



UNTERSTÜTZUNG BEIM SPAZIEREN

Das Angebot „Unterstützung beim Spazieren“ von Nachbarn helfen Nachbarn richtet sich an Menschen, die sich gerne bewegen möchten, dabei jedoch Begleitung oder Hilfe benötigen. Freiwillige Nachbarinnen und Nachbarn gehen gemeinsam mit Ihnen spazieren. Ob ein kurzer Weg an die frische Luft, oder ein kleiner Einkauf um die Ecke – die Unterstützung wird individuell Ihren Bedürfnissen ausgerichtet.

Ziel ist es, Ihre Mobilität zu fördern, soziale Kontakte zu stärken und das Wohlbefinden zu steigern – unkompliziert, vertrauensvoll und auf Augenhöhe.

Was kostet die Dienstleistung?

Diese Dienstleistung ist kostenlos.

Wie erhalte ich Unterstützung?

Es gibt mehrere Möglichkeiten

1. Liste herunterladen:

- Laden Sie die Liste mit den Freiwilligen herunter: www.senioreninfo-grs.ch
- Rufen Sie anschliessend die/ den Freiwilligen direkt an.

2. Hilfsbedarf online anmelden

- Melden Sie den Hilfsbedarf direkt über die Homepage von Senioreninfo an.
- Wir nehmen anschliessend direkt mit Ihnen telefonischen Kontakt auf.

3. Telefonische Kontaktaufnahme (Nummer siehe unten)

Wir suchen eine freiwillige Person für Sie.



 **SENIOREN INFO**
Grossaffoltern, Rapperswil, Schüpfen
www.senioreninfo-grs.ch
nhn@senioreninfo-grs.ch



Grossaffoltern: 078/ 330 34 98
Rapperswil: 078/ 340 66 40
Schüpfen: 078/ 320 38 51