

Ratgeber 2026



Alterskommission Rechtes Zulgtal

Gut informiert älter werden im rechten Zulgtal

Beratung & Finanzen

Haben Sie Fragen zur Altersvorsorge, Ergänzungsleistungen oder Hilflosenentschädigung?

- **AHV Zweigstelle Rechtes Zulgtal**

033 453 80 50, Dorf 19, Postfach 40, 3615 Heimenschwand, www.ahv.ch, ahv@buchholterberg.ch

Spitex & Pflege zu Hause

Unterstützung im Alltag, Pflege zu Hause und Entlastung für Angehörige: Die folgenden Angebote helfen Ihnen dabei, auch bei gesundheitlichen Einschränkungen möglichst selbstständig und gut betreut zu Hause leben zu können.

- **Spitex Zulg** Öffentliche Spitex

033 439 36 66, Oberdorfstasse 32, 3617 Steffisburg, www.spitexzulg.ch, info@spitexzulg.ch

- **Teba | Spitex** Individuelle Unterstützung im Haushalt und Pflege

033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch/spitex, teba@info.ch

- **Teba | Pflegende Angehörige** Beratung und Anstellung für pflegende Angehörige

033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch/pflegende-angehoerige, teba@info.ch

- **Schweizerisches Rotes Kreuz BO** Entlastungsdienst

0844 144 144

- **Einkaufshilfe** Wenn das Einkaufen schwerfällt, organisieren wir Hilfe

Marianne Gyger (AK), 079 226 39 16

- **Garderobe & Stil** Unterstützung beim Einkaufen und am Kleiderschrank

Lydia Aeschlimann, 079 516 62 63, www.farbstilmehr.ch, info@farbstilmehr.ch

- **RS-Hilfsmittel**

033 438 33 33, Bernstrasse 292, 3627 Heimberg, www.rs-hilfsmittel.ch, mail@rs-hilfsmittel.ch

- **Krankenmobiliemagazin** (Samariterverein)

Ursula Maurer: 077 258 84 44, Dora Siegenthaler: 033 453 00 68, www.msv-zulgtal.ch, info@msv-zulgtal.ch

Entlastung

Angebote zur kurzfristigen Erholung und zur Entlastung im Alltag – sei es durch das Ferienbett oder den Tagestreff.

- **Teba | Ferienbett** Zur Erholung oder nach Spitalaufenthalt

033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch/ferienbett, info@teba.ch

- **Teba | Tagestreff** Gemeinsame Aktivitäten und Entlastung in Fahrni

033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch/tagestreff, info@teba.ch

➔ Bitte wenden

Unterwegs sein

Fahrdienste die Sie zuverlässig zu Terminen, Einkäufen oder Besuchen begleiten.

- **Rotkreuz-Fahrdienst**
033 225 00 82, www.srk-bern.ch
- **Privater Fahrdienst Thomas Sempach** (Dienstag kein Fahrdienst)
079 626 42 41

Betreutes Wohnen

Wohnformen die Selbstständigkeit, soziale Einbettung und Unterstützung im Alltag verbinden.

- **Teba | Wohnen in Pflegefamilien** Die Alternative zum Heim: Leben in einem privaten Zuhause.

033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch, info@teba.ch

Alters- und Pflegeheime

Rundum-Betreuung in einem sicheren Umfeld mit professioneller Pflege und Alltagsbegleitung.

- **Teba | Wohnen in Fahrni** Kleine Pflegewohngruppen, 20 Pflegeplätze, familiäres Umfeld.
033 511 19 19, Dörfli 86e, 3617 Fahrni, www.teba.ch/pflegewohngruppe, info@teba.ch
- **Tertianum Schibistei** (Heimenschwand) Wohn- und Pflegezentrum, 40 Pflegeplätze
033 453 80 60, www.tertianum.ch/wohn-pflegezentrum/tertianum-schibistei, schibistei@tertianum.ch

Gesundheit & Aktivität

Angebote, die Bewegung fördern und zu aktiven Begegnungen einladen.

- **Schwarzenegg:** Sonja Dähler, 079 547 82 11
- **Heimenschwand:** Katharina Bruni, 079 930 42 25

Bildung & Kultur

Kurse und Veranstaltungen, die Wissen vertiefen und Begegnungen ermöglichen.

- **Pro Senectute BO:** 033 226 70 70

Seelsorge & Lebenshilfe

Begleitung, die zuhört, stärkt und in herausfordernden Lebenssituationen Halt gibt.

- **Kirchgemeinde Buchholterberg:** Daniel Christen, 033 453 13 31
- **Kirchgemeinde Schwarzenegg:** Balázs Kalincsák, 076 482 20 46
- **Kirchgemeinde Fahrni/Steffisburg:** Martina Häslar, 033 439 80 20

Kontakte & Anregungen

Ihre Anliegen sind willkommen – wir hören zu, unterstützen und freuen uns über jede Rückmeldung.

- **Alterskommission (AK)**
Ruedi Freiburghaus, Ried 75N, 3614 Unterlangenegg, 078 661 77 87