



Umsorgt älter werden in **PFYNDETTIGHOFEN**

Seniorenratgeber

Informationen und Adressen



Unterstützung und Hilfe im Alltag

Altersgerechtes Wohnen in der Alterssiedlung Lindebüel

Das Haus für Seniorinnen und Senioren in Pfynd bietet 16 Wohnungen für Einzelpersonen und Paare, die gerne selbständig leben. Im angegliederten Kafi Lindebüel können Kontakte gepflegt und zum Beispiel gemeinsame Mahlzeiten eingenommen werden (gem. Öffnungszeiten). Auch die Nachbarschaftshilfe wird hier grossgeschrieben.

Auskunft erhalten Sie bei Rolf Müller unter 079 547 31 64 oder Alterssiedlung Lindebuel Pfynd (www.lindebuel-pfynd.ch)

Mahlzeitendienst (Montag bis Samstag)

Können Sie nicht mehr für sich kochen oder ist Ihnen ein Restaurantbesuch nicht mehr möglich? Das Angebot des Mahlzeitendienstes richtet sich an ältere, kranke, rekonvaleszente Menschen und an Menschen mit einer Behinderung. Anmeldungen nehmen entgegen:

**Margrith und Gusti Sidler unter 052 765 12 46
Restaurant Krone unter 052 765 11 80
Rolf Müller, Alterssiedlung Lindebüel, unter 079 547 31 64**

Spitex Region Müllheim

Die Spitex Region Müllheim versorgt die Bevölkerung mit Dienstleistungen in den Bereichen **Pflege, Betreuung und Hauswirtschaft**. Die Spitex Region Müllheim erfüllt den Leistungsauftrag der Gemeinde.

**Telefon 052 763 13 16
www.spitex-muellheim.ch**

Pro Senectute - gemeinsam stärker

Die Stiftung Pro Senectute ist die grösste Dienstleistungsorganisation für Seniorinnen und Senioren. Sie bietet **Beratung und Unterstützung** in den Bereichen **Wohnen, Finanzen, Gesundheit, Recht und Alltagsfragen**. Das Angebot ist vielfältig und reicht von **Haushalthilfe** und **Gartenarbeit**, über **Weiterbildung** und **Sport** bis zu **gesellschaftlichen Anlässen**.

**Beratungsstelle Frauenfeld
Telefon 052 721 58 01
Geschäftsstelle Weinfelden
Telefon 071 626 10 80
www.tg.prosenectute.ch**

Die Ortsvertretungen für Dettighofen und Pfynd finden Sie auf Seite 6 unter Adressen und Kontakte.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau (SRK)

Das SRK engagiert sich auch für Rentner und Rentnerinnen in den Bereichen **Gesundheit, Notruf, Fahrdienst** und **Entlastungsdienst für Angehörige**.

Telefon 071 626 50 80
www.srk-thurgau.ch

SRK Fahrdienst:
Marie-Theres Holenstein
Telefon 052 765 17 46 / 079 458 66 94

Home Instead, Seniorendienste Region Frauenfeld

Home Instead ist eine private Organisation. Sie bietet Unterstützung bei der Begleitung im Alltag, im Haushalt und in der Pflege an.

Telefon 052 500 11 30
www.homeinstead.ch

Kirchgemeinde

Die beiden Kirchgemeinden teilen sich die Aufgaben. Während die katholische Kirchgemeinde in der Jugendarbeit führend ist, engagiert sich die evangelische Kirche in der Altersarbeit. Es werden ökumenische Andachten in der Alterssiedlung angeboten sowie Seniorenausflüge und -ferien organisiert. Gerne steht die Pfarrerin/der Pfarrer auch für Gespräche zur Verfügung.

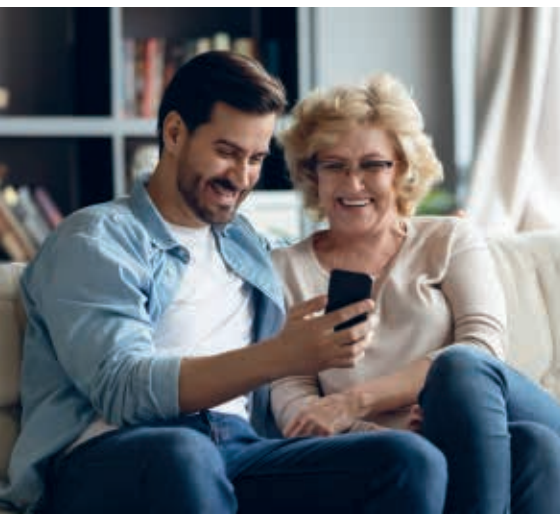
Telefon 052 765 11 68
sekretariat@evang-pfyn.ch

Seniorenkommission

Die Kommission ist Anlauf- und Koordinationsstelle für die Anliegen älterer Menschen und packt im Auftrag der Gemeinde Projekte an. Denn trotz eines guten Angebots gibt es immer wieder Bedürfnisse, die nicht abgedeckt sind.

Alle Mitglieder der Seniorenkommission stehen für Fragen und Anliegen zur Verfügung. Die Namen finden Sie auf der Website der Gemeinde.

Seniorenkommission -
Gemeinde Pfyn
<https://www.pfyn.ch/leben-in-pfyn/alter/seniorenkommission.html>



Aktivitäten im Dorf

Das Leben im Dorf ist vielfältig. Zahlreiche Veranstaltungen bieten Gelegenheit zur Begegnung und tragen zu einem aktiven Gemeindeleben bei. Die Veranstaltungen werden jeweils im vierteljährlichen «INFO» und auf der Website der Gemeinde ausgeschrieben. Mitmachen lohnt sich! Spezielle Anlässe für Seniorinnen und Senioren werden vor allem von Pro Senectute und vom Kafi Lindebüel organisiert.

Mittagstisch

Jeden 2. Dienstag im Monat treffen sich die Seniorinnen und Senioren zum Mittagessen im Restaurant Krone in Pfyn. Mit dabei sind die Ortsvertreterinnen der Pro Senectute Dettighofen und Pfyn. Anmeldung am Vortag direkt im Restaurant Krone: 052 765 11 80

Kafi Lindebüel

Der Begegnungsort in der Alterssiedlung Lindebüel lädt zum Verweilen ein.

Öffnungszeiten:

Mittwoch, 14.00 bis 17.00 Uhr

Donnerstag, 10.00 bis 14.00 Uhr

Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr

Am Donnerstag und Samstag besteht die Möglichkeit zum Mittagessen.

Voranmeldung erwünscht:

Rolf Müller, 079 547 31 64

- Ausserdem findet jeweils am ersten Donnerstag im Monat eine ökumenische Andacht statt. An diesen Tagen bleibt das Kafi offen bis 17.00 Uhr
- www.lindebuel-pfyn.ch



Pro Senectute, Pfynd und Dettighofen

Jass- und Spielnachmittage:

- Pfynd: jeden zweiten Dienstag im Monat ab 14.00 Uhr im Kafi Lindebüel (Termine im INFO oder auf der Website der Gemeinde). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ortsvertretung Pfynd:

Sissi Volkart

Ortsvertretung Dettighofen:

Elisabeth Gerber, Telefon 052 765 21 15

Fit Gym Turnen

Im Fit Gym werden die Muskelgruppen, welche die Gelenke stabilisieren und für eine gute Haltung und Balance sorgen, mit langsamen Übungen trainiert. Spielerisch und abwechslungsreich trainieren Sie Ihren gesamten Körper, damit Sie weiterhin mit beiden Beinen fest im Leben stehen. Alle Turnstunden werden von qualifizierten Fachpersonen geleitet. Überzeugen Sie sich bei einer unverbindlichen Schnupperstunde.

Donnerstag, 14.00 bis 15.00 Uhr, in der Mehrzweckhalle Pfynd

Leitung: Cordelia Gyger, 079 669 24 54

Weitere Informationen unter:
www.prosenectute.ch



Adressen und Kontakte

Beratung

- Caritas Thurgau, Telefon 071 626 11 81, www.caritas-thurgau.ch
- Perspektive Thurgau, Telefon 071 626 02 02, www.perspektive-tg.ch
- Pro Senectute Thurgau
Ortsvertreterin Pfn:
Sissi Volkart, Telefon 052 765 14 13
Ortsvertreterin Dettighofen:
Elisabeth Gerber, Telefon 052 765 21 15
Beratungsstelle Frauenfeld,
Telefon 052 721 58 01
Beratungsstelle Weinfelden,
Telefon 071 622 10 61

Gesundheit

- Ärztezentrum Müllheim,
Telefon 052 763 13 00
- Ärztezentrum Felben-Wellhausen,
Telefon 052 765 18 25
- Memory Clinic Münsterlingen
(Anmeldung über Hausarzt),
Telefon 071 686 49 24
- Notfallzahnarzt: Zahnarztzentrum
Frauenfeld, Telefon 052 723 07 20
- Physiotherapie Grütli, Pfn,
Telefon 052 765 15 40

Entlastung für Angehörige

- Entlastungsdienst Thurgau, Pro Infirmis,
Telefon 052 775 22 35
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes
Kreuz, Telefon 071 626 50 80
- Hospizdienst Thurgau,
Telefon 071 940 07 90
- Tageszentrum Talbach für Menschen mit
Demenz, Telefon 052 728 76 47

Selbsthilfe

- Parkinson Schweiz,
Telefon 043 277 20 77
- Rheumaliga Thurgau,
Telefon 071 688 53 67
- Schweizerische Alzheimervereinigung,
Alzheimer Thurgau,
Telefon 052 721 32 54
- Selbsthilfe Thurgau,
Telefon 071 620 10 00

Transport

- SRK-Fahrdienst (Schweizerisches Rotes
Kreuz), Marie-Theres Holenstein: Telefon
052 765 17 46 oder 079 458 66 94
- Verein für Behinderten-Busse
Frauenfeld, Einsatzzentrale,
Telefon 052 720 22 40
(Mo bis Fr, 8.00 bis 11.00 Uhr)

Links

- Alterssiedlung Lindebüel, Pfyn, www.lindebuel-pfyn.ch
- Wohn- und Pflegezentrum Wellenberg, Felben-Wellhausen, www.bethesda-alterszentren.ch
- Alterszentrum Park, Frauenfeld, www.alterszentrumpark.ch
- Stadtgarten, Frauenfeld, www.stadtgarten.ch
- Tertianum Friedau, Frauenfeld, www.tertianum.ch/de/tertianum-friedau-frauenfeld
- Alters- und Pflegeheim Steckborn, www.aph-steckborn.ch
- Wohn- und Pflegezentrum Zedernpark, Weinfelden, www.tertianum.ch/de/tertianum-zedernpark-weinfelden
- Alterszentrum Weinfelden, www.azweinfelden.ch



Stand Februar 2023



Umsorgt älter werden in PFYND ETTIGHOFEN