Angebote im Alter

GEMEINDE
HOHENRAIN

Fitgym (Allround)

Turnen ab 60 Jahren für Frauen und Männer

Gerne können Sie unverbindlich eine Schnupperlektion besuchen oder einfach mal reinschauen. Es braucht lediglich ein Paar Turnschuhe und bequeme Kleider und findet jeweils montags, 16.30 - 17.30 Uhr, in der Turnhalle Kleinwangen statt.

Kontakt:

Silvia Winiger, Tel. 079 509 51 74

Annemarie Ineichen, Tel. 079 644 80 77

Gruppe „Frohes Alter“

Mittagstisch inkl. Adventsfeier und Fasnachtsanlass

Der Mittagstisch findet ca. einmal monatlich während den Wintermonaten donnerstags um 12.00 Uhr im Pfarreiheim in Hohenrain statt. Es sind alle Seniorinnen und Senioren herzlich willkommen.

Kontakt:

Helene Troxler-Abächerli, helentroxler@gmail.com, Tel. 041 910 48 41

Gruppe „Frohes Alter“

Wanderungen

Die Gruppe «Frohes Alter» organisiert jeweils in den Sommermonaten leichte Wanderungen für Seniorinnen und Senioren. Kommen auch Sie mit auf Wanderschaft!

Kontakt:

Margrit Bircher-Bühler, margrit.bircher@bluemail.ch, Tel. 041 910 26 40

Seniorenjassen

November bis April alle 2 Wochen

Das Seniorenjassen findet vom November bis April jeweils alle zwei Wochen dienstags ab 13.30 Uhr – ca. 17.30 Uhr im Pfarrsääli in Kleinwangen statt. Guet Jass!

Kontakt:

Ida Odermatt, Tel. 041 910 35 53

Mahlzeitendienst

Ballwil-Hohenrain

Der Mahlzeitendienst kann von Personen beansprucht werden, die aus gesundheitlichen Gründen nicht selber kochen können. Die Mahlzeiten werden täglich frisch durch die Residio AG in Hochdorf zubereitet. Das Menü wird als Tellerservice in Styroporbehältern geliefert.

Kontakt:

Gertrud Kiener-Knüsel, gertrud.kiener@bluewin.ch, Tel. 041 910 58 51 / 079 746 05 79

Ortsvertretung Pro Senectute

Bindeglied zu Beratungsstellen der Pro Senectute

Neben der Herbstsammlung treten sie mit Seniorinnen und Senioren in Kontakt. Sie kümmern sich um das Wohl der älteren Menschen durch Vernetzung und Unterstützung der Altersarbeit - sei es bei Geburtstags- und Krankenbesuchen oder beim Vorbeischauen gemeindeeigenen Angeboten für's Alter.

Ortsvertretungen:

Kleinwangen/Lieli: Annemarie Ineichen, Hauptstr. 46, 6277 Kleinwangen, Tel. 041 910 43 15

Hohenrain: Marlise und Josef Troxler, Grüt 5, 6276 Hohenrain, Tel. 041 910 34 61

Ottenhusen: Paula Britschgi, Mettenwilhöhe 31, 6275 Ballwil, Tel. 041 448 19 55

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Pro Senectute

Für alle Fragen rund ums Älterwerden

Pro Senectute Kanton Luzern berät Personen im AHV-Alter sowie deren Angehörige und Bezugspersonen bei allen Fragen rund ums Älterwerden kostenlos und kompetent. Sie beraten in finanziellen Angelegenheiten und unterstützen in allen Bereichen für ein selbstbestimmtes Leben. Auch für Hilfe bei der Alltagsgestaltung, Unterstützung in Lebenskrisen oder rechtliche Auskünfte ist die Pro Senectute da.

Kontakt:

Pro Senectute Kanton Luzern, Tel. 041 226 11 88

info@lu.prosenectute.ch, www.lu.prosenectute.ch

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Schweizerisches Rotes Kreuz

Kanton Luzern

Entdecken Sie das vielfältige Unterstützungs- und Beratungsangebot vom Schweizerischen Roten Kreuz ganz in Ihrer Nähe:

- Durchatmen und Kraft schöpfen - Rotkreuz-Entlastungsdienst
- Wertvolle Begegnungen im Alltag - Rotkreuz-Besuchsdienst
- Menschlichkeit macht mobil - Rotkreuz-Fahrdienst
- Gemeinsam schwere Wege gehen - Rotkreuz-Palliative

Weitere Informationen dazu finden Sie unter www.srk-luzern.ch oder unter Tel. 041 418 74 74 / info@srk-luzern.ch.

Spitex Hochdorf und Umgebung

Pflegerische und hauswirtschaftliche Leistungen

Die Spitex Hochdorf und Umgebung steht allen Menschen zur Verfügung, die zu Hause auf Unterstützung angewiesen sind.

Kontakt:

Spitex Hochdorf und Umgebung, Turbistrasse 25, 6280 Hochdorf

Tel. 041 914 10 70, spitex@spitex-hochdorf.ch, www.spitex-hochdorf.ch

Pflege im Ibenmoos

Gemeindeeigene Pflegeeinrichtung

Das Ibenmoos ist eine kleine Pflegeeinrichtung. Gerade deswegen bleibt genügend Zeit für eine individuelle und liebevolle Betreuung. Es sind auch Personen für ein Ferienbett herzlich willkommen.

Kontakt:

Marcel Villiger, Ibenmoos 1, 6277 Kleinwangen, Tel. 041 914 24 34, info@ibenmoo.ch, www.ibenmoos.ch

familiär
naturnah
umsorgt

Vielfältiges Vereinsangebot

Gemeinde Hohenrain

Das Vereinsleben in unserer Gemeinde ist vielfältig und bietet Gelegenheit, sich kulturell oder sportlich zu betätigen. Musik-, Gesangs- und Sportvereine heissen Seniorinnen und Senioren herzlich willkommen.

Gerne gibt Ihnen die Gemeindeverwaltung Auskunft über die Vereine:
Tel. 041 914 61 11, gemeinde@hohenrain.ch, www.hohenrain.ch