

## Dienste im Sensebezirk Kontaktpersonen (Adresse, Telefon, Mail)

<b>Spitex Sense</b> , Spitalstrasse 1, 1712 Tafers Tel. 026 419 95 55, info@spitexsense.ch	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Pro Senectute</b> , Passage du Cardinal 18, 1700 Freiburg Dienste+Soziales Tel. 026 347 12 40, info@fr.prosenectute.ch	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Verein zur Vermittlung von Hilfsdiensten VHD</b> VHD, Wünnewilstrasse 15, 3185 Schmitten, Tel.079 279 12 36, info@vhd-schmitten.org	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Netzwerk Sense</b> , bäuerliche und private Haushalthilfe Beatrix Tschannen, Beniwil 15, 1715 Alterswil, Tel. 079 247 33 39 (08:30 - 11:00), netzwerksense@outlook.com	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>"wier häufe"</b> Plaffeien und Umgebung, 1716 Plaffeien Bernadette Zbinden, Taneweier 26, 1719 Brünisried, Tel. 026 419 23 92, b.zbinden@rega-sense.ch Anna Thalman, Kapellenstrasse 14, 1716 Plaffeien, Tel. 026 419 23 67, anna.thalman@bluemail.ch	<b>Sense-Oberland</b>
<b>"Düdingen helfen Düdingern" // Fachstelle Alter Düdingen</b> Silvia Spycher, Tel. 079 789 29 40, spycher.rs@hotmail.de // Irene Roggo, Tel. 026 492 74 73, irene.roggo@duedingen.ch	<b>nur Gemeinde Düdingen</b>
<b>Dienste für Senioren Sensebezirk</b> Monika Gyger Brühlhart, Dorfstrasse 22, 3184 Wünnewil, Tel. 026 496 06 03, dienstefuersenioren@bluewin.ch	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>PassePartout Sense</b> , Schlossmatt 2, 3185 Schmitten (Haus SSB) Tel. 026 494 31 71	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Freiburgisches Rotes Kreuz</b> , Rue G. Techtermann 2, 1701 Freiburg Tel. 026 347 39 40, info@croix-rouge-fr.ch	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Home Instead, Seniorenbetreuung</b> (privat, von Krankenkasse anerkannt) Rue Petit-Moncor 14, 1752 Villars-sur-Glâne, Tel. 026 350 60 10, info@homeinstead.ch	<b>für alle Gemeinden</b>
<b>Mittagstisch +/- täglich</b> in den Heimen Düdingen, Schmitten, Flamatt, Bösing, Tafers (Diäten), Oberschrot, Giffers, Heitenried, Gasthof St. Jakob Wünnewil	
<b>Mahlzeitendienst: Unterland:</b> Spitex; <b>Mittelland:</b> Spitex & PflHeim Tafers (026 494 45 30), Heim Heitenried (026 495 16 44) <b>Oberland</b> durch APH Plaffeien (026 419 21 12) und APH Giffers (026 419 25 85), mit eigenem Fahrdienst	
<b>Vinzenzverein</b> in den Pfarreien: Unterstützung von Bedürftigen, zum Teil Fahrdienste	
<b>Stiftung St. Wolfgang:</b> Mahlzeiten, Mittagstische, Tagesheim. Tel. 026 492 69 10, info@stwolfgang.ch	
<b>Samariterverein</b> in fast allen Gemeinden: Nothilfe-, Reanimations- und Pflegekurse, Sanitätsposten an Anlässen	
<b>WABE Deutschfreiburg</b> , Wachen und Begleiten von Kranken und Sterbenden Tel. 026 494 01 40	
<b>Ambulanz Tel. 144; Notfallarzt: Tel. 026 418 35 35; Notfall Spital Tafers: Tel. 026 306 60 00</b>	
Für Fragen verschiedenster Anliegen: <b>Freiburg für alle</b> (FfA), Tel. 0848 246 246, freiburgfueralle@fr.ch	
Für Fragen zu Alzheimer: <b>Schweizerische Alzheimervereinigung Freiburg</b> , Tel. 026 402 42 42, info.fr@alz.ch, www.alz.ch	
Für Fragen zu Schwerhörigkeit: <b>Organisation Pro Audito</b> , info@pro-audito.ch, www.pro-audito.ch	
Für jene die Angehörige pflegen: <b>paf Pflegende Angehörige Freiburg</b> , Tel. 079 708 79 30, info@pa-f.ch, www.pa-f.ch	
24-Std Betreuung, Hilfe und Pflege: <b>Spitex Stadt und Land Freiburg</b> (privat, v. Krankenkasse anerkannt) Tel. 026 322 21 21, www.homecare.ch	
BehindertenHilfsmittel (Rollstühle usw.) <b>trendreha Wünnewil</b> Tel. 026 497 92 10, www.trendreha.ch	



## Dienste im Sensebezirk für Rentner, Kranke und alle Leute...

Im Sensebezirk sind viele Vereine und Organisationen tätig, welche Dienste leisten für Kranke, Betagte, Behinderte, aber auch für alle Leute, welche diese Hilfe benötigen. Die meisten Dienste sind ausführlich unter [www.gesundheitsnetz-sense.ch](http://www.gesundheitsnetz-sense.ch) aufgelistet, bald auch die neue Koordinationsstelle.

2020

Leute ohne Internet wissen oft nicht, wo sie diese Informationen finden. Deshalb haben wir 2013 dieses Übersichtsblatt erarbeitet, welches zeigt, wer wo welche Leistungen erbringt und über welche Adresse diese vermittelt werden.

Auf vielseitigen Wunsch wurde diese revidierte Neuauflage gedruckt, zudem ins Internet gestellt.

## Rentnervereinigung des Sensebezirks

### Verhalten bei Herznotfall

siehe Video unter [www.ffr-frv.ch/news\\_d.htm](http://www.ffr-frv.ch/news_d.htm) und Google: youtubeHerzmassage durch Laien



Wenn jemand zusammenbricht und nicht mehr atmet, kommt es zum Herzstillstand. **Sofort Nr. 144** anrufen, melden, zuhören, handeln: **sofort Herzmassage:** Auf harter Unterlage mit beiden Händen den Brustkorb in der Mitte zwischen den Brustwarzen **110 x pro Minute 5-6 cm tief drücken** und loslassen. Keine Mundbeatmung. Herzmassage machen bis die Retter mit dem Defibrillator da sind. Jede Minute zählt! Ohne Blutzufuhr durch Herzmassage tritt schon nach 10 Minuten ein schwerer, bleibender Hirnschaden ein.

**Man kann nichts falsch machen. Nur nichts tun ist falsch!**

Organisation	Spitex Sense	Pro Senectute Freiburg	Hilfsdienste Schmitzen VHD	Netzwerk Sense	"wier häufe" Plaffeien & Umg.	Düdingen helfen Düdingern	Dienste f. Sen. Sensebezirk	PassePartout Sense	Freiburgisches Rotes Kreuz	Home Instead Seniorenbetreuung
<b>Kontakt-Telefon</b>	026 419 95 55	026 347 12 40	079 279 12 36	079 247 33 39 (08:00 - 11:00)	026 419 23 92 026 419 23 67	026 493 22 31	026 496 06 03	026 494 31 71	026 347 39 40	026 350 60 10
<b>Aktiv in den Gemeinden</b>	ganzer Sensebezirk	ganzer Kanton FR	ganzer Sensebezirk	ganzer Sensebezirk	Oberland	Düdingen	ganzer Sensebezirk	ganzer Sensebezirk	ganzer Kanton FR	ganzer Kanton FR
<b>Dienstleistungen</b> (Angaben der Anbieter)										
Behandlungspflege: Medi, Inj, BZ, Verbände	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Grundpflege: Aufstehen, Waschen, WC, zu Bett	ja	nein	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	24/24 Std.
Haushalthilfe, Alltagsarbeiten	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja
Haushalt alles, Grossputz	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja
Wäsche zu Hause oder auswärts	ja	nein	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja
Gartenarbeiten, Rasen mähen, Gräber usw.	nein	nein	ja	ja	ja	ja	nein	nein	nein	möglich
Einkäufe, Besorgungen	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja
Mahlzeitendienst (auch durch Pflegeheime)	ja	nein	Kochen	Kochen	Kochen	nein	nein	nein	Kochen	Kochen
Mittagstisch (vor allem in Pflegeheimen!)	nein	nein	nein	nein	nein	möglich	nein	nein	nein	nein
Begleitung ausser Haus, Spazieren	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja
"Hüten" zu Hause tags	nein	nein	24/24 Std.	möglich	möglich	ja	möglich	nein	ja	24/24 Std.
Nachtwache	nein	nein	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja
Fahrdienst mit PW (Faltrollstuhl)	nein	nein	ja	möglich	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Fahrdienst für grossen Rollstuhl	nein	nein	alle Gemeinden	nein	nein	nein	alle Gemeinden	alle Gemeinden	alle Gemeinden	möglich
<b>Reservation über <a href="http://www.sensemobil.ch">www.sensemobil.ch</a></b>	nein	nein	ja	nein	nein	nein	nein	ja	ja	nein
Zahlungen, Korrespondenz	nein	ja	ja	nein	ja	nein	nein	nein	nein	ja
Steuerdeklaration, Ämter, Behörden	nein	ja	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein
Beratung Finanzen, Soziales, AHV, EL	nein	ja	ja	nein	nein	nein	nein	nein	ja	ja
Rechtsfragen, Testament, Vorsorgeauftr., Pat. Verfüg.	nein	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja	nein
Krankensmobilen	nein	ja	ja	nein	nein	nein	nein	nein	ja	ja
Personennotruf	ja	nein	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja	nein

**möglich** = Die Leistung wird in Absprache erbracht oder an eine andere Organisation vermittelt.

[www.gesundheitsnetz-sense.ch](http://www.gesundheitsnetz-sense.ch) orientiert ausführlich über diese und weitere Hilfsorganisationen sowie Amtsstellen.

**Koordinationsstelle für Altersfragen:** Tel. 026 494 45 45 (Mo-Fr 08.30-11.30), [info@gesundheitsnetz-sense.ch](mailto:info@gesundheitsnetz-sense.ch)

**Ambulanz Tel. 144; Notfallarzt: Tel. 026 418 35 35; Notfall Spital Tfers: Tel. 026 306 60 00**

**Polizei Tel. 117; Feuerwehr Tel. 118; Hausarztpraxis Tel. \_\_\_\_\_**



Rentnervereinigung  
des Sensebezirks

werdet Mitglied! [www.ffr-frv.ch](http://www.ffr-frv.ch)

