

Alter und Gesundheit in Sarnen

Ausgabe 2024

BERATUNG
Angebote rund um
Alter und Gesundheit
in Sarnen.
041 666 35 99



Organisationen und
Institutionen die begleiten,
betreuen und pflegen.



Liebe Leserinnen und Leser

Jede Phase des Lebens umfasst Herausforderungen und Möglichkeiten – auch die letzte: das Altwerden. Es wird uns

nochmals Gelegenheit gegeben, zu wachsen und unser Sein zu verwirklichen. Grössere äussere und innere Freiheit tut sich hier vor Menschen auf, die Neues erfahren lässt. Gleichzeitig gehen mit dem Älterwerden auch Unsicherheiten, Ängste und Fragen einher. Wie werde ich mit meinem Alltag zurechtkommen, wenn die Dinge schwerer fallen? Wo Unterstützung finden, wenn ich sie brauche?

Diese Broschüre möchte Sie auf unterstützende Angebote aufmerksam machen, die auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sind. Bedürftige Menschen liegen unserer Gemeinde besonders am Herzen, und wir möchten behilflich sein, ihre Alltage auch im Alter möglichst angenehm und erfüllend zu gestalten.

Beratungsdienste: Orientierung und Unterstützung

Eine zentrale Säule unserer Angebote sind die Beratungsdienste. Ob es um gesundheitliche, rechtliche oder finanzielle Belange geht: Kompetente Beratende stehen Ihnen zur Seite, um Ihre Fragen zu beantworten. Auch kleine Hilfestellungen und Hinweise können oft schon einen grossen Unterschied machen.

Entlastungsdienste: mehr Zeit für das Wesentliche

Entlastungsdienste sind eine wertvolle Unterstützung für alle, die im Alltag auf Hilfe angewiesen sind. Haushaltsnahe Dienstleistungen,

Fahrdienste oder Betreuungsangebote tragen dazu bei, Ihre Tage sorgloser erfahren zu können und schaffen Raum für das, was wesentlich ist. Auch pflegende Angehörige finden hier Unterstützung, um ihre wichtige Arbeit bewältigen zu können.

Kulturelle Angebote: aktiv und vernetzt im Alter

Kulturelle Teilhabe und soziale Kontakte sind wesentliche Aspekte eines erfüllten Lebens. Darum bieten wir eine Vielzahl von kulturellen Veranstaltungen an, die auf die Interessen älterer Menschen abgestimmt sind. Ob Musik, Kunst, Literatur oder gesellige Anlässe: Wir wünschen, dass Sie fündig werden. Nutzen Sie die Gelegenheiten, anderen zu begegnen und die Zeiten zu gestalten.

Ein starkes Netzwerk für eine gute Lebensqualität

Unsere Angebote sind Teil eines Netzwerks von Organisationen, das sich einer verbesserten Lebensqualität älterer Menschen verschrieben hat. Gemeinsam möchten wir Ihnen nicht nur Information und Unterstützung bieten, sondern Sie auch etwas von Gemeinschaft, Zugehörigkeit und Geborgenheit erfahren lassen.

Wir freuen uns, wenn sich unsere Broschüre als hilfreich erweist, aber mehr noch, wenn sie dazu beitragen kann, dass Sie die Lebensphase des Älterwerdens zuversichtlich und selbstbestimmt angehen und gestalten können.



Franziska Krummenacher
Departementsvorsteherin
Gesellschaft/Gesundheit

Inhaltsverzeichnis

Die Beratungsstelle Alter und Gesundheit in Sarnen	4
Notfälle aller Art	5
Allgemeine Beratung / Informationen	6
Alltags- / Haushaltshilfen	6
Entlastung für pflegende Angehörige	8
Diverse Institutionen mit dem Angebot von einem Ferienbett	8
Erkrankungen	9
Fahrdienst	10
Finanzen	11
Freiwilligenarbeit	12
Freizeitgestaltung / Begegnungsorte	13
Hindernisfrei Bauen / Wohnen	14
Mittagstisch / Mahlzeitendienst	15
Recht / Ombudsstellen	16
Seelsorge / Sterbebegleitung	18
Spitex	18
Stationäre Angebote fürs Alter	20

Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen Ihre Anlaufstelle für Beratung und Unterstützung

Gerne sind wir auch für Sie da, wenn unsere Broschüre mit den Angeboten in den Bereichen Begleitung, Betreuung, Entlastung und Pflege in Sarnen nicht alle Fragen beantwortet. Zögern Sie nicht, wir sind hier, um Ihnen persönlich, individuell und diskret zu helfen.

Unsere Leistungen:

- **Individuelle Beratung:** Wir nehmen uns Zeit für Sie und Ihre Anliegen. Gemeinsam suchen wir mit Ihnen nach passenden Lösungen für Sie und Ihre Angehörige.
- **Umfassende Auskünfte:** Wir bieten ausführliche Informationen und eingehende Beratung zu Fragen rund um Alter, Krankheit und Behinderung.
- **Unterstützung für das Leben zu Hause:** Wir beraten Sie zu Themen wie Entlastungsmöglichkeiten, Nachbarschaftshilfe, Sozialversicherungen, Hilfsmittel, Freizeitangebote sowie bauliche Anpassungen Ihres Zuhauses.
- **Vernetzung und Zusammenarbeit:** Wir koordinieren die Altersarbeit in unserer Gemeinde und arbeiten eng mit anderen Organisationen zusammen.
- **Förderung der Selbsthilfe:** Wir freuen uns über Anregungen und Ideen zur Förderung der Selbsthilfe im Alter.

Ihre Ansprechpartnerin:

Esther Limacher ist Ihre Fachfrau bei der Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen. Mit einem offenen Ohr und Verständnis für Ihre Situation steht sie Ihnen zur Seite und hilft

Ihnen, die bestmöglichen Lösungen für Ihr Anliegen zu finden. Sie verfügt über umfangreiches Informationsmaterial und koordiniert die Altersarbeit in der Gemeinde.

Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen

Wir sind für Sie da und bemühen uns, Ihnen bei der Bewältigung Ihrer Lebenssituation zu helfen. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren, wenn Sie weiterführende Informationen wünschen oder Fragen haben.



Esther Limacher
Rütistrasse 8
Postfach, 6061 Sarnen

041 666 35 99
esther.limacher@sarnen.ch

Kommen Sie auf uns zu - wir freuen uns darauf, Ihnen zu helfen und gemeinsam mit Ihnen Lösungen zu erarbeiten.



Notfälle aller Art

Bei medizinischen und psychischen Notfällen rufen Sie jederzeit, auch in der Nacht, zuerst Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin an. Er oder sie - beziehungsweise der Telefonbeantworter - hilft Ihnen weiter.

Medizinischer Notfall

Hausärztlicher Notfalldienst

041 660 33 77

Sanitätsnotruf / Ambulanz

144

Rega (Rettungshelikopter)

1414

Toxikologisches Institut (Vergiftung)

145

Zahnärztlicher Notfalldienst

1811

Psychischer Notfall

Psychiatrie OW/NW

058 856 59 59

Feuerwehr

118

Polizei

117

Todesfall

Zivilstandsamt Sarnen

041 666 35 00

zivilstandsamt@sarnen.ch

**Allgemeine
Beratung**

Beratungsstelle Alter und Gesundheit

Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen
www.sarnen.ch
esther.limacher@sarnen.ch
041 666 35 99



Pro Senectute Obwalden

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen
www.ow.prosenectute.ch
info@ow.prosenectute.ch
041 666 25 45



**Allgemeine
Informationen**

**Informationen und Angebote rund um
das gesunde Altern**

www.alter-ow.ch



**Alltags- /
Haushaltshilfen**

auf ärztliche Verordnung:

Senevita Casa

Poststrasse 5, 6060 Sarnen
www.senevita.ch
obnidwalden@senevita.ch
041 660 83 48



auf ärztliche Verordnung:

Spitex Obwalden

Kägiswilerstrasse 29, 6060 Sarnen
www.spitexow.ch
info@spitexow.ch
041 662 90 90



Einkaufshilfen, waschen, bügeln etc.

Genossenschaft Zeitgut Obwalden

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen
www.zeitgut-obwalden.ch
info@zeitgut-obwalden.ch
079 302 26 84



*Haushaltarbeiten, Einkaufshilfen,
Fahrdienst, Frühjahr- und Fensterputz
Entlastung in der Altersbetreuung etc.*



Maschinenring OW/NW

Brünigstrasse 46, 6055 Alpnach Dorf
www.maschinenring.ch
info.ow.nw@maschinenring.ch
079 173 63 77

Kostenlose Reparaturen aller Art

Repair Café Sarnen

c/o natur & umwelt ob-nidwalden
www.naturiamo.ch
info@naturiamo.ch
041 610 90 30



Rotkreuz-Notruf

SRK Unterwalden

Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans
www.srk-unterwalden.ch
info@srk-unterwalden.ch
041 500 10 80



Entlastung für pflegende Angehörige

SRK Unterwalden

Entlastungsdienst
Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans
www.srk-unterwalden.ch
info@srk-unterwalden.ch
041 500 10 80



Demenz Betreuung Unterwalden

Vergiss-mein-nicht
Chilchbreiten 23, 6072 Sachseln
www.demenz-unterwalden.ch
info@demenz-unterwalden.ch
041 660 06 28



Genossenschaft Zeitgut Obwalden

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen
www.zeitgut-obwalden.ch
info@zeitgut-obwalden.ch
079 302 26 84



*Halbtages- und Ganztagesfahrten
mit max. 2 Begleitpersonen*

Verein Usflug Obwalde

Niklaus Werren 079 378 29 05

Diverse Institutionen mit dem Angebot von einem Ferienbett

www.schaerme.ch

041 666 10 01



www.allmendpark.ch

041 672 51 51



www.erlenhaus.ch

041 639 65 65



www.eyhuis.ch

041 679 71 00



www.felsenheim.ch

041 666 04 04



www.huwel.ch

041 662 77 00



www.drheimae.ch

041 676 76 76



www.kurhaus-am-sarnersee.ch

041 666 74 66



Erkrankungen

Alzheimer Obwalden/Nidwalden

Alters- und Pflegeheim Nidwalden
Nägeligasse 29, 6370 Stans
www.alzheimer-schweiz.ch/de/ow-nw
beratung.ow-nw@alz.ch
041 611 24 42 (Sozialberatung)



Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern
www.fs-z.ch
fsz@sbv-fsa.ch
041 485 41 41



Lungenliga Zentralschweiz

Beratungsstelle Sarnen
Flüelistrasse 2b, 6060 Sarnen
www.lungenliga.ch
info@lungenliga-zentralschweiz.ch
041 429 31 10



Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana

Hardturmstrasse 261, Postfach, 8031 Zürich
www.promentesana.ch
kontakt@promentesana.ch
0848 800 858



**Beratungsstelle für Schwerhörige
und Gehörlose BFSUG Zentralschweiz**

Horwerstrasse 81, 6005 Luzern
www.bfsug.ch
zentralschweiz@bfsug.ch
041 317 31 10



Krebsliga Zentralschweiz

Beratungsstelle Stans
Ennetmooserstrasse 23, 6370 Stans
www.zentralschweiz.krebsliga.ch
ruth.aufdermauer@krebsliga.info
041 611 13 88



Rheumaliga Luzern und Unterwalden

Dornacherstrasse 14, 6003 Luzern
www.rheumaliga.ch
rheuma.luuw@bluewin.ch
041 220 27 95



Fahrdienst

SRK Unterwalden

Fahrdienst
Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans
www.srk-unterwalden.ch
fahrdienst@srk-unterwalden.ch
041 670 30 30



Genossenschaft Zeitgut Obwalden

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen
www.zeitgut-obwalden.ch
info@zeitgut-obwalden.ch
079 302 26 84



Finanzen

Ausgleichskasse IV-Stelle Obwalden

Brünigstrasse 144, 6060 Sarnen
www.akow.ch
info@akow.ch
041 666 27 50



Beratungsstelle Alter und Gesundheit

Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen
www.sarnen.ch
esther.limacher@sarnen.ch
041 666 35 99



Pro Senectute Obwalden

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen
www.ow.prosenectute.ch
info@ow.prosenectute.ch
041 666 25 45



Regionaler Sozialdienst Obwalden
 Dammstrasse 24, 6055 Alpnach Dorf
www.rsd-obwalden.ch
rsd@rsd-obwalden.ch
 041 672 55 55



Freiwilligenarbeit

Genossenschaft Zeitgut Obwalden
 Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen
www.zeitgut-obwalden.ch
info@zeitgut-obwalden.ch
 079 302 26 84



SRK Unterwalden
 Besuchs- und Begleitdienst
 Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans
www.srk-unterwalden.ch
info@srk-unterwalden.ch
 041 500 10 80



*Halbtages- und Ganztagesfahrten
 mit max. 2 Begleitpersonen*

Verein Usflug Obwalde
 Niklaus Werren 079 378 29 05



**Freizeitgestaltung /
 Begegnungsorte**

Frauengemeinschaft Sarnen
www.fgsarnen.com
fgsarnen@gmx.ch



Frauengemeinschaft Kägiswil
www.frauengemeinschaft-kaegiswil.ch
fg.kaegiswil@gmail.com



Frauengemeinschaft Stalden
www.fg-stalden.ch
fg.stalden@gmail.com



Genossenschaft Zeitgut Obwalden
 Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen
www.zeitgut-obwalden.ch
info@zeitgut-obwalden.ch
 079 302 26 84



Pro Senectute Obwalden
 Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen
www.ow.prosenectute.ch
info@ow.prosenectute.ch
 041 666 25 45



Freizeitzentrum Obwalden
 Marktstrasse 5, 6060 Sarnen
www.fzo.ch
info@fzo.ch
 041 662 08 44



**Evangelisch-reformierte
 Kirchgemeinde Obwalden**
 Ennetriederweg 2, 6060 Sarnen
www.refow.ch
sekretariat@refow.ch
 041 660 18 34



Freie Evangelische Gemeinde Obwalden
 Industriestrasse 2, Büntenpark, 6060 Sarnen
www.feg-ow.ch
info@feg-ow.ch
 041 660 14 44



Katholische Kirche
 Seelsorgeraum Sarnen
www.seelsorgeraum-sarnen.ch
seelsorgeraum@kg-sarnen.ch
 041 662 40 20



*Halbtages- und Ganztagesfahrten
 mit max. 2 Personen*

Verein Usflug Obwalde
 Niklaus Werren 079 378 29 05

Kostenloses Gesprächsangebot
www.malreden.ch



**Hindernisfrei
 Bauen NOW**

**Beratungsstelle Hindernisfrei Bauen
 Nidwalden und Obwalden**
 Josef A. Lussi
 Stadelstrasse 11, 6373 Ennetbürgen
www.hindernisfrei-now.ch
beratung@hindernisfrei-now.ch
 079 282 02 55



**Mittagstisch /
 Mahlzeitendienst**

Pro Senectute
www.ow.prosenectute.ch
info@ow.prosenectute.ch
 Mahlzeitendienst, Tel. 041 666 25 45



Mittagstische, Tel. 041 666 25 41
 oder direkt Obwaldnerhof Sarnen 041 660 18 17



Katholische Kirche Sarnen
www.seelsorgeraum-sarnen.ch
seelsorgeraum@kg-sarnen.ch
 Mittagstisch Sarnen / Kägiswil / Langis
 041 662 40 20



Residenz Am Schärme
www.schaerme.ch
info@schaerme.ch
 Reservationen: 041 666 10 31
 Leitung Restaurant: Andrea Hofstetter



Recht / Ombudsstellen

Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung, Betreuungsgutschriften etc.



Ausgleichskasse / IV-Stelle Obwalden

Brünigstrasse 144, 6060 Sarnen
www.akow.ch
info@akow.ch
041 666 27 50

Beratungsstelle Alter und Gesundheit



Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen
www.sarnen.ch
esther.limacher@sarnen.ch
041 666 35 99

Patientenverfügung



FMH Sekretariat Rechtsdienst

Elfenstrasse 18, Postfach, 3000 Bern 16
www.fmh.ch
lex@fmh.ch
031 359 11 11

Docupass, Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament etc.



Pro Senectute

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen
www.ow.prosenectute.ch
info@ow.prosenectute.ch
041 666 25 45

Psychiatrische Patientenverfügung



Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana

Hardturmstrasse 261, Postfach, 8031 Zürich
www.promentesana.ch
kontakt@promentesana.ch
0848 800 858

Patientenverfügung



SRK Unterwalden

Nägeligasse 7, Postfach, 6370 Stans
www.srk-unterwalden.ch
info@srk-unterwalden.ch
041 500 10 80

Klärung, Vermittlung und Schlichtung in Konfliktsituationen, Hilfe für von Gewalt betroffene Menschen.



Kostenlose und unabhängige Beratung.

UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

Malzstrasse 10, 8045 Zürich
www.uba.ch
info@uba.ch
0848 00 13 13

Luzerner Kantonsspital

Ombudsstelle für Patienten/innen sowie Angehörige
Spitalstrasse 16, 6000 Luzern 16
ombudsstelle@luks.ch
041 205 44 30

Luzerner Psychiatrie AG



Ombudsstelle
Schafmattstrasse 1, 4915 St. Urban
ombudsstelle@lups.ch
058 856 56 39

Ombudsstelle Krankenversicherung



Postfach 519, 6002 Luzern
www.om-kv.ch
041 226 10 10



**Seelsorge /
Sterbebegleitung**

**Emma Gremlı-Schäli Stiftung
für Sterbebegleitung**
www.sterbebegleitungobwalden.ch
info@sterbebegleitungobwalden.ch



**Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Obwalden**
Ennetriederweg 2, 6060 Sarnen
www.refow.ch
sekretariat@refow.ch
041 660 18 34



Katholische Kirche
Seelsorgeraum Sarnen
Bergstrasse 3, 6060 Sarnen
www.seelsorgeraum-sarnen.ch
seelsorgeraum@kg-sarnen.ch
041 662 40 20



Freie Evangelische Gemeinde Obwalden
Industriestrasse 2, Büntenpark, 6060 Sarnen
www.feg-ow.ch
info@feg-ow.ch
041 660 14 44



Spitex

*Für Auskünfte betreffend privater
Spitex und freiberuflichen Pflegefachpersonen*
Beratungsstelle Alter und Gesundheit
Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen
www.sarnen.ch
esther.limacher@sarnen.ch
041 666 35 99



Spitex Obwalden
Kägıswilerstrasse 29, 6060 Sarnen
www.spitexow.ch
info@spitexow.ch
041 662 90 90



Senevita Casa
Poststrasse 5, 6060 Sarnen
www.senevita.ch
obnidwalden@senevita.ch
041 660 83 48



Spitex Hiäsig
Untere Gründlistrasse 22, 6055 Alpnach Dorf
www.spitex-hiäsig.ch
info@spitex-hiäsig.ch
079 946 63 47



Spitex Mittelpunkt
Allmendlistrasse 4, 6078 Lungern
www.spitexmittelpunkt.ch
info@spitexmittelpunkt.ch
079 20 30 456





**Stationäre Angebote
fürs Alter**

Residenz Am Schärme, Sarnen

www.schaerme.ch
041 666 10 01



Allmendpark, Alpnach

www.allmendpark.ch
041 672 51 51



Dr Heimä, Giswil

www.drheimae.ch
041 676 76 76



Erlenhaus, Engelberg

www.erlenhaus.ch
041 639 65 65



Eyhuis, Lungern

www.eyhuis.ch
041 679 71 00



Huwel, Kerns

www.huwel.ch
041 662 77 00



Felsenheim, Sachseln

www.felsenheim.ch
041 666 04 04

