



## Kontakt

Gesundheitszentrum Unterengadin  
**CHÜRA - Pflege & Betreuung**  
Beratungsstelle  
Via dals Bogns 323  
7550 Scuol  
Telefon + 41 81 864 00 00  
beratungsstelle@cseb.ch  
www.cseb.ch  
www.alter-eb.ch

Pro Senectute  
Suot Plaz 7  
7542 Susch  
Telefon +41 81 864 03 02  
info@gr.prosenectute.ch  
www.gr.prosenectute.ch

Telefon- und Bürozeiten  
Montag - Freitag  
09.00 - 12.00 Uhr



## Übersicht der Angebote und Dienstleistungen der Beratungsstelle Chüra - Pflege & Betreuung für Pflegende Angehörige

## Beratungsstelle Chüra - Pflege & Betreuung

Für Fragen im Alters- und Pflegebereich ist die Beratungsstelle zuständig. Sie gibt Auskunft über die Dienste und Dienstleistungen der sozialen Einrichtungen, über die ambulanten und stationären Angebote sowie über deren Verfügbarkeit.

### Das Dienstleistungsangebot der Beratungsstelle umfasst:

- Informations- und Anlaufstelle für Fragen im Alters- und Pflegebereich
- Vermittlung von Entlastungsangeboten wie Betten für Pflegenotfälle sowie Tages-, Nacht- oder Ferienentlastung
- Koordination von professionellen und freiwilligen Helfenden
- Unterstützung bei der Gesundheitsförderung und der Prävention
- Unterstützungs- und Schulungsangebote für pflegende Angehörige
- Zusammenarbeit mit diversen Einrichtungen (Pro Senectute, Spitex, Alzheimervereinigung, etc.)

### Beratung

Bedürfnisse, Feststellung und eine Erstberatung stehen am Anfang jeder Betreuungstätigkeit. Nach einer ersten Abklärung werden die Kontakte zu den zuständigen Fachstellen hergestellt. In komplexen Situationen werden persönliche, individuelle Beratungen vor Ort angeboten.

### Case Management

Case Management kommt dort zur Anwendung, wo aufgrund einer komplexen Situation die Unterstützungsmöglichkeiten neu abgestimmt werden müssen. Case Management kann den pflegerischen oder sozialen Bereich sowie die Betreuung betreffen.

### Vermittlung Entlastungsangebote

Pflegende Angehörige brauchen manchmal eine Entlastung. Nur so können sie langfristig ihre Aufgabe erfüllen. Die Beratungsstelle vermittelt Entlastungsbetten in stationären Institutionen für Tages-, Nacht-, oder Ferienentlastung. In Krisensituationen kann ein Entlastungsbett für Pflegenotfälle organisiert werden. Zusätzlich koordiniert sie ein Netz von professionellen und freiwilligen Helfern.

### Prävention im Alter

Für Menschen ab dem Pensionsalter bietet die Beratungsstelle Unterstützung bei der Gesundheitsförderung und der Prävention an. Zum Angebot gehören:

- Präventive Hausbesuche
- Gesundheitschecks
- Wohnberatung

## Pflegende Angehörige Austauschtreffen

Die Betreuung eines kranken Angehörigen erfordert oft ein emotional und zeitlich intensives Engagement. Die Pflege kann Angehörige an die Grenzen ihrer Belastbarkeit bringen. Die Beratungsstelle vermittelt Unterstützungs- und Schulungsangebote. Die Beratungsstelle „Chüra“ des Center da sandà Engiadina Bassa und die Beratungsstelle der Pro Senectute bieten für pflegende Angehörige einen begleiteten Erfahrungsaustausch an. Neben dem persönlichen Erfahrungsaustausch, dient diese Plattform, auch zur Vernetzung, Informationsabgabe und Vorstellung von unterstützenden Dienstleistungen. Weitere Informationen sowie das Jahresprogramm erhalten Sie bei der Beratungsstelle Chüra und bei der Pro Senectute.

### Pflegefinanzierung im Allgemeinen

Die Beratungsstelle sowie die Pro Senectute stehen bei Fragen in der Pflegefinanzierung im Allgemeinen mit Rat und Tat zur Seite.

## Pro Senectute

Pro Senectute Graubünden ist eine Stiftung mit dem Ziel, die Selbständigkeit & Lebensqualität der älteren Menschen zu erhalten und zu fördern.

Diese sind **Ratgeber für** Alltag und Freizeitvorsorge, Finanzen und Gesundheit. Bieten **Dienstleistungen für** Beratung, Freizeit, Hilfen, Publikationen, Fachpersonen und Gemeinden/Organisationen.

## Informationsportal Alter Unterengadin

Auf dem Informationsportal Wegweiser Alter Unterengadin finden Sie hilfreiche, nützliche und relevante Auskünfte zum Thema Alter. Ebenso werden dort alle Veranstaltungen und aktuelle Informationen rund um das Alter präsentiert. Die Website informiert über folgende Themen:

- Wohnen
- Pflege & Betreuung
- Alltag & Lebensgestaltung
- Gesundheitsförderung
- Politik & Finanzen
- Information & Beratung
- Bildung & Arbeit
- Veranstaltungen