Informationen für **Seniorinnen und Senioren**

GemeindeGams
ES LOHNT SICH

Gültig ab 1. Januar 2023

Notrufe

Feuerwehr	118
Ambulanz	144
Polizei	117

Ärzte in Gams

Ärztezentrum	081 771 22 44
Dr. Bietenhard	081 771 16 48

Zahnärzte in Gams

Dr. Fietz	081 740 64 15
Dr. Hammad	081 771 48 47

Was	Wer	Telefon	E-Mail	Homepage	Bemerkungen
AHV, Ergänzungsleistungen	AHV-Zweigstelle Gams	058 228 23 50	einwohneramt@gams.ch	www.gams.ch	
Alterswohnungen «Bütz»	Gemeindeverwaltung Gams Hof 1, 9473 Gams	058 228 23 50	gemeinde@gams.ch	www.gams.ch	Behindertengerechtes, neues Zuhause für ältere Menschen
Ärztlicher Notfalldienst		0800 740 742		www.aerzte-sg.ch	Ärztlicher Notfalldienst, bei Abwesenheit des Hausarztes
Bauberatung	Procap Sarganserland-Werdenberg	081 723 61 71	sarganserland-werdenberg@procap.ch jolanda.kohler@procap.ch	www.procap-sw.ch	kompetente Bauberatung für hindernissfreie Bauten
Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden sowie deren Angehörigen	Hospizgruppe Waltraud Eggenberger Gertrud Weber-Christen	079 627 53 13	hospizgruppe.werdenberg@diakonieverein.ch	www.diakonieverein.ch	Stundenweise Entlastung von Angehörigen (Tag und Nacht)
Diabetesberatung Ernährungsberatung Fusspflege für Diabetiker	diabetesostschweiz Zentrum Neuhof c/o Fusspflege-Praxis Ursula Baumgartner Wiedenstrasse 52, 9470 Buchs	071 223 67 67 und 081 772 52 58	info@diabetesostschweiz.ch und diabetesberatung.grabs@srrws.ch	www.diabetesostschweiz.ch und www.srrws.ch	Mit ärztlicher Verordnung werden alle Leistungen von der Krankenkasse übernommen. Termine nur nach Vereinbarung.
Fahrdienst Rotes Kreuz	Fahrdienstvermittlung Werdenberg-Sarganserland	081 756 45 15	claudia.stein@srk-sg.ch	www.srk-sg.ch/regionalstelle werdenberg-sarganserland	Fahrten zum Arzt, Spital, Kuraufenthalt, Therapie etc.
Fahrdienst TIXI	Tixi Sarganserland-Werdenberg Tüfiweg 8, 9477 Trübbach	081 735 19 60		www.tixi-sarganserland-werdenberg.ch	TIXI fährt alle Menschen, die mobilitätsbehindert sind, auch mit Rollstuhl
Hilfe und Betreuung zu Hause Information und Beratung Kurse und Gruppenaktivitäten Infostelle Demenz Coaching für Angehörige	Pro Senectute Bahnhofstrasse 29, 9470 Buchs	058 750 09 00	rws@sg.prosenectute.ch	www.sg.prosenectute.ch	Für Senioren und ihre Angehörigen: Finanzielle Hilfen, private Hilfe regeln, Treuhanddienst, Steuererkl rungsdienst, Haushilfedienst, Kurse, PC-Service, Gymnastik-Gruppen, Wandergruppe, Ausflüge, Beratung zu Vorsorgeinstrumenten
Hilfe und Pflege zu Hause	Spitex Grabs-Gams Staatsstrasse 59, 9472 Grabs	081 771 32 54	pflege@spitex-grabs-gams.ch	www.spitex-grabs-gams.ch	Krankenpflege, Hauspflege, Palliative Care, Dementia Care und sozialpsychiatrische Pflege
Information und Beratung	Stiftung MINTEGRA	081 756 51 47	info@mintegra.ch	www.mintegra.ch	Sozialdienst für Fremdsprachige Regionale Fachstelle Integration
Kirchliche Altersarbeit evangelisch	John Bachmann, Pfarrer Ute Grommes, Diakonin	081 750 30 52 081 534 64 78	john.bachmann@ekgg.ch ute.grommes@ekgg.ch	www.ekgg.ch	Ökumene Gams
Kirchliche Altersarbeit katholisch	Katholisches Pfarramt Erich Guntli, Pfarrer Petra Oehninger, Seelsorgerin Carolin Brändle, Seelsorgerin	081 771 11 44 081 750 60 50 081 771 67 75 081 740 65 08	pfarramt@gams.ch e.guntli@kathbuchs.ch petra.oehninger@kathwerdenberg.ch carolin.braendle@kathwerdenberg.ch	www.kathwerdenberg.ch/gams	
Mahlzeitendienst	Spitex Grabs-Gams Staatsstrasse 59, 9472 Grabs	081 771 32 54	info@spitex-grabs-gams.ch	www.spitex-grabs-gams.ch	Tägliche Lieferung von Mittagessen ins Haus zwischen 11.00 und 12.30 Uhr.
Menschen mit Demenz Fach- und Beratungsstelle Tagesstätte, Pflegewohngruppe	Zentrum Wiitsicht 9472 Grabs 9477 Trübbach	081 771 50 01	margrit.raimann@wiitsicht.ch	www.wiitsicht.ch	– Tagesstätte für Menschen mit Demenz – Pflegewohngruppe – Fachstelle für Angehörigentreffen
Psychiatrie-Zentrum Werdenberg-Sarganserland	Alterspsychiatrischer Dienst	058 178 72 00	sargans@psych.ch	www.psych.ch	Ambulatorium und Tagesklinik
Seniorenforum Werdenberg	Heiner Schlegel	079 128 10 32	info@seniorenforum-werdenberg.ch	www.seniorenforum-werdenberg.ch	Schulhausstrasse 20, 9470 Buchs
Stationäre Pflege und Betreuung – Langzeitpflege – Übergangspflege – Hospiz – Wohngruppe (Demenz) – Ferien / Nacherholung	Pflege und Hospiz im Werdenberg Marhaldenstrasse 3, 9472 Grabs	081 772 24 24	info@pflegeheim-werdenberg.ch	www.pflegeheim-werdenberg.ch	– Kompetenz-Zentrum für mittel- und schwerstpflegebedürftige Menschen – Hospiz Pflege und Betreuung
Testament, Ehe- und Erbverträge	Amtsnotariat Buchs	058 229 76 91	info.anbu@sg.ch	www.afhn.sg.ch	
Wanderungen in Gams und Umgebung	Paul Knupp	079 223 73 61 081 771 10 19	knupphaslen@bluewin.ch	www.sg-wanderwege.ch (regional)	Jeden 3. Mittwoch im Monat (Frühling bis Herbst) bei Interesse kann bei Paul Knupp die E-Mail Adresse hinterlegt werden für die Verteilerliste
Wohnen und Pflege im Alter – Langzeitaufenthalt – Kurzzeitaufenthalt – Tages- und Nachtaufenthalte – Betreuung für Menschen mit Demenz	Alterswohnheim «Möösli»	081 771 11 32	alterswohnheim@gams.ch	www.gams.ch	– Kompetenzzentrum für Pflege und Aufenthalt – Kurzzeitaufenthalt – Mittagstisch für Senioren – Pflege