

# Alter und Gesundheit in Sarnen

Ausgabe 2024

**BERATUNG**  
Angebote rund um  
Alter und Gesundheit  
in Sarnen.  
041 666 35 99



Organisationen und  
Institutionen die begleiten,  
betreuen und pflegen.



Liebe Leserinnen und Leser

Jede Phase des Lebens umfasst Herausforderungen und Möglichkeiten – auch die letzte: das Altwerden. Es wird uns

nochmals Gelegenheit gegeben, zu wachsen und unser Sein zu verwirklichen. Grössere äussere und innere Freiheit tut sich hier vor Menschen auf, die Neues erfahren lässt. Gleichzeitig gehen mit dem Älterwerden auch Unsicherheiten, Ängste und Fragen einher. Wie werde ich mit meinem Alltag zurechtkommen, wenn die Dinge schwerer fallen? Wo Unterstützung finden, wenn ich sie brauche?

Diese Broschüre möchte Sie auf unterstützende Angebote aufmerksam machen, die auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sind. Bedürftige Menschen liegen unserer Gemeinde besonders am Herzen, und wir möchten behilflich sein, ihre Alltage auch im Alter möglichst angenehm und erfüllend zu gestalten.

**Beratungsdienste: Orientierung und Unterstützung**

Eine zentrale Säule unserer Angebote sind die Beratungsdienste. Ob es um gesundheitliche, rechtliche oder finanzielle Belange geht: Kompetente Beratende stehen Ihnen zur Seite, um Ihre Fragen zu beantworten. Auch kleine Hilfestellungen und Hinweise können oft schon einen grossen Unterschied machen.

**Entlastungsdienste: mehr Zeit für das Wesentliche**

Entlastungsdienste sind eine wertvolle Unterstützung für alle, die im Alltag auf Hilfe angewiesen sind. Haushaltsnahe Dienstleistungen,

Fahrdienste oder Betreuungsangebote tragen dazu bei, Ihre Tage sorgloser erfahren zu können und schaffen Raum für das, was wesentlich ist. Auch pflegende Angehörige finden hier Unterstützung, um ihre wichtige Arbeit bewältigen zu können.

**Kulturelle Angebote: aktiv und vernetzt im Alter**

Kulturelle Teilhabe und soziale Kontakte sind wesentliche Aspekte eines erfüllten Lebens. Darum bieten wir eine Vielzahl von kulturellen Veranstaltungen an, die auf die Interessen älterer Menschen abgestimmt sind. Ob Musik, Kunst, Literatur oder gesellige Anlässe: Wir wünschen, dass Sie fündig werden. Nutzen Sie die Gelegenheiten, anderen zu begegnen und die Zeiten zu gestalten.

**Ein starkes Netzwerk für eine gute Lebensqualität**

Unsere Angebote sind Teil eines Netzwerks von Organisationen, das sich einer verbesserten Lebensqualität älterer Menschen verschrieben hat. Gemeinsam möchten wir Ihnen nicht nur Information und Unterstützung bieten, sondern Sie auch etwas von Gemeinschaft, Zugehörigkeit und Geborgenheit erfahren lassen.

Wir freuen uns, wenn sich unsere Broschüre als hilfreich erweist, aber mehr noch, wenn sie dazu beitragen kann, dass Sie die Lebensphase des Älterwerdens zuversichtlich und selbstbestimmt angehen und gestalten können.



Franziska Krummenacher  
Departementsvorsteherin  
Gesellschaft/Gesundheit

**Inhaltsverzeichnis**

Die Beratungsstelle Alter und Gesundheit in Sarnen	4
Notfälle aller Art	5
Allgemeine Beratung / Informationen	6
Alltags- / Haushaltshilfen	6
Entlastung für pflegende Angehörige	8
Diverse Institutionen mit dem Angebot von einem Ferienbett	8
Erkrankungen	9
Fahrdienst	10
Finanzen	11
Freiwilligenarbeit	12
Freizeitgestaltung / Begegnungsorte	13
Hindernisfrei Bauen / Wohnen	14
Mittagstisch / Mahlzeitendienst	15
Recht / Ombudsstellen	16
Seelsorge / Sterbebegleitung	18
Spitex	18
Stationäre Angebote fürs Alter	20

## Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen Ihre Anlaufstelle für Beratung und Unterstützung

Gerne sind wir auch für Sie da, wenn unsere Broschüre mit den Angeboten in den Bereichen Begleitung, Betreuung, Entlastung und Pflege in Sarnen nicht alle Fragen beantwortet. Zögern Sie nicht, wir sind hier, um Ihnen persönlich, individuell und diskret zu helfen.

### Unsere Leistungen:

- **Individuelle Beratung:** Wir nehmen uns Zeit für Sie und Ihre Anliegen. Gemeinsam suchen wir mit Ihnen nach passenden Lösungen für Sie und Ihre Angehörige.
- **Umfassende Auskünfte:** Wir bieten ausführliche Informationen und eingehende Beratung zu Fragen rund um Alter, Krankheit und Behinderung.
- **Unterstützung für das Leben zu Hause:** Wir beraten Sie zu Themen wie Entlastungsmöglichkeiten, Nachbarschaftshilfe, Sozialversicherungen, Hilfsmittel, Freizeitangebote sowie bauliche Anpassungen Ihres Zuhauses.
- **Vernetzung und Zusammenarbeit:** Wir koordinieren die Altersarbeit in unserer Gemeinde und arbeiten eng mit anderen Organisationen zusammen.
- **Förderung der Selbsthilfe:** Wir freuen uns über Anregungen und Ideen zur Förderung der Selbsthilfe im Alter.

### Ihre Ansprechpartnerin:

**Esther Limacher** ist Ihre Fachfrau bei der Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen. Mit einem offenen Ohr und Verständnis für Ihre Situation steht sie Ihnen zur Seite und hilft

Ihnen, die bestmöglichen Lösungen für Ihr Anliegen zu finden. Sie verfügt über umfangreiches Informationsmaterial und koordiniert die Altersarbeit in der Gemeinde.

### Beratungsstelle Alter und Gesundheit Sarnen

Wir sind für Sie da und bemühen uns, Ihnen bei der Bewältigung Ihrer Lebenssituation zu helfen. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren, wenn Sie weiterführende Informationen wünschen oder Fragen haben.



Esther Limacher  
Rütistrasse 8  
Postfach, 6061 Sarnen

**041 666 35 99**  
[esther.limacher@sarnen.ch](mailto:esther.limacher@sarnen.ch)

**Kommen Sie auf uns zu - wir freuen uns darauf, Ihnen zu helfen und gemeinsam mit Ihnen Lösungen zu erarbeiten.**



## Notfälle aller Art

Bei medizinischen und psychischen Notfällen rufen Sie jederzeit, auch in der Nacht, zuerst Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin an. Er oder sie - beziehungsweise der Telefonbeantworter - hilft Ihnen weiter.

### Medizinischer Notfall

### Hausärztlicher Notfalldienst

041 660 33 77

### Sanitätsnotruf / Ambulanz

144

### Rega (Rettungshelikopter)

1414

### Toxikologisches Institut (Vergiftung)

145

### Zahnärztlicher Notfalldienst

1811

### Psychischer Notfall

### Psychiatrie OW/NW

058 856 59 59

### Feuerwehr

118

### Polizei

117

### Todesfall

### Zivilstandsamt Sarnen

041 666 35 00

[zivilstandsamt@sarnen.ch](mailto:zivilstandsamt@sarnen.ch)

**Allgemeine  
Beratung**

**Beratungsstelle Alter und Gesundheit**

Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen  
www.sarnen.ch  
esther.limacher@sarnen.ch  
041 666 35 99



**Pro Senectute Obwalden**

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen  
www.ow.prosenectute.ch  
info@ow.prosenectute.ch  
041 666 25 45



**Allgemeine  
Informationen**

**Informationen und Angebote rund um  
das gesunde Altern**

www.alter-ow.ch



**Alltags- /  
Haushaltshilfen**

*auf ärztliche Verordnung:*

**Senevita Casa**

Poststrasse 5, 6060 Sarnen  
www.senevita.ch  
obnidwalden@senevita.ch  
041 660 83 48



*auf ärztliche Verordnung:*

**Spitex Obwalden**

Kägiswilerstrasse 29, 6060 Sarnen  
www.spitexow.ch  
info@spitexow.ch  
041 662 90 90



*Einkaufshilfen, waschen, bügeln etc.*

**Genossenschaft Zeitgut Obwalden**

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen  
www.zeitgut-obwalden.ch  
info@zeitgut-obwalden.ch  
079 302 26 84



*Haushaltarbeiten, Einkaufshilfen,  
Fahrdienst, Frühjahr- und Fensterputz  
Entlastung in der Altersbetreuung etc.*



**Maschinenring OW/NW**

Brünigstrasse 46, 6055 Alpnach Dorf  
www.maschinenring.ch  
info.ow.nw@maschinenring.ch  
079 173 63 77

*Kostenlose Reparaturen aller Art*

**Repair Café Sarnen**

c/o natur & umwelt ob-nidwalden  
www.naturiamo.ch  
info@naturiamo.ch  
041 610 90 30



*Rotkreuz-Notruf*

**SRK Unterwalden**

Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans  
www.srk-unterwalden.ch  
info@srk-unterwalden.ch  
041 500 10 80



**Entlastung für pflegende Angehörige**

**SRK Unterwalden**

Entlastungsdienst  
Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans  
www.srk-unterwalden.ch  
info@srk-unterwalden.ch  
041 500 10 80



**Demenz Betreuung Unterwalden**

Vergiss-mein-nicht  
Chilchbreiten 23, 6072 Sachseln  
www.demenz-unterwalden.ch  
info@demenz-unterwalden.ch  
041 660 06 28



**Genossenschaft Zeitgut Obwalden**

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen  
www.zeitgut-obwalden.ch  
info@zeitgut-obwalden.ch  
079 302 26 84



*Halbtages- und Ganztagesfahrten  
mit max. 2 Begleitpersonen*

**Verein Usflug Obwalde**

Niklaus Werren 079 378 29 05

**Diverse Institutionen mit dem Angebot von einem Ferienbett**

**www.schaerme.ch**

041 666 10 01



**www.allmendpark.ch**

041 672 51 51



**www.erlenhaus.ch**

041 639 65 65



**www.eyhuis.ch**

041 679 71 00



**www.felsenheim.ch**

041 666 04 04



**www.huwel.ch**

041 662 77 00



**www.drheimae.ch**

041 676 76 76



**www.kurhaus-am-sarnersee.ch**

041 666 74 66



**Erkrankungen**

**Alzheimer Obwalden/Nidwalden**

Alters- und Pflegeheim Nidwalden  
Nägeligasse 29, 6370 Stans  
www.alzheimer-schweiz.ch/de/ow-nw  
beratung.ow-nw@alz.ch  
041 611 24 42 (Sozialberatung)



**Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz**

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern  
www.fs-z.ch  
fsz@sbv-fsa.ch  
041 485 41 41





**Lungenliga Zentralschweiz**

Beratungsstelle Sarnen  
Flüelistrasse 2b, 6060 Sarnen  
www.lungenliga.ch  
info@lungenliga-zentralschweiz.ch  
041 429 31 10



**Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana**

Hardturmstrasse 261, Postfach, 8031 Zürich  
www.promentesana.ch  
kontakt@promentesana.ch  
0848 800 858



**Beratungsstelle für Schwerhörige  
und Gehörlose BFSUG Zentralschweiz**

Horwerstrasse 81, 6005 Luzern  
www.bfsug.ch  
zentralschweiz@bfsug.ch  
041 317 31 10



**Krebsliga Zentralschweiz**

Beratungsstelle Stans  
Ennetmooserstrasse 23, 6370 Stans  
www.zentralschweiz.krebsliga.ch  
ruth.aufdermauer@krebsliga.info  
041 611 13 88



**Rheumaliga Luzern und Unterwalden**

Dornacherstrasse 14, 6003 Luzern  
www.rheumaliga.ch  
rheuma.luuw@bluewin.ch  
041 220 27 95



**Fahrdienst**

**SRK Unterwalden**

Fahrdienst  
Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans  
www.srk-unterwalden.ch  
fahrdienst@srk-unterwalden.ch  
041 670 30 30



**Genossenschaft Zeitgut Obwalden**

Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen  
www.zeitgut-obwalden.ch  
info@zeitgut-obwalden.ch  
079 302 26 84



**Finanzen**

**Ausgleichskasse IV-Stelle Obwalden**

Brünigstrasse 144, 6060 Sarnen  
www.akow.ch  
info@akow.ch  
041 666 27 50



**Beratungsstelle Alter und Gesundheit**

Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen  
www.sarnen.ch  
esther.limacher@sarnen.ch  
041 666 35 99



**Pro Senectute Obwalden**

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen  
www.ow.prosenectute.ch  
info@ow.prosenectute.ch  
041 666 25 45



**Regionaler Sozialdienst Obwalden**  
 Dammstrasse 24, 6055 Alpnach Dorf  
[www.rsd-obwalden.ch](http://www.rsd-obwalden.ch)  
[rsd@rsd-obwalden.ch](mailto:rsd@rsd-obwalden.ch)  
 041 672 55 55



**Freiwilligenarbeit**

**Genossenschaft Zeitgut Obwalden**  
 Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen  
[www.zeitgut-obwalden.ch](http://www.zeitgut-obwalden.ch)  
[info@zeitgut-obwalden.ch](mailto:info@zeitgut-obwalden.ch)  
 079 302 26 84



**SRK Unterwalden**  
 Besuchs- und Begleitdienst  
 Nägeligasse 7, Postfach, 6371 Stans  
[www.srk-unterwalden.ch](http://www.srk-unterwalden.ch)  
[info@srk-unterwalden.ch](mailto:info@srk-unterwalden.ch)  
 041 500 10 80



*Halbtages- und Ganztagesfahrten  
 mit max. 2 Begleitpersonen*

**Verein Usflug Obwalde**  
 Niklaus Werren 079 378 29 05



**Freizeitgestaltung /  
 Begegnungsorte**

**Frauengemeinschaft Sarnen**  
[www.fgsarnen.com](http://www.fgsarnen.com)  
[fgsarnen@gmx.ch](mailto:fgsarnen@gmx.ch)



**Frauengemeinschaft Kägiswil**  
[www.frauengemeinschaft-kaegiswil.ch](http://www.frauengemeinschaft-kaegiswil.ch)  
[fg.kaegiswil@gmail.com](mailto:fg.kaegiswil@gmail.com)



**Frauengemeinschaft Stalden**  
[www.fg-stalden.ch](http://www.fg-stalden.ch)  
[fg.stalden@gmail.com](mailto:fg.stalden@gmail.com)



**Genossenschaft Zeitgut Obwalden**  
 Marktstrasse 3A, 6060 Sarnen  
[www.zeitgut-obwalden.ch](http://www.zeitgut-obwalden.ch)  
[info@zeitgut-obwalden.ch](mailto:info@zeitgut-obwalden.ch)  
 079 302 26 84



**Pro Senectute Obwalden**  
 Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen  
[www.ow.prosenectute.ch](http://www.ow.prosenectute.ch)  
[info@ow.prosenectute.ch](mailto:info@ow.prosenectute.ch)  
 041 666 25 45



**Freizeitzentrum Obwalden**  
 Marktstrasse 5, 6060 Sarnen  
[www.fzo.ch](http://www.fzo.ch)  
[info@fzo.ch](mailto:info@fzo.ch)  
 041 662 08 44



**Evangelisch-reformierte  
 Kirchgemeinde Obwalden**  
 Ennetriederweg 2, 6060 Sarnen  
[www.refow.ch](http://www.refow.ch)  
[sekretariat@refow.ch](mailto:sekretariat@refow.ch)  
 041 660 18 34



**Freie Evangelische Gemeinde Obwalden**  
 Industriestrasse 2, Büntenpark, 6060 Sarnen  
[www.feg-ow.ch](http://www.feg-ow.ch)  
[info@feg-ow.ch](mailto:info@feg-ow.ch)  
 041 660 14 44



**Katholische Kirche**  
 Seelsorgeraum Sarnen  
[www.seelsorgeraum-sarnen.ch](http://www.seelsorgeraum-sarnen.ch)  
[seelsorgeraum@kg-sarnen.ch](mailto:seelsorgeraum@kg-sarnen.ch)  
 041 662 40 20



*Halbtages- und Ganztagesfahrten  
 mit max. 2 Personen*

**Verein Usflug Obwalde**  
 Niklaus Werren 079 378 29 05

**Kostenloses Gesprächsangebot**  
[www.malreden.ch](http://www.malreden.ch)



**Hindernisfrei  
 Bauen NOW**

**Beratungsstelle Hindernisfrei Bauen  
 Nidwalden und Obwalden**  
 Josef A. Lussi  
 Stadelstrasse 11, 6373 Ennetbürgen  
[www.hindernisfrei-now.ch](http://www.hindernisfrei-now.ch)  
[beratung@hindernisfrei-now.ch](mailto:beratung@hindernisfrei-now.ch)  
 079 282 02 55



**Mittagstisch /  
 Mahlzeitendienst**

**Pro Senectute**  
[www.ow.prosenectute.ch](http://www.ow.prosenectute.ch)  
[info@ow.prosenectute.ch](mailto:info@ow.prosenectute.ch)  
 Mahlzeitendienst, Tel. 041 666 25 45



Mittagstische, Tel. 041 666 25 41  
 oder direkt Obwaldnerhof Sarnen 041 660 18 17



**Katholische Kirche Sarnen**  
[www.seelsorgeraum-sarnen.ch](http://www.seelsorgeraum-sarnen.ch)  
[seelsorgeraum@kg-sarnen.ch](mailto:seelsorgeraum@kg-sarnen.ch)  
 Mittagstisch Sarnen / Kägiswil / Langis  
 041 662 40 20



**Residenz Am Schärme**  
[www.schaerme.ch](http://www.schaerme.ch)  
[info@schaerme.ch](mailto:info@schaerme.ch)  
 Reservationen: 041 666 10 31  
 Leitung Restaurant: Andrea Hofstetter





**Recht / Ombudsstellen**

*Ergänzungsleistungen, Hilflösenentschädigung, Betreuungsgutschriften etc.*



**Ausgleichskasse / IV-Stelle Obwalden**

Brünigstrasse 144, 6060 Sarnen  
www.akow.ch  
info@akow.ch  
041 666 27 50

**Beratungsstelle Alter und Gesundheit**



Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen  
www.sarnen.ch  
esther.limacher@sarnen.ch  
041 666 35 99

*Patientenverfügung*



**FMH Sekretariat Rechtsdienst**

Elfenstrasse 18, Postfach, 3000 Bern 16  
www.fmh.ch  
lex@fmh.ch  
031 359 11 11

*Docupass, Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament etc.*



**Pro Senectute**

Marktstrasse 5, «Hüetli», 6060 Sarnen  
www.ow.prosenectute.ch  
info@ow.prosenectute.ch  
041 666 25 45

*Psychiatrische Patientenverfügung*



**Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana**

Hardturmstrasse 261, Postfach, 8031 Zürich  
www.promentesana.ch  
kontakt@promentesana.ch  
0848 800 858

*Patientenverfügung*



**SRK Unterwalden**

Nägeligasse 7, Postfach, 6370 Stans  
www.srk-unterwalden.ch  
info@srk-unterwalden.ch  
041 500 10 80

*Klärung, Vermittlung und Schlichtung in Konfliktsituationen, Hilfe für von Gewalt betroffene Menschen.*



*Kostenlose und unabhängige Beratung.*

**UBA Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter**

Malzstrasse 10, 8045 Zürich  
www.uba.ch  
info@uba.ch  
0848 00 13 13

**Luzerner Kantonsspital**

Ombudsstelle für Patienten/innen sowie Angehörige  
Spitalstrasse 16, 6000 Luzern 16  
ombudsstelle@luks.ch  
041 205 44 30

**Luzerner Psychiatrie AG**



Ombudsstelle  
Schafmattstrasse 1, 4915 St. Urban  
ombudsstelle@lups.ch  
058 856 56 39

**Ombudsstelle Krankenversicherung**



Postfach 519, 6002 Luzern  
www.om-kv.ch  
041 226 10 10



**Seelsorge /  
Sterbebegleitung**

**Emma Gremlı-Schäli Stiftung  
für Sterbebegleitung**  
www.sterbebegleitungobwalden.ch  
info@sterbebegleitungobwalden.ch



**Evangelisch-reformierte  
Kirchgemeinde Obwalden**  
Ennetriederweg 2, 6060 Sarnen  
www.refow.ch  
sekretariat@refow.ch  
041 660 18 34



**Katholische Kirche**  
Seelsorgeraum Sarnen  
Bergstrasse 3, 6060 Sarnen  
www.seelsorgeraum-sarnen.ch  
seelsorgeraum@kg-sarnen.ch  
041 662 40 20



**Freie Evangelische Gemeinde Obwalden**  
Industriestrasse 2, Büntenpark, 6060 Sarnen  
www.feg-ow.ch  
info@feg-ow.ch  
041 660 14 44



**Spitex**

*Für Auskünfte betreffend privater  
Spitex und freiberuflichen Pflegefachpersonen*  
**Beratungsstelle Alter und Gesundheit**  
Rütistrasse 8, Postfach, 6061 Sarnen  
www.sarnen.ch  
esther.limacher@sarnen.ch  
041 666 35 99



**Spitex Obwalden**  
Kägıswilerstrasse 29, 6060 Sarnen  
www.spitexow.ch  
info@spitexow.ch  
041 662 90 90



**Senevita Casa**  
Poststrasse 5, 6060 Sarnen  
www.senevita.ch  
obnidwalden@senevita.ch  
041 660 83 48



**Spitex Hiäsig**  
Untere Gründlistrasse 22, 6055 Alpnach Dorf  
www.spitex-hiäsig.ch  
info@spitex-hiäsig.ch  
079 946 63 47



**Spitex Mittelpunkt**  
Allmendlistrasse 4, 6078 Lungern  
www.spitexmittelpunkt.ch  
info@spitexmittelpunkt.ch  
079 20 30 456





---

**Stationäre Angebote fürs Alter**

**Residenz Am Schärme, Sarnen**

www.schaerme.ch  
041 666 10 01



---

**Allmendpark, Alpnach**

www.allmendpark.ch  
041 672 51 51



---

**Dr Heimä, Giswil**

www.drheimae.ch  
041 676 76 76



---

**Erlenhaus, Engelberg**

www.erlenhaus.ch  
041 639 65 65



---

**Eyhuis, Lungern**

www.eyhuis.ch  
041 679 71 00



---

**Huwel, Kerns**

www.huwel.ch  
041 662 77 00



---

**Felsenheim, Sachseln**

www.felsenheim.ch  
041 666 04 04

