

# Entlastungs- und Begleitdienst

## Chur und Umgebung



**Graubündner  
Kantonalbank**

## **Entlastungs- und Begleitdienst für pflegende und betreuende Angehörige sowie alleinstehende ältere Menschen in Chur und Umgebung.**

Sie betreuen oder pflegen Ihren Ehepartner, Ihre Mutter oder Ihren Vater und Sie stoßen an Ihre Grenzen. Sie brauchen Erholungspausen, um diese Aufgabe bewältigen zu können. Der Entlastungs- und Begleitdienst entlastet Sie gerne vor Ort.

Sie leben allein daheim, in einer Alterswohnung oder im Altersheim. Sie haben keine Angehörigen mehr oder diese wohnen weit entfernt. Sie vermissen Kontakte und wären manchmal froh, unterstützt zu werden bei Erledigungen oder bei Aktivitäten. Der Entlastungs- und Begleitdienst besucht Sie.

Unsere Mitarbeitenden im Entlastungs- und Begleitdienst sind auf ihre Aufgabe vorbereitet und bringen viel Lebenserfahrung und Empathie mit. Der Dienst übernimmt keine pflegerischen und hauswirtschaftlichen Aufgaben. Er entlastet, betreut oder begleitet Sie regelmässig oder punktuell, soweit möglich immer durch die gleiche Betreuungsperson, auf Anfrage auch abends bis 23:00 Uhr oder an Wochenenden.

Vor dem ersten Einsatz bespricht die Koordinatorin des Entlastungs- und Begleitdienstes mit Ihnen die Situation und den gewünschten Aufgabenbereich sowie den zeitlichen Aufwand.

## **Kosten**

CHF 12.– pro Einsatzstunde, exkl. MWSt.

Abendeinsatz CHF 15.–/Std., Sonntagseinsatz CHF 18.–/Std.,  
exkl. MWSt.

Pro Einsatz wird mindestens eine Stunde in Rechnung gestellt.  
Die Wegpauschale ist rayonabhängig.

Für eine Bedarfsabklärung ohne anschliessenden Einsatz werden  
CHF 50.– verrechnet.

## **Auskunft**



Pro Senectute Graubünden  
Geschäftsstelle  
Margrit Barandun  
Koordinatorin Entlastungs- und Begleitdienst  
Alexanderstrasse 2, 7000 Chur  
081 300 35 35  
[info@gr.prosenectute.ch](mailto:info@gr.prosenectute.ch)

## Kontaktadressen

### Geschäftsstelle

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur  
081 300 35 35

### Beratungsstelle Chur/Nordbünden

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur  
081 300 35 20

### Beratungsstelle Surselva

Spitalstrasse 4, 7130 Ilanz  
081 300 35 40

### Beratungsstellen Mittelbünden

Neudorfstrasse 69, 7430 Thusis  
081 300 35 30

Promenade 43, 7270 Davos Platz 1  
081 300 35 34

### Beratungsstellen Südbünden

Via Retica 26, 7503 Samedan  
081 300 35 50

Sot Platz 7, 7542 Susch  
081 300 35 56

### Fachstelle Sport und Bewegung

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur

### Fachstelle Bildung und Kultur

081 300 35 10

**[info@gr.prosenectute.ch](mailto:info@gr.prosenectute.ch)**

**[www.gr.prosenectute.ch](http://www.gr.prosenectute.ch)**

Unser PC-Konto: 70-850-8

IBAN: CH59 0900 0000 7000 0850 8



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER