

Angebot während Covid-19

Kostenlose telefonische Beratung

für ältere Personen und/oder deren Angehörige
Montag – Freitag von 08.00–17.00 Uhr

Nationale Infoline

Telefon 058 591 15 15

Pro Senectute Kanton Bern

Telefon 031 924 11 00

Pro Senectute Region Bern

Telefon 031 359 03 03

Pro Senectute Berner Oberland

Telefon 033 226 60 60

Pro Senectute Region Biel/Bienne-Seeland

Telefon 032 328 31 11

Pro Senectute Emmental Oberaargau

Langenthal

Telefon 062 916 80 90

Burgdorf

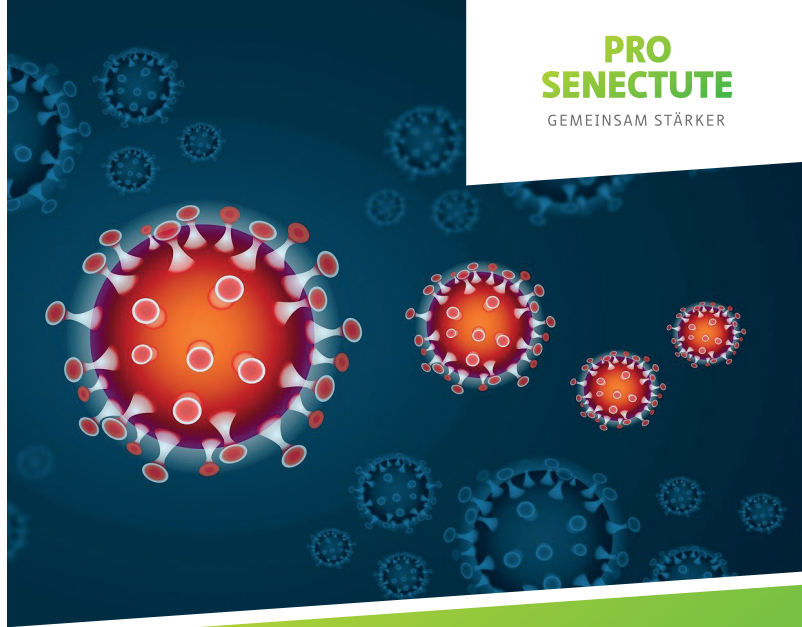
Telefon 034 420 16 50

Konolfingen

Telefon 031 790 00 10

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht von
© Pro Senectute Kanton Bern

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Corona verändert den Alltag von älteren Menschen zu Hause

Es ist jetzt mehr denn je wichtig, dass Sie zu Hause wissen, was Sie tun können, um Ihre Gesundheit in dieser schwierigen Situation zu erhalten und wie Sie Ihren Alltag bewältigen können. Gerne geben wir Informationen und Antworten auf Ihre Fragen. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Unsere aktuellen Angebote

AMIGOS – Einkaufsservice durch Freiwillige

Nehmen Sie den kostenlosen Heimplieferservice von Migros und Pro Senectute unter www.amigos.ch oder **Telefon 0800 585 887** in Anspruch.

Telefonkette

Vermissen Sie den Kontakt mit anderen? Eine Telefonkette hilft Ihnen soziale Kontakte zu knüpfen.

Sozialberatung

Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen in unterschiedlichen Themen und Lebenslagen.

Gesundheit

Tipps zur Alltagsgestaltung, Bewegung zu Hause und Kontaktpflege.

Mahlzeitendienst

Bestellen Sie gesunde, schmackhafte Menüs, geliefert bis an Ihre Haustüre.

Steuererklärungs- und Administrationsdienst

Lassen Sie sich bei der Steuererklärung und administrativen Tätigkeiten helfen.

Weitere Informationen zu den Angeboten finden Sie auch unter www.be.prosenectute.ch

Kostenlose telefonische Gesundheitsberatung

für ältere Personen und/oder deren Angehörige rundum die Coronavirus-/COVID-19-Pandemie und deren belastenden Folgen

Themen

- Bewegungsförderung zu Hause
- Alltagsgestaltung zu Hause
- Einsamkeit / Sorgen / Ängste
- Entspannung / Schlaf
- Gesunde Ernährung in schwierigen Zeiten
- Hausmittel
- Patientenverfügung in der Corona-Zeit

Die Pflegefachfrauen von Zwäg ins Alter (ZiA) verfügen über ein spezialisiertes, gesundheitsförderliches und präventives Fachwissen. Eine Stärke von ZiA ist der praktische Alltagsbezug sowie die Erfahrung im Umgang mit Menschen mit Lebenserfahrung und solche, die den Umgang mit dem Computer nicht gewohnt sind.