

Hilfen zu Hause

Aktiv Haushilfedienst
Bewegungspatenschaft
Online im Alltag
Administrativdienst
Treuhanddienst
Steuererklärungsdienst

Wir unterstützen Sie
im Alltag!



Kanton Solothurn
so.prosenectute.ch

Inhalt



3 **Hilfen zu Hause**



4 **Aktiv Haushilfedienst**



5 **Bewegungspatenschaften**



6 **Online im Alltag**



8 **Administrativdienst**



9 **Treuhanddienst**



10 **Steuererklärungsdienst**



11 **Solidarität**

Hilfen zu Hause

Wir wollen älteren Menschen ermöglichen, so lange wie es geht, zu Hause zu leben.

Unsere «Hilfen zu Hause» Dienstleistungen bieten gezielt Unterstützung, wo sie benötigt wird. Mit unseren Angeboten oder Engagements ermöglichen wir den älteren Menschen, selbst- und eigenständig zu Hause zu wohnen. Dabei werden auch die helfenden und pflegenden Angehörigen entlastet.

Mit unseren Dienstleistungen schliessen wir eine wichtige Lücke in der Betreuung älterer Menschen zu Hause. Wir legen grossen Wert auf Qualität. Die individuellen Bedürfnisse unserer Kunden sind uns wichtig. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden für ihre Tätigkeiten geschult und regelmässig weitergebildet.

Auskunft und Anmeldung:

Für die Anmeldung und weitere Auskünfte können Sie sich bei der Fachstelle in Ihrer Region melden. Die Adressen und Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite.

Pro Senectute setzt sich für Wohl, Würde und Rechte älterer Menschen ein. Im Kanton Solothurn sind regionale Fachstellen für Altersfragen für alle Gemeinden zuständig. Sie bieten verschiedene Dienstleistungen und Angebote für ältere Menschen an.

Aktiv Haushilfdienst

Mit dem Aktiv Haushilfdienst unterstützen und entlasten wir Sie individuell zu Hause. Sie bestimmen, in welchem Bereich und Umfang wir Ihnen Hilfe leisten können. Mit dem Angebot helfen wir Ihnen, möglichst lange selbstständig zu Hause zu leben.

Unsere Dienstleistungen

Unsere Haushelferinnen unterstützen Sie in folgenden Bereichen:

- Hauswirtschaftliche Hilfe (z.B. kochen, haushalten, einkaufen, reinigen usw.)
- Betreuung und Begleitung (Entlastung von pflegenden Angehörigen)
- Aktivierung im Alltag

Unser Team

Unsere Einsatzleitenden klären bei Ihnen zu Hause in einem persönlichen Gespräch Ihre Bedürfnisse und den Umfang des Einsatzes ab (Bedarfsklärung). Die Bedarfsabklärung wird von diplomierten Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern durchgeführt, die Sozialberatungen (Finanzen, Gesundheit, Soziales) und Hilfen zu Hause aus einer Hand anbieten können. Unsere Haushelferinnen werden für ihre Aufgaben von uns geschult und stehen unter Schweigepflicht.

Kosten und Finanzierung

Die erbrachten Leistungen werden nach Stundenaufwand in Rechnung gestellt.

Abrechnungsmöglichkeiten

Zusatzversicherung bei der Krankenkasse. Ergänzungsleistungsbezüger bei der Ausgleichskasse.

Bewegungspatenschaft

Um die körperliche Aktivität zu fördern oder der Vereinsamung entgegenzuwirken, begleitet Sie ein Bewegungscoach im Alltag. Durch die Begleitung des Coachs können Sie alltägliche Bewegungsabläufe selbstständig und ohne Angst ausführen. Sie gewinnen an Sicherheit im Alltag und können neue Kontakte knüpfen.

Unsere Dienstleistungen

- Gemeinsame Spaziergänge
- Kräftigen der Muskeln, Training des Gleichgewichtes und der Beweglichkeit
- Spielerische Gedächtnisübungen
- Übung von Alltagsbewegungen
- Umgang mit dem Rollator üben
- Einkäufe tätigen

Unsere Bewegungscoachs

Die Bewegungscoachs sind freiwillige, vertrauenswürdige Mitarbeitende, die unter Schweigepflicht stehen. Sie werden von Pro Senectute geschult und optimal auf ihre Einsätze vorbereitet.

Kosten

Die Bewegungspatenschaft ist ein kostenloses Angebot. Wegspesen werden gegebenenfalls in Rechnung gestellt. Personen mit knappen finanziellen Mitteln können sich an die Sozialberatung der Pro Senectute wenden.



Online im Alltag

Die Nutzung von digitalen Geräten kann Ihren Alltag erleichtern. Ob Computer, Smartphone oder Tablet: Der Umgang mit neuen Technologien ist keine Hexerei. Das Angebot Online im Alltag hilft Ihnen, sich digital weiterzuentwickeln. Zusammen mit einem Digital Coach können Sie Ihre Geräte einrichten oder gewünschte Funktionen erlernen.

Unsere Coaches kommen zu Ihnen nach Hause und beraten Sie individuell in sämtlichen digitalen Anliegen. Dadurch werden Sie aktiv und nachhaltig geschult. Mit Ihrem neu erworbenen Wissen legen Sie den Grundstein für eine digitale Zukunft.



Unsere Dienstleistungen

- Beratung beim Kauf von digitalen Geräten, der zugehörigen Ausstattung und Abonnements
- Einrichtung und Installation von digitalen Geräten und Erklärung der Basis-Funktionen
- Installation und Unterstützung bei der Benutzung von Programmen und Apps
- Einrichten von digitalen Dienstleistungen (z.B. E-Banking)
- Unterstützung bei der digitalen Kommunikation (z.B. WhatsApp, E-Mail)
- Hilfestellung bei Fragen zu Online-Dienstleistungen (z.B. Online-Einkäufe, Google etc.)
- Begleitung im digitalen Alltag

Bedarfsklärung

In einem kostenlosen Telefongespräch erfassen unsere Mitarbeitenden Ihre Anliegen, um den Einsatz möglichst effizient zu gestalten. Die Informationen werden anschliessend den Coaches weitergeleitet.

Unsere Coaches

Unsere Coaches sind freiwillige Seniorinnen und Senioren mit fundiertem digitalen Wissen. Sie legen grossen Wert auf eine bedarfsgerechte und persönliche Beratung. Die Coaches unterstehen der Schweigepflicht und verfügen über einen einwandfreien Leumund.

Kosten

Die erbrachten Leistungen werden nach Stundenaufwand in Rechnung gestellt.

Administrativdienst

Man fühlt sich gelassener, wenn die Alltagsfinanzen geordnet und erledigt sind. Im Rahmen des Administrativdienstes kommt eine Seniorin oder ein Senior einmal im Monat zu Ihnen nach Hause und unterstützt Sie bei der Erledigung Ihres Zahlungsverkehrs. Als Kundin oder Kunde können Sie auf kompetentes Fachwissen und Diskretion zählen.

Für wen

Das Angebot richtet sich an Personen ab dem AHV-Alter, die urteilsfähig sind.

Unsere Dienstleistungen

- Sortieren der monatlichen Zahlungen
- Vorbereitung des Zahlungsauftrages
- Rückerstattungen bei Krankenkassen und Sozialversicherungen einfordern

- Führen eines Ordners zur Dokumentenablage
- Vorbereiten der benötigten Unterlagen für die Steuererklärung

Unser Team

In einem Beratungsgespräch klären unsere Sozialarbeitenden mit Ihnen die Gegebenheiten, Ihre Bedürfnisse und den Umfang des Einsatzes ab.

Unsere freiwilligen Mitarbeitenden sind für diese Aufgabe geschult und unterstehen der Schweigepflicht.

Kosten

Die erbrachten Leistungen werden nach Stundenaufwand in Rechnung gestellt.

Treuhanddienst

Wir führen für Sie die Monatszahlungen und die damit zusammenhängenden schriftlichen Arbeiten aus. Als Kundin oder Kunde können Sie auf kompetentes Fachwissen und Diskretion zählen.

Für wen

Das Angebot richtet sich an Personen ab dem AHV-Alter, die urteilsfähig sind.

Unsere Dienstleistungen

- Führung der Buchhaltung inkl. Ablage der Belege
- Abwicklung von Vergütungsaufträgen über Bank- oder Postcheckkonto
- Prüfen/Erschliessen von Sozialversicherungsleistungen
- Einfordern von Rückerstattungen bei Sozialversicherungen, Krankenkassen und anderen Versicherungen

Unser Team

In einem Beratungsgespräch klären unsere Sozialarbeitenden mit Ihnen die Gegebenheiten, Ihre Bedürfnisse und den Umfang des Einsatzes ab. Unsere kaufmännischen Mitarbeiterinnen arbeiten sorgfältig und unterstehen der Schweigepflicht.

Kosten

Die erbrachten Leistungen werden nach Stundenaufwand in Rechnung gestellt.

Steuerklärungsdienst

Mit den Steuern tragen auch Seniorinnen und Senioren zum Wohl unserer Gemeinschaft bei. Es entsteht ein gutes Gefühl, sobald die jährliche Steuererklärung korrekt ausgefüllt vorliegt und man die Steuerpflicht erfüllt hat. Im Steuerklärungsdienst füllen fachkundige Seniorinnen und Senioren die Steuererklärung aus und erledigen alle Arbeiten in diesem Zusammenhang. Als Kundin oder Kunde können Sie kompetente Unterstützung erwarten und auf höchste Diskretion zählen.

Für wen

Das Angebot richtet sich nur an Personen ab dem AHV-Alter.

Unser Team

Unsere freiwilligen Mitarbeitenden werden in Zusammenarbeit mit der Steuerbehörde speziell für diese Tätigkeit geschult und stehen unter Schweigepflicht.

Kosten

Die erbrachten Leistungen werden nach Stundenaufwand in Rechnung gestellt.



Solidarität & Partnerschaft

Allgemeine Spenden, Ereignisspenden, Trauerspenden

Ihre Spende hilft uns, die kostenlose Sozialberatung sowie zahlreiche andere wichtige Angebote für ein selbstbestimmtes Leben im Alter langfristig aufrechtzuerhalten. Sie können unsere Organisation mit einer allgemeinen Spende unterstützen oder im Rahmen eines freudigen Ereignisses zukommen lassen. Wenn Sie dabei ein bestimmtes Projekt unterstützen möchten, erhalten Sie von uns gerne eine Liste mit den zur Auswahl stehenden Projekten. Eine Trauerspende kann auf Wunsch der verstorbenen Person oder der Angehörigen erfolgen.

Erbschaften und Legate

Sie können unsere Organisation mit einer Erbschaft oder einem Legat berücksichtigen. Verlangen Sie dazu bei uns die ausführliche Broschüre «Wissenswertes zum Testament».

Partnerschaften

Pro Senectute Kanton Solothurn ist interessiert, langfristige Partnerschaften einzugehen. Das Ziel ist es, die Zusammenarbeit zwischen den NPO zu klären und stärken.

Zahlungsmöglichkeiten

Postkonto 45-455-2

Zahlungszweck angeben

www.so.prosenectute.ch

Melden Sie sich bei uns, wenn Sie sich für eine Partnerschaft interessieren oder wenn Sie uns unterstützen möchten. Wir danken Ihnen herzlich.



Information & Anmeldung

Pro Senectute ist zuständig für alle Gemeinden im Kanton Solothurn

Kantonale Koordinationsstelle Alter und Geschäftsstelle

Öffnungszeiten Montag–Freitag, 8.00–11.00 und 14.00–16.00 Uhr

Alle Bezirke im Kanton Solothurn

Hauptbahnhofstrasse 12, 4500 Solothurn, 032 626 59 59

Regionale Pro Senectute Kontakt- und Fachstellen Alter

Öffnungszeiten Fachstellen Montag–Freitag, 8.00–11.00 Uhr

Nachmittags Hausbesuche in den Gemeinden

Bezirke: Solothurn / Wasseramt / Thal / Gäu / Teil-Lebern / Teil-Bucheggberg

Hauptbahnhofstrasse 12, 4500 Solothurn, 032 626 59 79

Bezirke: Grenchen / Teil-Lebern / Teil-Bucheggberg

Bettlachstrasse 8, 2540 Grenchen, 032 653 60 60

Bezirke: Olten / Gösgen

Jurastrasse 20, 4600 Olten, 062 287 10 20

Bezirke: Dorneck / Thierstein

Bodenackerstrasse 6, 4226 Breitenbach, 061 781 12 75

Pro Senectute Spitexbetrieb

Spitex Thierstein/Dorneckberg

Spitalstrasse 38, 4226 Breitenbach, 061 783 91 55, info@spitex-thdo.ch

Digitale Kontakte

info@prosenectute.ch / www.prosenectute.ch

[Facebook](#) / www.infosenior.ch



Das Zewo Gütesiegel für gemeinnützige Organisationen steht für uneigennützigem und zweckbestimmtem Umgang mit Spenden!

Pro Senectute Kanton Solothurn ist eine private Stiftung. Sie wird teilweise von staatlichen Geldern getragen, ist aber auch auf Ihre Spende angewiesen. PC-Spendenkonto 45-455-2