



## krebsliga ostschweiz

Krebsliga Ostschweiz - Beratungsstelle Buchs  
Grünaustrasse 24 - 9470 Buchs

**Kontaktperson:** Brigitte Leuthold Kradolfer  
**Sprechstunde:** Nach tel. Vereinbarung  
**Telefon/Fax:** 081 756 28 57/ 081 756 28 32  
**E-Mail:** brigitte.leuthold@krebsliga-ostschweiz.ch  
**Internet:** www.krebsliga-ostschweiz.ch

### Tätigkeit / Aufgabenbereich:

- Beratung und Unterstützung von Menschen mit einer Krebserkrankung und deren Angehörigen
- Beratung in finanziellen Fragen / finanzielle Unterstützung bei krankheitsbedingten Mehrkosten
- Beratung in Rechts- und Versicherungsfragen
- Vermittlung von Dienstleistungen
- Kursangebot und begleitete Gesprächsgruppen

Die Beratung ist kostenlos und die Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht.

Entlastungsdienst  
Sargans Werdenberg

Für Angehörige von Menschen mit  
Behinderung oder chronischen Krankheiten

**Kontaktperson:** Susanne Meier  
**Sprechstunde:** Nach telefonischer Vereinbarung  
**Telefon:** 081 756 61 56  
**E-Mail:** s.meier@entlastungsdienst-vesa.ch  
**Internet:** www.ed-sargans-werdenberg.ch

### Tätigkeit / Aufgabenbereich:

Unterstützung und Entlastung für Angehörige von Menschen mit einer Behinderung oder chronischen Krankheiten, Ferienentlastungen  
Ergänzung zu bestehenden Hilfsorganisationen

Die Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht.  
Kosten: Vereinbarter Stundentarif.

STIFTUNG

## MINTEGRA

Stiftung Mintegra - Sozialdienst für Fremdsprachige  
Bahnhofsgebäude (3. Stock) - 9471 Buchs

**Kontaktperson:** Beratungsteam  
**Sprechstunde:** Nach telefonischer Vereinbarung  
**Telefon/Fax:** 081 756 51 47/ 081 756 61 08  
**E-Mail:** info@mintegra.ch  
**Internet:** www.mintegra.ch

### Wir informieren und beraten über:

- Alltagsleben in der Schweiz
- Arbeitsrecht
- Ausländergesetze
- Sozialversicherungen
- Umgang mit öffentlichen Diensten
- Fachstellen

Wir bieten administrative Unterstützung an.

Die Beratung ist kostenlos und das Beratungsteam unterliegt der Schweigepflicht.



Mit freundlicher Unterstützung:

**Kanton St.Gallen  
Gleichstellungs- und  
Integrationsförderung**



Herausgeber: Stiftung Mintegra, 9471 Buchs SG

# INFORMATIONEN UND ADRESSEN

für ältere Migrantinnen  
und Migranten

Sarganserland

Werdenberg



STIFTUNG

## MINTEGRA



# SPITEX

Hilfe und Pflege zu Hause

Spitex Sarganserland

Bahnhofstrasse 9b - 7320 Sargans

**Kontaktpersonen:** Beratungsteam  
**Telefon:** 081 515 15 15  
**E-Mail:** info@spitexsarganserland.ch  
**Internet:** www.spitexsarganserland.ch

### Hilfe und Pflege zu Hause:

Für kranke, behinderte, verunfallte Menschen aller Altersgruppen in Sarganserland

### Gesundheits- und Krankenpflege

z.B. Unterstützung bei der Körperpflege, beim Ankleiden sowie beim Essen, Injektionen, etc.

### Palliative Pflege

Begleitung, Betreuung und Pflege von Schwerkranken und Sterbenden und deren Angehörigen

### Hilfe im Haushalt

z.B. Wohnungsreinigung, Einkaufen, Kochen, etc.

Hilfe und Pflege sind kostenpflichtig. Genaue Informationen über Kosten sind bei Spitex erhältlich.

In der Region Werdenberg hat jede Gemeinde einen eigenen Spitemdienst.



## PRO SENECTUTE RHEINTAL WERDENBERG SARGANSERLAND

Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland  
Bahnhofstr. 29 - 9470 Buchs

**Kontaktpersonen:** Beratungsteam, kostenlos und vertraulich  
**Sprechstunde:** Mo - Fr 8-11 Uhr & 14-17 Uhr  
**Telefon:** 081 750 01 50  
**E-Mail:** rws@sg.pro-senectute.ch  
**Internet:** www.sg.pro-senectute.ch  
www.HilfeZuHause.ch

### Information und Beratung (kostenlos und vertraulich)

Für Menschen im AHV-Alter und ihre Angehörigen.

- Ergänzungsleistungen, Unterstützung in finanziellen Notlagen, Steuern ausfüllen, adm. Aufgaben
- betreuende Angehörige unterstützen, Umzug und Heimbetreuung organisieren

### Hilfe und Betreuung zu Hause (Kosten siehe Flyer)

Stundenweise Hilfe und Betreuung zu Hause:

- Putzen, Haushaltarbeiten, Kochen, Einkaufen, einfache Pflege, Betreuung,
- Mahlzeitendienst

### Kurse und Gruppenaktivitäten (Kosten siehe Programm)

Vielfältige Kurse und Gruppenaktivitäten um andere Seniorinnen und Senioren zu treffen.  
Gratis Kursprogramm

## Schweizerisches Rotes Kreuz

Kanton St.Gallen



Regionalstelle Sarganserland-Werdenberg  
Bahnhofstrasse 77 - 8887 Mels

**Kontaktperson:** Team am Hauptsitz in St.Gallen  
**Telefon/Fax:** 071 227 99 66 / 071 227 99 69  
**E-Mail:** info@srk-sg.ch  
**Internet:** www.srk-sg.ch

### Rotkreuz-Fahrdienst:

Freiwillige des SRK Kanton St.Gallen fahren mit ihrem eigenen Auto kranke, behinderte und betagte Menschen zum Arzt, ins Spital, in die Therapie oder zur Kur. Die Vergütung der Fahrten erfolgt direkt an den Fahrer und beträgt 80 Rp./km (inkl. Wartezeit 1.5 Std.) Fahrtenbestellungen mindestens ein Tag im Voraus unter Tel. 081 756 13 85.

### Rotkreuz-Notruf:

In einem Notfall kann der Notrufbenutzer mittels Knopfdruck Kontakt mit der Alarmzentrale aufnehmen. Diese organisiert Hilfe und informiert die Kontaktpersonen.

# pro infirmis

Neue Wangserstrasse 7 - Postfach 147 - 7320 Sargans

**Kontaktperson:** Gabrielle Schneider  
**Sprechstunde:** Nach telefonischer Vereinbarung  
**Telefon/Fax:** 058 775 20 50 / 058 775 20 59  
**E-Mail:** gabrielle.schneider@proinfirmis.ch  
**Internet:** www.proinfirmis.ch

### Unsere Beratungsstelle bietet:

- Sozialberatung
- Rechtsberatung im Sozialversicherungsbereich
- Finanzielle Unterstützung
- Budgetberatung, administrative Unterstützung
- Vermittlung von Hilfsmitteln, Beschäftigungsplätzen, etc.
- Assistenzberatung

Die Beratung ist kostenlos und das Beratungsteam unterliegt der Schweigepflicht.