455 70 60 | info@age-stiftung.ch | www.age-stiftung.ch

Aktivitäten in Dornach

Die Kontaktpflege im Alter ist entscheidend, um sich im persönlichen Netzwerk wohlzufühlen. Dabei ist auch die Eigeninitiative von Seniorinnen und Senioren wichtig.

Mittagsclub, Dornach, im kath. Pfarreiheim, Pfarrei St. Mauritius

077 439 77 19 | www.dogeho.ch | www.refkirchedornach.ch, www.dogeho.ch

«Montagsclub» im APH Wollmatt, Mittagstisch & Spielenachmittag

061 706 83 83 | info@wollmatt.ch | www.wollmatt.ch

Herzgruppe Dornach

061 501 63 29 | info@physiotherapie-dornachbrugg.ch | www.swissheartgroups.ch

Jass-Nachmittag, in der Alterssiedlung Rainpark

061 701 89 02 | info@khpv.ch | www.khpv.ch

Pétanque Club Dornach

076 385 61 83 | walter.loetscher@gmx.ch | www.pc-dornach.ch

Seniorenferien

061 701 16 33 | sekretariat@dogeho.ch | www.dogeho.ch

Töpfern

079 545 49 90 | keramikwerkstatt@bluewin.ch | www.keramik-kunst-therapie.ch

Widar-Kultur-Café im Haus Martin

061 706 84 42 | www.hausmartin.ch

Weitere Aktivitäten

www.wochenblatt.ch, www.dornach.ch, www.khpv.ch, www.goetheanum.ch,
www.klosterdornach.ch

Übersicht Präventionsangebote Kanton Solothurn

www.hebsorg.ch

Auskunft

Informationen können über verschiedene Wege abgerufen werden: per Telefon, online, persönlich in der Gemeinde. Sie werden je nach Anfrage direkt beantwortet oder an zuständige Stellen weitergeleitet.

Auskunft Generationenbeauftragte, Dornach

Zuständig für Altersfragen in der Einwohnergemeinde Dornach
061 706 25 06 | silja.ramseier@dornach.ch | www.dornach.ch

Allgemeine Auskunft, Einwohnergemeinde Dornach

Informationen und Vermittlung
Gemeindeverwaltung Dornach, Hauptstrasse 33, 4143 Dornach
061 706 25 00 | info@dornach.ch | www.dornach.ch

Auskunft Altersfragen, Pro Senectute, Dorneck-Thierstein

Informationen, Vermittlung, Anmeldung Altersberatungen
061 781 12 75 | Pro Senectute Dorneck-Thierstein
032 626 59 59 | Pro Senectute kantonale Koordinationsstelle Alter
info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

InfoSenior.ch

Digitale Informations-Plattform für Altersangebote
Die Suchplattform für Angebote zum Alter in der nahen Umgebung mit der Postleitzahl unter www.infoSenior.ch

Publikationen

Amtliche Publikationen: www.wochenblatt.ch

Webseite Gemeinde Dornach:

www.dornach.ch/alter: Informationen zum Leben im Alter
www.dornach.ch/angebotesenioeren: Freizeitangebote
www.dornach.ch/gesundheit: Gesundheit

Beratungsangebote spezifische Themen

Hilfe anzunehmen, ist nicht immer einfach. Lieber einmal zu viel fragen als gar nicht. Die sozialen Organisationen helfen direkt oder verweisen Sie an die richtige Stelle.

Suchthilfe Ost

Beratung bei Suchtproblemen aller Art

Standort Dornach: Friedensgasse 10, 4143 Dornach

0800 06 15 35 oder 062 206 15 35 | info@suchthilfe-ost.ch

www.suchthilfe-ost.ch

Fokus-plus – Fachstelle für Sehbehinderung

Lösungen im Umgang mit der Sehbehinderung im Alltag finden

062 212 77 20 | info@fokus-plus.ch | www.fokus-plus.ch

Krebsliga

Beratung und Unterstützung für Betroffene und Angehörige

032 628 68 10 | info@krebsliga-so.ch | www.solothurn.krebsliga.ch

079 894 17 89 | Helpline Palliative Care, 24 h

Lungenliga

Kompetenzzentrum rund um Lunge und Atmung

032 628 68 28 | info@lungenliga-so.ch | www.lungenliga.ch

Ökumenische Wegbegleitung Laufental-Dorneck-Thierstein

Begleitung und Besuche

061 765 92 05 | wegbegleitung@pfarrei-laufen.ch

www.wegbegleitung-laufental-dorneck-thierstein.ch

Bewegung – Gymnastik

Bis ins hohe Alter können Beweglichkeit, Kraft und Koordination gezielt trainiert werden. Ob allein, zu zweit oder in der Gruppe, ob drinnen oder draussen, spielt keine Rolle. Entscheidend ist, dass man sich regelmässig bewegt.

Antara Rückentraining Dornach

061 701 13 43 | kaethi.blecher@intergga.ch | www.antara-fit.jimdofree.com

Bewegungspatenschaften in Dornach

032 626 59 59 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Fit-Gymnastik, Frauengemeinschaft Dornach

061 701 13 43 | praesidentin@fg-dornach.ch | www.fg-dornach.ch

Seniorenturnen für Männer, Dornach

078 827 51 10 | Jacqueline Hasler | jac.hasler@bluewin.ch

Internationale Tänze – Alterssiedlung Rainpark, Dornach

061 401 25 71 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

GymFit Männer, TV Dornach

061 711 70 56 | angelo.bobbia@breitband.ch | www.tvdornach.ch

GymFit Frauen, TV Dornach

078 859 48 09 | maya.rahm@breitband.ch | www.tvdornach.ch

Schwimmen, im Gartenbad Weiden/Schwimmhalle Gwänd

061 706 25 05 | dominique.kleiber@dornach.ch | www.dornach.ch

Vitaparcours, im Tiefental, Dornach

Eine Übersicht zu den verschiedenen Angeboten in und um Dornach findet sich auf der Webseite Dornach unter: www.dornach.ch/anlaesseaktuelles

Bewegung – Wandern

Forum Schwarzbubenland

077 510 72 87 | tourismus@schwarzbubenland.info
www.schwarzbubenland.info

Wandern – Wanderwege

Baselland Tourismus

061 927 65 443 | info@baselland-tourismus.ch | www.basel.land-tourismus.ch

SAC Hohe Winde Tourenprogramm Senioren

www.sac-hohewinde.ch

Solothurner Wanderwege

032 618 31 00 | info@solothurner-wanderwege.ch
www.solothurner-wanderwege.ch

Bildungskurse in Dornach

Das Gehirn bleibt mit gezieltem Training bis ins hohe Alter leistungs- und entwicklungsfähig. Das Lernen in freudiger Atmosphäre hält Sie geistig fit.

Freies Zeichnen und Malen Dornach

Individuell und in der Gruppe

Kloster Dornach, Amtshausstrasse 7, Dornach

061 701 73 76 | anluc@gmx.ch

Musik, Kunst, Vorträge Workshops, Spiritualität

061 705 10 80 | kultur@klosterdornach.ch | www.klosterdornach.ch

Malkunst

Goetheanumstrasse 16, Dornach

061 706 83 83 | www.malkunst-dornach.ch

Eurythmie und weitere Kurse, Veranstaltungen

Rüttiweg 45, Dornach

061 706 43 59 | srmk@goetheanum.org | www.srmk.goetheanum.org

Kunsttherapie

Dorneckstrasse 62, Dornach

079 663 02 72 | keramikwerkstatt@bluewin.ch | www.keramik-kunst-therapie.ch

Farbenweg

Praxis für Kunsttherapie PTM, Weidenstrasse 50, Dornach

076 445 72 20 | info@farbenweg.ch | www.farbenweg.ch

Eine Übersicht zu den verschiedenen Angeboten in und um Dornach findet sich auf der Webseite Dornach unter: www.dornach.ch/anlaesseaktuelles

Kurse in der Region

Hebsorg – Kurse zur Gesundheitsförderung im Alter

032 627 37 88 | praevention@spital.so.ch

www.hebsorg.ch | www.solothurnerspitaeler.ch/praevention

Klubschule Migros Basel

058 575 87 00 | www.klubschule.ch/standorte/basel

Pro Senectute Kurssuche (prosenectute.ch)

061 206 44 66 | info@akzentforum.ch | www.bb.pro-senectute.ch

032 626 59 79 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Schweizerischer Verband der Seniorenuniversitäten

079 334 43 38 | info@uni-3.ch | www.uni-3.ch

Volkshochschule BL & BS

061 269 86 66 | info@vhsbb.ch | www.vhsbb.ch

TCS-Seniorenfahrkurse | www.tcs.ch

Demenz

Sowohl demenzkranke Personen wie auch ihre Angehörigen sind grossen Belastungen ausgesetzt. Fachpersonen sind für Sie da.

Beratung & Fachinformationen

Koordinationsstelle Demenz leben, Unterstützung & Vernetzung

062 212 31 73 | info@demenzleben-so.ch | www.demenzleben-so.ch

Pro Senectute Dorneck-Thierstein, Vermittlung & Finanzierung

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Alzheimer Solothurn

062 212 00 80 | solothurn@alz.ch | www.alzheimer-schweiz.ch/de/solothurn

Demenz-Forschung Schweiz

044 271 35 11 | info@demenz-forschung.ch | www.demenz-forschung.ch

Schweizerische Hirnliga für das gesunde Hirn

031 310 20 91 | info@hirnliga.ch | www.hirnliga.ch

Memory-Kliniken & Kompetenzzentrum Demenz

Zentrum Passwang, Kompetenzzentrum Demenz

061 785 31 31 | info@zentrumpasswang.ch | www.zentrumpasswang.ch

Kantonsspital Olten, Akutgeriatrie

062 311 43 47 | akutgeriatrie.soh@spital.so.ch | www.solothurnerspitaeler.ch

Universitäre Altersmedizin FELIX PLATTER – Basel

061 326 47 60 | memoryclinic@felixplatter.ch | www.memoryclinic.ch

Digitales

Technikferne ältere Menschen werden zunehmend von Informationen und Dienstleistungen abgeschnitten. Durch die Schulung und Unterstützung bei der Anwendung von digitalen Möglichkeiten können Seniorinnen und Senioren soziale Kontakte aufrechterhalten.

Online im Alltag – Pro Senectute

Hilfe bei digitalen Fragen oder Problemstellungen, Hausbesuche von Pro Senectute durch «Digital Coaches». Einrichten der IT-Infrastruktur, Erklärung von Anwendungen, elektronische Zahlungen, digital einkaufen, SBB-Tickets online kaufen usw.

Pro Senectute Kanton Solothurn

032 626 59 79 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Digitalcafé

Fragen zu Smartphone und Tablet? Antworten und praktische Hilfe gibt es im Digitalcafé in Arlesheim, Basel, Laufen, Pratteln, Riehen, auch offen für alle Personen aus dem Kanton Solothurn.

Pro Senectute BL & BS

061 206 44 44 | info@bb.prosenectute.ch | www.bb.pro-senectute.ch

Ernährung – Dorfläden und Lieferdienste

Ausgewogene, gesunde Ernährung tut dem Körper gut.

Dorfläden – zum Teil mit Hauslieferdiensten

Coop Supermarkt, Neuarlesheimerstrasse 4/6, Dornach

061 706 84 00 | www.coop.ch

Denner, Hauptstrasse 4, Dornach

058 999 66 39 | www.denner.ch

Mathis Fleisch & Feinkost, Hauptstrasse 41, Dornach

061 761 64 11 | info@mathis-fleischundfeinkost.ch | www.fleischundfeinkost.ch

Migros Supermarkt, Wollmattweg 7, Dornach

058 575 83 30 | www.migros.ch

Milchhüsli Lebensmittelladen, Unterdorfstrasse 9, Dornach

061 701 19 66 | rooesli.michi@bluewin.ch | www.milchhuesli-dornach.ch

Vital Speisehaus AG, Dorneckstrasse 2, Dornach

061 706 85 14 | laden@speisehaus.ch | www.speisehaus.ch

Online-Lieferdienste

Coop Online-Shop

0848 888 444 | info@coopathome.ch | www.coop.ch

Migros Online-Shop

0848 111 999 | kunden@migrosonline.ch | www.shop.migros.ch

Ernährung – Mahlzeitendienste & Beratung

Seniorinnen und Senioren können sich über verschiedene Möglichkeiten Mahlzeiten nach Hause liefern lassen und Ernährungsberatungen in Anspruch nehmen.

Mahlzeitendienste

Mahlzeitendienst Dornach, Alters- und Pflegeheim Wollmatt

061 706 83 83 | info@wollmatt.ch | www.wollmatt.ch

Mahlzeitendienst Pizzeria Cucina Amici

061 713 91 71 | pizzeria@cucina-amici.ch | www.cucina-amici.ch

Mahlzeiten & Hauslieferungen Mathis Fleisch und Feinkost

061 761 64 11 | info@mathis-fleischundfeinkost.ch

www.mathis-fleischundfeinkost.ch

Online Mahlzeitendienst Casa Gusto Home

(Produktion: Migros, Lieferung: Planzer, Bestellung: Pro Senectute)

058 451 50 50 | kontakt@casa-gusto.ch | www.casa-gusto.ch

Diabetes- und Ernährungsberatung

Spital Dornach

061 704 41 22 | www.solothurnerspitaeler.ch

Schweiz. Verband der Ernährungsberater/innen

031 313 88 70 | service@svde-asdd.ch | www.svde-asdd.ch

Engagement

Engagement in der Gesellschaft bedeutet, «etwas für die Gesellschaft zu leisten». Organisationen, Gemeinde, Kirchen und Vereine sind auf motivierte Personen angewiesen und bieten Einsatzmöglichkeiten an.

Ansprechperson Freiwilligenarbeit – Dornach

Vermittlung zu möglichem Engagement in Dornach
061 706 25 06 | silja.ramseier@dornach.ch | www.dornach.ch

Engagement in der Altersarbeit – Pro Senectute

Steuererklärungs-/Administrativdienst, Digital Coach, Bewegungscoach
061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Engagement im Alters- und Pflegeheim Wollmatt

Einsatz in Aktivierung, als Fahrer:in Mahlzeitendienst & für Ausflüge, Dornach
061 706 83 83 | info@wollmatt.ch | www.wollmatt.ch

Engagement als private Beistandsperson

Führen von Erwachsenenschutz-Mandaten, Dornach
061 706 25 50 | sozial@dornach.ch | www.dornach.ch

Engagement Schulen Dornach

Seniorin oder Senior im Klassenzimmer, Dornach
032 626 59 59 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Engagement beim SRK

Fahrdienst Dornach
032 622 37 20 | info@srk-solothurn.ch | www.srk-solothurn.ch

Jobs – Benevol

Vermittlungsplattform für freiwilliges Engagement
Benevol Schweiz | info@benevol.ch | www.benevol-jobs.ch

Fahrdienste

Im Bereich der Mobilität spielt das Auto eine wichtige Rolle. Älteren Menschen wird empfohlen, die Fahreignung kontinuierlich kritisch zu hinterfragen. Wenn der Fahrausweis abgegeben werden muss, stehen als Alternativen zum Autofahren der öffentliche Verkehr sowie der individuelle Fahrdienst bereit.

Dornach SRK-Fahrdienst

0848 0848 99 | fahrdienst@srk-solothurn.ch | www.srk-solothurn.ch

BFT Behinderten-Fern-Transport (Schweiz) – Basel

061 331 34 34 | bft.basel@bluewin.ch | www.behinderten-fern-transport.ch

Mobimed – Patiententransport Basel

0800 670 670 (Gratisnummer) | info@mobimed.ch | www.mobimed.ch

MTS Patiententransport GmbH

061 691 06 06 | info@mts-patiententransport.ch | www.mts-patiententransport.ch

ProVita – Patiententransport

061 331 44 44 | info@provita-pt.ch | www.provita-pt.ch

ROTBLEU – Patiententransport

061 821 43 34 | info@rbpt.ch | www.rbpt.ch

Lokale Taxis

ARISDO AG

061 423 82 82

Taxi Hänggi

079 735 35 35

BIRSECK Taxizentrale

061 411 33 33

Finanzielles

Die finanzielle Gesundheit ist genauso wichtig wie die körperliche, geistige und digitale Gesundheit. Es kann auch im Alter zu finanziellen Notlagen kommen. Auch wenn es schwerfällt, möchten wir Sie ermutigen, Hilfe anzunehmen.

Altersberatung – Pro Senectute

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Administrativ- / Steuererklärungs- / Treuhanddienst

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Finanzhilfe – Pro Senectute

Entgegennahme von Anfragen und Einreichung Gesuche für Nothilfe
061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Schuldenberatung für Dornach

061 462 03 73 | info@schuldenberatung-bl.ch | www.schuldenberatung-bl.ch

Sozialregion Dorneck

Anmeldung Ergänzungsleistungen und Sozialhilfe
061 706 25 50 | sozial@dornach.ch | www.dornach.ch

Winterhilfe

Überbrückung bei dringenden finanziellen Notlagen
079 202 27 27 | solothurn@winterhilfe.ch | www.so.winterhilfe.ch

Generationen

Intra- und Intergenerationelle Arbeit sichert das gute Zusammenspiel zwischen den Generationen. Es geht darum, das Erlebte und Erfahrene weiterzugeben sowie von jungen Personen Neues zu lernen.

Alters- und Gesundheitskommission – AGeK

Die Alters- und Gesundheitskommission (AGeK) unterstützt und berät den Gemeinderat. Informationen finden sich unter www.dornach.ch.

Auskunft Generationenbeauftragte, Dornach

Zuständig für alle Generationen

061 706 25 06 | silja.ramseier@dornach.ch | www.dornach.ch

Bänkli für den Austausch

In Dornach gibt es schöne Sitzgelegenheiten, um sich zu erholen oder nach den Mottos «Setz dich zu mir!» und «Lass uns plaudern!» sowie «Wie geht's dir?» die persönlichen Kontakte zu pflegen.

Sitzbänke:

Gigersloch, Nepomuk-Platz, Otto Stich-Platz und viele mehr

Seniorinnen und Senioren im Klassenzimmer

Seniorinnen und Senioren kommen in Schulklassen, begleitet durch die Lehrerinnen und Lehrer zum Einsatz.

Pro Senectute Kanton Solothurn – Anmeldung

032 626 59 59 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Schulstandort Primarschule Dornach

061 705 50 50 | schulen@dornach.ch | www.schulen-dornach.ch

Hilfen zu Hause

Mit der Hilfe zu Hause wird das selbständige Wohnen in den eigenen vier Wänden ermöglicht.

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen – Spitex

061 701 89 02 | dornach@spitex-regionbirs.ch | www.spitex-regionbirs.ch

Haushilfedienst – Pro Senectute – im Aufbau

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

LebensSPUR GmbH – Seniorenbetreuung

076 461 41 43 | lebensspur@hotmail.com | www.lebensspur-gmbh.ch

Fusspflege / Podologie – Hausbesuche

Yael Oeschger | 061 703 06 28

Angelina Jenzer | 079 450 63 45

Coiffeure – Hausbesuche

Carla Maria Cala | 061 701 76 01

Esther Racheter | 079 283 95 41

Physiotherapie – Hausbesuche

Desirée Buser-Thüringer | 078 667 55 01

Martin Schlozer | 061 701 91 81

OMNIA Physio & Flying Physios | 061 401 50 50

Hilfsmittel & Finanzierung

Mit den passenden Hilfsmitteln soll die Selbständigkeit und Mobilität verbessert respektive beibehalten werden. Einige Hilfsmittel können in grösseren Warenhäusern bezogen werden. Andere Hilfsmittel sind im Fachgeschäft erhältlich, da individuelle Beratung und Anpassung teilweise unerlässlich sind.

Hilfsmittelshop Pro Senectute mit Ausstellung

Im Schild, Eichenweg 4, 4410 Liestal

061 206 44 33 | hilfsmittel@bb.prosenectute.ch | www.bb.pro-senectute.ch

Sanitätshaus Auforum Münchenstein

Im Steinenmüller 2, 4142 Münchenstein

061 411 24 24 | info@auforum.ch | www.auforum.ch

Sanitätshaus St. Johann, Reha Med AG

Spitalstrasse 40, 4056 Basel

061 386 91 91 | info@rehamed.ch | www.rehamed.ch

Beratung und Finanzierung Hilfsmittel

Pro Senectute Dorneck-Thierstein

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Weitere Angebote unter www.infosenior.ch und im Internet

Hörberatung & Finanzierung

Unser Gehör warnt uns vor herannahenden Gefahren und sichert den Dialog mit anderen Personen. Ein gutes Gehör verleiht Sicherheit und Souveränität im Umgang mit anderen Menschen. Wenn die Gehörfunktion abnimmt, ist es wichtig, frühzeitig eine Fachberatung in Anspruch zu nehmen.

Amplifon AG, Binningen & Reinach

061 422 21 00 | binningen@amplifon.com | www.amplifon.com

061 713 03 15 | reinachBL@amplifon.com | www.amplifon.com

Borer Hörberatung Therwil

061 722 10 70 | info@hoerberatung-borer.ch | www.hoerberatung-borer.ch

dietze Hörcenter Allschwil

061 554 88 25 | allschwil@dietze-hoercenter.ch | www.auric-hoercenter.ch

Neuroth-Hörcenter

061 703 00 01 | 4143dornach.ch@neuroth.com | www.neuroth.com

Schaffner Hörberatung

Aesch, 061 530 08 45

Binningen, 061 421 90 00

Dornach, 061 530 08 50

info@schaffner-hoeren.ch | www.schaffner-hoeren.ch

Beratung und Finanzierung Hörgeräte

Pro Senectute Dorneck-Thierstein

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Kirchen

Die Landeskirchen bieten verschiedene Angebote für Seniorinnen und Senioren an.

Evangelisch-Reformierte Kirche Dornach-Gempen-Hochwald

Gempenring 18, 4143 Dornach

061 701 29 42 | sekretariat@refkirchedornach.ch | www.refkirchedornach.ch

Katholische Pfarreien Dornach-Gempen-Hochwald

Bruggweg 106, 4143 Dornach

061 701 16 33 | sekretariat@dogeho.ch | www.dogeho.ch

Klosterkirche Dornach

Amtsstrasse 7, 4143 Dornach

061 705 10 80 | info@klosterdornach.ch | www.klosterdornach.ch

Benediktinerkloster Mariastein – Wallfahrtsort

Klosterplatz 2, 4115 Mariastein

061 735 11 11 | info@kloster-mariastein.ch | www.kloster-mariastein.ch

Kultur

Dornach ist reich an Kulturangeboten. Die Gemeinde Dornach zeichnet einerseits Personen aus Dornach aus, die durch ein spezielles Engagement im kulturellen, sozialen oder sportlichen Bereich hervorgetreten sind. Andererseits fördert die Gemeinde das Kulturleben finanziell. Unterstützungsbeiträge für kulturelle Anlässe werden von der Familien-, Jugend- und Kulturkommission vergeben.

Auskunft – Familien-, Jugend- und Kulturkommission

061 706 25 40 | christoph.janz@jonson.ch | www.dornach.ch

Anthroposophische Gesellschaft in der Schweiz

061 706 84 40 | info@anthroposophie.ch | www.anthroposophie.ch

Goetheanum, Rüttistrasse 45, Dornach

061 706 42 42 | sekretariat@goetheanum.ch | www.goetheanum.ch

KunstraumRhein

079 904 90 69 | info@kunstraumrhein.ch | www.kunstraumrhein.ch

Neues Theater am Bahnhof, Dornach

061 702 00 83 | info@neuestheater.ch | www.neuestheater.ch

wydeKANTINE, Weidenstrasse 50, Dornach

info@wydekantine.ch | www.wydekantine.ch

Weitere Aktivitäten unter:

www.dornach.ch/anlaesseaktuelles

www.schwarzbubenland.info/kultur

Migration

Für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund werden verschiedene Angebote bereitgestellt.

Bildungskurse – Volkshochschule beider Basel

Kurse Deutsch als Fremdsprache

061 269 86 66 | info@vhsbb.ch | www.vhsbb.ch

Basler Kurszentrum für Menschen aus 5 Kontinenten

Subventionierte Deutschkurse Dorneck-Thierstein

061 365 90 20 | briefkasten@k5kurszentrum.ch | www.k5kurszentrum.ch

Caritas

Engagiert sich für Asylsuchende, Flüchtlinge sowie Migrantinnen und Migranten

032 621 81 75 | info@caritas-solothurn.ch | www.caritas-solothurn.ch

Fachstelle Integration

Informationen zu Migrationsfragen

032 627 23 11 | integration@ddi.so.ch | www.integration.so.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz – SRK

Broschüren Altersthemen mit Übersetzung in Fremdsprachen

058 400 41 11 | info@redcross.ch | www.redcross.ch

Notrufsysteme

Wenn Seniorinnen und Senioren alleine wohnen, ist es besonders wichtig, bei einem Notfall jemanden zu erreichen. Beim Sensorsystem StrongAge wird der Notfall ohne Knopfdruck erkannt und auch bei Bewusstlosigkeit ausgelöst. Bei anderen Notrufsystemen werden Angehörige oder der Notruf kontaktiert, sobald der Notrufknopf gedrückt wird.

Sensorsystem StrongAge – domo health

Sensorsysteme mit integriertem Meldesystem, wenn die Alarmtaste nicht erreicht oder gedrückt werden kann, inkl. Angehörigen-App

079 209 11 82 | hugo.saner@bluewin.ch | www.strongage.ch

SRK-Notrufsystem – Schweizerisches Rotes Kreuz

Notfalluhr mit Alarmtaste, wird mit Angehörigenhilfe organisiert

032 622 37 20 | notruf@srk-solothurn.ch | www.srk-solothurn.ch

SmartLife Care-Notruflösungen – Swisscom

Notfalluhr mit Alarmtaste, wird mit Angehörigenhilfe organisiert

SmartLife Care | 0848 65 65 65 | www.smartlife-care.ch

Vermittlung & Finanzierung – Pro Senectute

Beratung und Finanzierung von Notrufsystemen

061 781 12 75 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Pflege zu Hause – Spitex

Es gibt subventionierte Nonprofit-Spitex-Organisationen und profitorientierte Spitex-Anbieter. Bei den Spitex-Leistungen ist es wichtig, immer auch deren Finanzierung im Vorfeld abzuklären und zu sichern. Hierfür steht die Pro Senectute-Beratungsstelle zur Verfügung.

Spitex Region Birs – Dornach, Gempen und Hochwald

Bedarfsabklärung, Grund- und Behandlungspflege, psychiatrische Pflege, Palliative Care, Wundmanagement, Haushilfe

061 701 89 02 | dornach@spitex-regionbirs.ch | www.spitex-regionbirs.ch

Spitex kantonal und schweizerisch

NPO Spitexorganisationen - Spitex Verband Kanton Solothurn SVKS

032 623 00 33 | info@spitexso.ch | www.spitexso.ch

Private SpiteX - Association SpiteX privée Suisse ASPS

031 370 76 73 | www.spitexprivée.swiss

Pflege im Heim

Heime bieten während 24 Stunden und 365 Tagen im Jahr Pflege und Betreuung für ältere Menschen. Idealerweise werden schon frühzeitig mögliche Alters- und Pflegeheime angeschaut, um sich damit auseinanderzusetzen. Auch die Information «Wie lässt sich ein Heimaufenthalt finanzieren», kann über die Altersberatung eingeholt werden, damit die Finanzierung keine unnötigen Sorgen bereitet. Zu beachten gilt, dass die Heimfinanzierung ausserhalb des Kantons Solothurn anderen Bedingungen unterliegt.

Alters- und Pflegeheim Wollmatt und Pflegewohngruppe Steinmatt

Wollmattweg 10, 4143 Dornach
061 706 83 83 | info@wollmatt.ch | www.wollmatt.ch

Alters- und Pflegewohngruppe Dornach AG – Häuser Engel / Felicitas

Hauptstrasse 22, 4143 Dornach
061 701 90 73 | fr.lewis@bluewin.ch | www.wohngruppe.ch

Stiftung Haus Martin – Wohn- und Pflegeheim

Dorneckstrasse 31, 4143 Dornach
061 705 40 00 | info@hausmartin.ch | www.hausmartin.ch

Wohne im Öpfelsee, Verein Sonnhalde Gempen

Haglenweg 13, 4143 Dornach
061 706 80 00 | sonnhalde@sonnhalde.ch | www.sonnhalde.ch

Zentrum Passwang – Demenz-Kompetenzzentrum

061 785 31 31 | info@zentrumpasswang.ch | www.zentrumpasswang.ch

AZB Alterszentrum Breitenbach

061 789 92 00 | info@azbb.ch | www.azbb.ch

Alters- und Pflegeheim Stäglen

061 795 50 32 | heimleitung@altersheim-staeglen.ch | www.altersheim-staeglen.ch

Pflegewohnheim Flühbach

061 735 90 80 | pflege-fluehbach@blumenrain.ch | www.blumenrain.ch

Tagesstätten

Tagesstätten für Seniorinnen und Senioren sind eine wirksame Unterstützung für betagte Menschen und deren Angehörige. Die Erfahrung zeigt, dass eine Tagesstätte die Betreuung zu Hause entlastet. Informationen zur Finanzierung des Besuchs einer kantonalen oder ausserkantonalen Tagesstätte können über die Altersberatung eingeholt werden.

Tagesstätte Leuchtturm Zentrum Passwang, Breitenbach

061 785 31 31 | info@zentrumpasswang.ch | www.leuchtturm-demenz.ch

Tages- / Nachtangebote Obesunne, Arlesheim

061 705 07 00 | info@obesunne.ch | www.obesunne.ch

Tagesstätte im Alterszentrum Brüel, Aesch

061 756 33 44 | sekretariat@az-imbruel.ch | www.az-imbruel.ch

Tageszentrum Münchenstein

061 417 94 44 | info@hofmatt.ch | www.hofmatt.ch

Tagesbetreuung Seniorenzentrum Aumatt, Reinach

061 717 15 15 | info@sz-aumatt.ch | www.sz-aumatt.ch

Übersicht Heime & Tagesstätten Kanton Solothurn

032 685 43 01 | sekretariat.gsa@bluewin.ch | www.altersheime-gsa.ch

Psychische Gesundheit

Die psychische Gesundheit ist grundlegend für einen guten Allgemeinzustand. Beim Älterwerden verändern sich unser Körper, unsere Psyche und auch die Rolle in der Gesellschaft. Es ist wichtig, während kritischen Lebenssituationen die Warnsignale zu erkennen und zu wissen, wo passende Unterstützungsleitungen bereitgestellt sind. Die Eigenverantwortung durch die Annahme der Hilfe ist wichtig.

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

061 325 51 11 | info@upk.ch | www.upk.ch

Psychiatrische Klinik Liestal

061 553 56 56 | info@pbl.ch | www.pbl.ch

Alterspsychiatrie – Solothurner Spitäler AG

032 627 14 27 | info.pd@spital.so.ch | www.solothurnerspitaeler.ch

Die Dargebotene Hand Nordwest

Telefon 143 | biel-bienne@143.ch | www.biel.143.ch

Pro Mente Sana

044 446 55 00 Beratung
0848 800 858 Telefonberatung
www.promentesana.ch

Selbsthilfegruppen – Kontaktstelle Solothurn

062 296 93 91 | info@selbsthilfesolothurn.ch | www.selbsthilfesolothurn.ch

Rechtsauskunft

Zu wissen, an wen man sich bei rechtlichen Fragen wenden kann, ist sehr wertvoll. Es ist besser nachzufragen, als ein rechtliches Problem ungelöst zu lassen.

Anwaltsverband Kanton Solothurn

Informationen, Anwaltssuche nach Kriterien
032 621 00 26 | info@solav.ch | www.solav.ch

Notare

Notare mit solothurnischem Notariatspatent
www.solothurnernotare.ch

Frauenzentrale Kanton Solothurn

Rechtsberatung zu verschiedenen Themen
032 623 77 24 | www.frauenzentrale-so.ch

Hauseigentümerverband – HEV Dorneck-Thierstein

Auskünfte bedingen eine Mitgliedschaft
061 913 02 20 | info@hev-dorneck-thierstein.ch | www.hev-dorneck-thierstein.ch

Mieterinnen/Mieterverband BL & Dorneck-Thierstein

Auskünfte bedingen eine Mitgliedschaft
061 555 56 56 | info@mv-baselwand.ch | www.mieterverband.ch

Rechtsberatung Beobachter

Auskünfte bedingen eine Mitgliedschaft
www.beobachter.ch/digital

Sicherheit & Gewalt

Wären Sie vorbereitet, wenn Sie ein Schockanruf erreicht oder ein/e falsche/r Polizist/in vor Ihrer Türe steht? Die Polizei warnt immer wieder und informiert über die Betrugsarten. Über Gewalt im Alter zu sprechen ist oft schwierig. Scham, das Gefühl nichts ändern zu können und die Angst vor Konsequenzen können davon abhalten, Hilfe zu suchen.

Polizei Kanton Solothurn

Informationen zu Betrug an Seniorinnen und Senioren

061 704 71 40 | www.polizei.so.ch

032 627 71 11 | www.polizei.so.ch

Die Polizei ist immer für Sie da – im Notfall: 112, 117

Beratungsstelle Opferhilfe Kanton Solothurn

Beratungsstelle für Opfer psychischer, körperlicher und sexueller Gewalt

062 311 86 66 | opferberatung@ddi.so.ch | www.opferhilfe.so.ch

Häusliche Gewalt Fachstelle Prävention

Beratung, Begleitung und Unterstützung bei Gewalteinwirkung

032 627 22 80 | praevention@ddi.so.ch | www.so.ch

Häusliche Gewalt Fachstelle Prävention

Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt

0848 00 13 13 | info@alterohnegewalt.ch | www.alterohnegewalt.ch

Suizid Präventionsstelle

Psychiatrische Dienste, Kriseninterventionszentrum

0840 112 112 Notfall | 032 627 11 11 | www.solothurnerspitaeler.ch

Spital

Im Notfall gut versorgt.

Solothurner Spitäler AG – SoH

Spital Dornach

061 704 44 44 | info.do@spital.so.ch | www.solothurnerspitaeler.ch

Orthoklinik, Dornach

061 261 22 00 | info@orthodornach.ch | www.orthodornach.ch

Spitäler Kanton Baselland

Hirslanden Klinik Birshof, Münchenstein

061 335 22 22 | klinik-birshof@hirslanden.ch

Palliativklinik im Park, Arlesheim

061 706 92 22 | info@palliacura.ch

Kantonsspital Baselland, Standort Liestal

061 925 25 25 | info@ksbl.ch

Kantonsspital Baselland, Standort Bruderholz

061 436 36 36 | info@ksbl.ch

Klinik Arlesheim / Hospital at Home

061 705 71 11 | www.klinik-arlesheim.ch

Praxisklinik Rennbahn, Muttenz

061 465 64 64 | info@rennbahnklinik.ch

Psychiatrie Baselland, Liestal

061 553 53 53 | info@pbl.ch

Suchthilfe Region Basel – Klinik ESTA

061 706 87 87 | srb.est@hin.ch

Vista Augenklinik, Binningen

061 426 60 00 | augenklinik.binningen@vista.ch

Spitäler Kanton Basel-Stadt

Adullam Spital und Pflegezentrum Basel

061 266 99 11 | info@adullam.ch

Bethesda Spital, Basel

061 315 21 21 | www.bethesda-spital.ch

Klinik Sonnenhalde, Riehen/Basel/Reinach

061 645 46 46 | info@sonnenhalde.ch

Merian Iselin Klinik, Basel

061 305 11 11 | info@merianiselin.ch

REHAB Basel

061 325 00 00 | rehab@rehab.ch

Rehaklinik Basel

061 685 37 30 | basel@zurzachcare.ch

St. Claraspital AG, Basel

061 685 85 85 | scs@claraspital.ch

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

061 325 51 11 | info@upk.ch

Universitätsspital Basel

Telefonzentrale: 061 265 25 25

Augenklinik: 061 265 90 90 | augenklinik@usb.ch

Orthopädie: 061 315 25 20 | orthopaedie-klinik@usb.ch

AltersTraumaZentrum: 061 328 48 30 | atz@usb.ch

Würdiger Abschied

Vorbereitet und würdig das Leben abzuschliessen ist, je älter man wird, ein desto zentraleres Thema. Um den Lebenssinn zu verstehen, kann das Leben rekapituliert werden, um gestärkt mit den gewonnenen Lebenserfahrungen und Einsichten individuell Abschied nehmen zu können.

Anordnungen für den Todesfall & DOCUPASS

032 626 59 59 | info@so.prosenectute.ch | www.so.prosenectute.ch

Spitex Region Birs – Palliative Care

061 701 89 02 | dornach@spitex-regionbirs.ch | www.spitex-regionbirs.ch

Spitalexterne Onkologie- und Palliativpflege SEOP BL

061 723 82 14 | seopbl@ksbl.ch | www.seopbl.ch

Palliativklinik im Park, Arlesheim

061 706 92 22 | info@palliacura.ch | www.palliativklinik.ch

Palliativzentrum Hildegard, Basel

061 319 75 75 | info@pzhi.ch | www.pzhi.ch

Palliative Care Kanton Solothurn

077 522 29 84 | info@palliative-so.ch | www.palliative-so.ch

079 894 17 89 | Helpline 24 h | info@krebsliga-so.ch

www.solothurn.krebsliga.ch

Käch Bestattungen, Dornach

061 706 56 55 | info@bestattungen-kaech.ch | www.bestattungen-kaech.ch

Die Religionsgemeinschaften finden sich in dieser Broschüre unter Kirchen.

Gesetzliche Rahmenbedingungen

Sozialgesetz Kanton Solothurn, Sozialverordnung Kanton Solothurn

www.so.ch | Amt für Gesellschaft und Soziales «Sozialgesetzgebung»

Altersstrategie 2030 der Solothurner Einwohnergemeinden

www.vseg.ch | Wissenswertes «Soziales/Gesundheit/Alter»

Versorgungsplanung Alters- und Langzeitpflege 2030

www.so.ch «Behandlung und Pflege»

Themenfelder: Spitäler und Kliniken, Altes- und Pflegeheime, Spitex, Tagesstätten, Private Haushilfe, Information und Beratung, kantonale Demenzstrategie, Konzept Palliative Care, elektronische Patientendossiers, ambulant vor stationär

Gesundheitsgesetz Kanton Solothurn

www.so.ch «Gesundheitsförderung und Prävention»

Themenfelder: «Leben, was geht!» Ernährung, Bewegung, Psychische Gesundheit und Selbsthilfe, Schuldenprävention, Gesundheitsförderung im Alter, Beratungsangebote, Sucht

Links

Ärzte

Hausärzte Solothurn | www.hausaerzte-solothurn.ch

Sozial- und Gesundheitsorganisationen

Altersheime Kanton Solothurn | www.altersheime-gsa.ch

Alzheimer Solothurn | www.alzheimer-schweiz/de/solothurn

Hospiz Solothurn | www.hospiz-solothurn.ch

Informationen Alter | www.infosenior.ch

Koordinationsstelle Demenz leben | www.demenzleben-so.ch

Krebsliga Kanton Solothurn | www.krebsliga-so.ch

Lungenliga Solothurn | www.lungenliga.ch

Palliative SO | www.palliative-so.ch

Pro Infirmis Solothurn | www.proinfirmis.ch

Pro Senectute Solothurn | www.so.prosenectute.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz | www.srk-solothurn.ch

Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen | www.svde-asdd.ch

Spitex-Verband Kanton Solothurn | www.spitexso.ch

Suchthilfe Ost | www.suchthilfe-ost.ch

Therapie- und Komplementärformen

Achtsamkeit | www.mindfulness.swiss

Anthroposophie | www.anthroposophie.ch

Bewegung, Tanz und Körpertherapien | www.bvbtk.ch

Craniosacral-Therapie | www.craniosuisse.ch

Eurythmie | www.eurythmie-verband.ch

Ergotherapie | www.ergotherapie.ch

Ernährung | www.svde.asdd.ch

Hypnose | www.verband-schweizer-hypnosetherapeuten.ch

Kunst & Gestalten | www.gpk-verband.net

Lymphdrainage | www.sfm1.ch

Psychotherapie | www.vsp-so.ch

Physiotherapie | www.physioswiss.ch

TCM | www.tcm-fachverband.ch

Yoga | www.swissyoga.ch

Öffentliche Toiletten

WC-App | Toiletten und WC-Finder

Die Broschüre ist ein gemeinsames Projekt der Alters- und Gesundheitskommission (AGeK) Dornach, der Einwohnergemeinde Dornach, Pro Senectute Kanton Solothurn und dem Kanton Solothurn (Lotteriefonds). Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Herausgabe durch:
Pro Senectute Kanton Solothurn und Einwohnergemeinde Dornach

Redaktion:
Boos Ida, Müller Daniel, Ramseier Silja, Saner Pascal

AGeK:
Annaheim Martin, Fürst Marisol, Hafner Rudolf (Präsident), Hartmann Annemarie, Vögli Verena

Bilder:
Anita Herzog; Chokniti / Adobe Stock

Layout & Druck:
Druckerei Herzog AG, Langendorf

Auflage:
1000 Stück

Jahr:
2024

Auskunft im Alter

Ihre Gemeinde & Pro Senectute sind für Sie da!

Regionale Altersberatung

Fachberatung, Dienstleistung, Information

Telefon 061 781 12 75

Auskunft & Terminvereinbarungen, MO – FR, 8.00 – 11.00 Uhr

Pro Senectute Kontakt- und Fachstelle Dorneck-Thierstein

Bodenackerstrasse 6, 4226 Breitenbach



info@so.prosenectute.ch
www.so.prosenectute.ch
www.infosenior.ch