

# Informationen für Seniorinnen und Senioren

**Notrufe**  
Feuerwehr: 118 | Ambulanz: 144 | Polizei: 117

**Anlaufstellen für Beratung und Fragen:**  
Pro Senectute: 058 750 09 00  
Schweiz. Rotes Kreuz: 071 227 99 66

Was	Wer	Kontakt	Details und Bemerkungen
<b>AHV, Ergänzungsleistungen</b>	Gemeinde Sennwald Spengelgass 10 9467 Frümsen	058 228 28 12 einwohneramt@sennwald.ch www.sennwald.ch	Anlaufstelle in allen Sozialversicherungsfragen
<b>Alterswohnungen</b>	Genossenschaft Alterswohnungen Haagerstrasse 2 9465 Salez	058 228 28 21 amanda.gasser@sennwald.ch www.sennwald.ch	Liegenschaftsverwaltung wird durch die Gemeinde Sennwald sichergestellt.
<b>Ärztlicher Notfalldienst</b>		0800 740 742 www.aerzte-sg.ch	Ärztlicher Notfalldienst, bei Abwesenheit des Hausarztes
<b>Bauberatung</b>	Procap Sarganserland-Werdenberg	071 222 44 33 bauberatung.sga@procap.ch www.procap-sga.ch/ueber-uns/bauberatungsstelle	Kompetente Bauberatung für hindernisarme Bauten
<b>Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden sowie deren Angehörigen</b>	Wachen & Begleiten Werdenberg (wabe Werdenberg)	079 627 53 13 hospizgruppe.werdenberg@diakonieverein.ch www.diakonieverein.ch	Stundenweise Entlastung von Angehörigen (Tag und Nacht)
<b>Fahrdienst</b>	Schweiz. Rotes Kreuz Wiedenstrasse 52c 9470 Buchs	081 756 13 85 fahrdienst.werdenberg-sarganserland@srk-sg.ch www.srk-sg.ch/rotkreuz-fahrdienst-werdenberg-sarganserland	Fahrten zum Arzt, Spital, Kuraufenthalt, Therapie etc.
<b>Hilfe und Dienste</b> – Anlaufstelle für Senioren und Angehörige – Beratung und Betreuung zu Hause	Pro Senectute RWS Bahnhofstrasse 29 9470 Buchs	Allgemein: 058 750 09 00 Infostelle Demenz: 058 750 09 09  rws@sg.prosenectute.ch www.sg.prosenectute.ch	Finanzielle und rechtliche Fragen, Private Betreuung regeln, Hilfe bei Umzug oder Wohnungsauflösung, Passen des Heim oder Alterswohnung finden, Unterstützung bei administrativen Aufgaben, Steuererklärungsdienst, Coaching für betreuende Angehörige, Vorsorgeauftrag, Testament, Patientenverfügung
<b>Hilfe und Dienste</b> – Besuchs- und Begleitedienst	Schweiz. Rotes Kreuz Kanton St. Gallen	071 227 99 66 bbd@srk-sg.ch www.srk-sg.ch/angebote/begleitung/besuchs-und-begleitedienst	Freiwillige besuchen regelmässig Seniorinnen und Senioren
<b>Hilfe und Dienste</b> – Info- und Beratungsstelle	Schweiz. Rotes Kreuz Kanton St. Gallen	071 227 99 66 beratung@srk-sg.ch www.srk-sg.ch/angebote/beratung/info-und-beratungsstelle	Neutrale, kostenlose und diskrete Beratung
<b>Hilfe und Dienste</b>	Rheumaliga SG, GR, AI/AR und FL Bahnhofstrasse 15 7310 Bad Ragaz	081 302 47 80 info.sgfl@rheumaliga.ch www.rheumaliga.ch/sgfl	Bewegungskurse, Beratungsstelle und Informationen rund um das Thema Rheuma
<b>Hilfe und Dienste</b>	Krebsliga Ostschweiz Grünaustrasse 24 9470 Buchs	081 756 28 57 info@krebssliga-ostschweiz.ch https://ostschweiz.krebssliga.ch	Kostenlose Beratung und Unterstützung für Krebsbetroffene und deren Angehörigen: Finanzielle und (sozialversicherungs)rechtliche Frage, persönliche Fragen
<b>Hilfe und Dienste</b>	Entlastungsdienst Ostschweiz Ackerweg 3 7323 Wangs	078 684 26 66 sargans@entlastungsdienst-ostschweiz.ch www.entlastungsdienst-ostschweiz.ch	Entlastung von Familien, welche beeinträchtigte oder chron. kranke Angehörige betreuen.
<b>Hilfe und Pflege zu Hause</b>	Spitex Sennwald Haagerstrasse 2 9465 Salez	081 757 19 44 info@spitexsennwald.ch www.spitexsennwald.ch	Pflegedienstleistungen zu Hause, Haushaltsdienst und Fusspflege
<b>Information und Beratung</b>	Stiftung MINTEGRA	081 756 51 47 info@mintegra.ch www.mintegra.ch	Sozialberatung für Fremdsprachige und Integrationsangebote
<b>Ökumenisches Trauer-Café</b>	Kirchgemeindehaus Sax Kirchgass 11 9468 Sax	081 740 44 33 ruedi.eggenberger@ref-sennwald.ch guenter.schatzmann@kathwerdenberg.ch www.kathwerdenberg.ch/sennwald/aktuelles/news	Trauer-Café, Raum für Menschen in Trauersituationen, persönliche Trauerbegleitung

<b>Kirchliche Altersarbeit</b> – evangelisch	Evangelisch-Reformierte Kirchgemeinde Sennwald Krichgass 11 9468 Sax	081 740 42 30 sekretariat@ref-sennwald.ch www.ref-sennwald.ch	Seelsorge, Gottesdienste, Besuchsdienst, Ausflüge, Seniorenachmittage
<b>Kirchliche Altersarbeit</b> – katholisch	Katholische Kirche Sennwald Dornen 24A 9466 Sennwald	081 740 44 33 pfarrbuero@kathsennwald.ch www.kathwerdenberg.ch/sennwald	Seelsorge, Gottesdienste, Besuchsdienst, Ausflüge, Seniorenachmittage
<b>Kirchliche Altersarbeit</b> – ökumenisch	Kontaktdaten und Adressen unter der Kirchlichen Altersarbeit evangelisch/katholisch ersichtlich.		Seniorenachmittage, Seniorenreisen, Mittagstische, Andachten im Altersheim Forstegg und Trauercafé
<b>Kulturelle Anlässe</b>	Schloss Werdenberg Schlossweg 9470 Werdenberg	081 740 05 40 info@schloss-werdenberg.ch www.schloss-werdenberg.ch	Veranstaltungen wie Konzerte, Schlossmediale, Museum, Ausstellungen, Workshops, gemütliches Bistro im Schlosshof
<b>Kulturelle Anlässe</b>	fabriggli, werdenberger kleintheater Schulhausstrasse 12a 9470 Buchs	081 756 46 94 fabriggli@fabriggli.ch www.fabriggli.ch	Veranstaltungen wie Konzerte, Vernissagen, Theater, Workshops
<b>Mahlzeitendienst</b>	Spitex Sennwald Haagerstrasse 2 9465 Salez	081 757 19 44 info@spitexsennwald.ch www.spitexsennwald.ch	
<b>Menschen mit Demenz Fach- und Beratungsstelle, Tagesstätte, Pflegerwohngruppe</b>	Zentrum Wiitsicht	081 771 50 01 www.wiitsicht.ch	Tagesstätte für Menschen mit Demenz, Pflegerwohngruppe, Fachstelle für Angehörigentreffen
<b>Notfallservice</b>	Schweiz. Rotes Kreuz Kanton St. Gallen	071 227 99 66 notruf@srk-sg.ch www.srk-sg.ch/angebote/unterstuetzung/rotkreuz-notruf	Sicherheit rund um die Uhr für Zuhause und unterwegs – Notrufknopf, Notrufuhr
<b>Psychiatrie St. Gallen</b>	Psychiatrie Werdenberg-Sarganserland	058 178 72 00 sargans@psych.ch www.psych.ch	Beratungen, ambulante und tagesklinische psychiatrischen Behandlungen
<b>Seniorenforum</b>	Seniorenforum Werdenberg Schulhausstrasse 20 9470 Buchs	079 128 10 32 info@seniorenforum-werdenberg.ch www.seniorenforum-werdenberg.ch	Vortragsreihen
<b>Sport und Bewegung</b>	Seniorenturnen Frümsen Daniela Keller	079 478 70 28 kellerdaniela@bluewin.ch	
<b>Sport und Bewegung</b>	Seniorenturnen Sax Ida Bernegger	081 757 27 13 idabernegger68@gmail.com	
<b>Sport und Bewegung</b> – Kurse und Gruppen- aktivitäten	Pro Senectute RWS Bahnhofstrasse 29 9470 Buchs	Allgemein: 058 750 09 00 rws@sg.prosenectute.ch www.sg.prosenectute.ch	Kurse für Sprachen, Computer, kreatives Gestalten, Gesundheit, etc., Begleitete Wanderungen, Spaziergänge, Ferienwochen, Gymnastik und Tanznachmittage
<b>Sport und Bewegung</b>	Seniorenturnen Sennwald Margrit Roos	079 791 84 06	
<b>Stationäre Pflege und Betreuung</b> – Langzeitpflege – Übergangspflege – Hospiz – Wohngruppe (Demenz)	Pflege und Hospiz im Werdenberg Marhaldenstrasse 3 9472 Grabs	081 772 24 24 info@pflegeheim-werdenberg.ch www.pflegeheim-werdenberg.ch	Kompetenzzentrum für mittel- und schwerst- pflegebedürftige Menschen, Hospiz Pflege und Betreuung
<b>Nachlassplanung (Testament, Ehe- und Erbverträge), Erbschafts- abwicklung, Beurkundungen</b>	Amtsnotariat Buchs Bahnhofstrasse 2 9471 Buchs SG	058 229 76 91 info.anbu@sg.ch www.afhn.sg.ch	Beratung bei der Erstellung von Testamenten und Ehe- Erbverträgen, Deponierung und Eröffnung von letztwilligen Verfügungen, wichtige Merkblätter und Formular auf der Homepage zu finden
<b>Wohnen und Pflege im Alter</b> – Langzeitaufenthalt – Kurzaufenthalt – Betreuung für Menschen mit Demenz	Altersheim Forstegg Forstegg 1 9466 Sennwald	081 758 12 00 info@forstegg.ch www.forstegg.ch	Kompetenzzentrum für leichte bis schwere pflegebedürftige Menschen, Ferienzimmer, Langzeitaufenthalte, Cafeteria, Treffpunkt

Fehlende oder falsche Informationen? Melden Sie sich direkt bei der Gemeinderatskanzlei Sennwald, Nicole Messmer, nicole.messmer@sennwald.ch.

**Politische Gemeinde Sennwald**  
Spengelgass 10 | 9467 Frümsen  
Telefon 058 228 28 28  
gemeinde@sennwald.ch  
www.sennwald.ch

