

Zuversichtlich und vorbereitet ins Alter



Sie möchten möglichst lange selbstbestimmt in Ihren eigenen vier Wänden leben.

Sie merken, dass sich Veränderungen abzeichnen und Anpassungen notwendig werden.

Sie haben Fragen oder möchten mehr wissen

- über Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten für sich oder weil Sie einen Menschen betreuen und pflegen
- zu den ambulanten und stationären Pflege- und Betreuungsangeboten in Worb
- über geeignete Hilfsmittel und Dienstleistungen zu Hause
- wie Sie Ihre Gesundheit und Selbständigkeit erhalten und aktiv für Ihr Wohlbefinden etwas tun können
- zu den Finanzierungsmöglichkeiten im Alter

Bei Zentrum Alter erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen. Wir beraten Sie mit dem Ziel, zusammen geeignete Lösungen zu finden. Wir informieren Sie über das Angebot in Worb, unterstützen Sie beim Anfordern von Dienstleistungen und beraten Sie in Gesundheitsfragen.

Was heisst Gesundheitsberatung?

Gesundheit bedeutet körperliches und geistig-seelisches Wohlbefinden in einem sicheren Umfeld. Gesundheit kann auf verschiedenen Ebenen gefördert und gestärkt werden - in der Gesundheitsberatung richtet sich der Blick auf die persönlichen Stärken und Fähigkeiten.

Was sind mögliche Themen in der Gesundheitsberatung?

- Sturzprävention und Bewegung
- Ernährung im Alter
- Erhalten der geistigen Fähigkeiten
- Alltagsbewältigung auch bei Einschränkungen
- Unterstützung beim Anpassen des persönlichen Umfelds
- Kontakte pflegen und erweitern

Sie erreichen uns Montag bis Freitag während der Bürozeiten unter 031 839 02 48 oder Sie kommen vorbei an der Bahnhofstrasse 1 in Worb

Zentrum Alter Worb

Zentrale Anlaufstelle, Information und Beratung für Altersfragen

Konto:

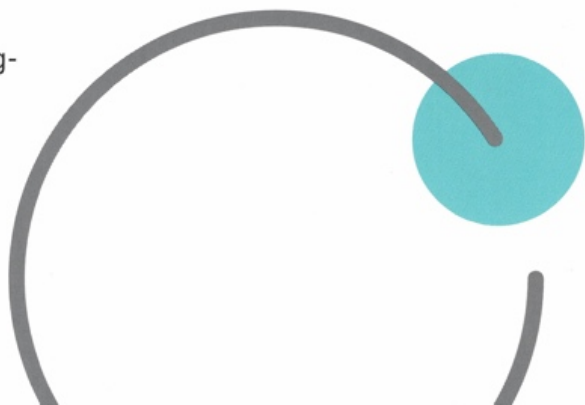
BEKB 30-106-9

CH74 0079 0016 9389 1432 5

Vermerk: Zentrum Alter Worb

Wann ist der geeignete Zeitpunkt für eine Gesundheitsberatung?

- Grundsätzlich so früh wie möglich
- Wenn Sie lieber vorbeugen als nachsorgen
- Wenn Fragen zur Vermeidung von Risiken auftauchen
- Wenn Sie wissen möchten, was Sie vorkehren können rund um Veränderungen in gesundheitlichen oder alltäglichen Bereichen



Zentrum Alter Worb
Bahnhofstrasse 1
3076 Worb

zentrumalterworb.ch
031 839 02 48

