

Newsletter

Pro Senectute Graubünden

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



 Newsletter vorlesen

[A la newsletter rumantscha](#)

[Al newsletter in italiano](#)

Lieber Herr Mustermann

Einsamkeit betrifft mehr Seniorinnen und Senioren, als wir denken. Auch in Ihrer Nähe leiden viele Menschen darunter. Und doch bleibt diese stille Begleiterin oft unbemerkt und unbeachtet. Mit niederschweligen Angeboten wie Entlastungs- und Begleitdiensten setzt sich Pro Senectute Graubünden dafür ein, ältere Menschen in ihrem Zuhause zu unterstützen.

Auch unser vielfältiges Kurs- und Veranstaltungsangebot trägt dazu bei, dass Seniorinnen und Senioren regelmässig miteinander in Kontakt kommen – sei es beim [Gedächtnistraining](#) in Ilanz oder bei unserer exklusiven [Disco 60+](#) in Chur.

Herzliche Grüsse

Claudio Senn Meili
lic. phil. I | Geschäftsleiter



Seit 1917

Für ältere Menschen da

Seit über 100 Jahren unterstützt Pro Senectute Graubünden ältere Menschen in ihrem Alltag, damit sie möglichst lange selbstbestimmt in ihrem Daheim leben können.

- Wir beraten in jeder Situation, kostenlos und kompetent.
- Wir helfen in finanzieller Notlage schnell und unkompliziert.
- Wir bieten Entlastungs- und Begleitdienste im Alltag.
- Wir unterstützen dabei, soziale Kontakte zu pflegen.

Mehr erfahren

Wir engagieren uns für das Wohl der älteren Bevölkerung im Kanton Graubünden.

Unterstützen Sie uns dabei!

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen



Tag der älteren Menschen

1. Oktober

Dieses Jahr feiern wir den Internationalen Tag der älteren Menschen mit einem besonderen Anlass: In Valchava eröffnen wir am 1. Oktober feierlich die neue Beratungsstelle **«Cussagliaziun Val Müstair»**, die im Auftrag der Gemeinde Val Müstair und in Zusammenarbeit mit Alzheimer Graubünden geführt wird.

Um 15.00 Uhr starten unsere Kurzworkshops zu «Sicher im/ins Alter» (Muglins 37 / Bibliothek), bevor wir Sie ab 17.00 Uhr im Gemeindesaal Valchava herzlich zum Eröffnungs-*Apéro* begrüßen.

Anmeldungen unter
valmuestair@gr.prosenectute.ch oder 081 300 35
50.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Disco 60+

Schlager-Spezial

Freuen Sie sich auf einen unvergesslichen
Nachmittag voller Tanz, Musik und guter Laune!
Bei der nächsten Disco 60+ in **Chur** dreht sich
alles um die grössten Schlager-Hits – exklusiv für
Seniorinnen und Senioren.

Freitag, 3. Oktober
14.00 – 17.00 Uhr

In den Räumlichkeiten von **Home of Dance** an
der Kalchbühlstrasse 12 in **Chur**.

Kommen Sie vorbei, tanzen Sie und geniessen Sie
die schönsten Melodien vergangener Zeiten!

[Mehr erfahren](#)



Inputreferate & Podiumsdiskussion

«Sterben zu Hause»

Für betreuende und pflegende Angehörige,
Fachleute sowie Interessierte.

Donnerstag, 30. Oktober
17.30 – 19.30 Uhr

Im Alterszentrum Du Lac in **St. Moritz**.

[Mehr erfahren](#)



Freizeit

Freie Kursplätze

Sichern Sie sich jetzt noch einen der freien Plätze in unseren Herbstkursen.

Strukturistisches Malen in Andeer

6 x ab Samstag, 27. September, Anmeldeschluss 17. September

Englisch Basis A1 Folgekurs in Ilanz

11 x ab Mittwoch, 1. Oktober, Anmeldeschluss 22. September

Yoga auf dem Stuhl in Domat/Ems

8 x ab Dienstag, 14. Oktober, Anmeldeschluss 4. Oktober

Karten falten und prägen in Chur

2 x ab Dienstag, 21. Oktober, Anmeldeschluss 12. Oktober

Jassen mit Mirjam in Chur

4 x ab Mittwoch, 22. Oktober, Anmeldeschluss 12. Oktober

Sicher stehen - sicher gehen Folgekurs in Klosters

8 x ab Montag, 22. Oktober, Anmeldeschluss 12. Oktober

Ganzheitliches Gedächtnistraining in Ilanz

4 x ab Donnerstag, 23. Oktober, Anmeldeschluss 13. Oktober

Am Puls des ÖV in Chur

Donnerstag, 30. Oktober, Anmeldeschluss 20. Oktober

[Jetzt anmelden](#)



**Graubündner
Kantonalbank**

Impulsreferat

Vorsorgen und Erben

GKB-Fachspezialisten erklären die Grundlagen des Güter- und Erbrechts sowie die Immobilienabtretung. Im Anschluss lädt die GKB zu einem Apéro ein.

**Donnerstag, 25. September
16.00 – 18.30 Uhr**

Im GKB Auditorium in **Chur**.

[Jetzt anmelden](#)



Wissen Sie, wo man ein Testament aufbewahren kann?

Grundsätzlich können Sie selbst entscheiden, wo Sie Ihr Testament aufbewahren möchten. Damit es nach Ihrem Tod jedoch auch gefunden und berücksichtigt wird, ist ein sicherer und zugänglicher Aufbewahrungsort entscheidend. Ein eigenhändig geschriebenes Testament können Sie:

- zu Hause aufbewahren,
- einer Vertrauensperson übergeben,
- bei einem Notar oder Anwalt hinterlegen,
- bei Ihrer Bank deponieren oder
- bei der zuständigen kantonalen Amtsstelle offiziell hinterlegen.

Die letzte Möglichkeit gilt als sicherste Lösung der Aufbewahrung, da es umgehend gefunden und nicht verändert oder vernichtet werden kann.

Die Kantone sind gesetzlich verpflichtet, eine Stelle zu unterhalten, welche Testamente und Erbverträge aufbewahrt. In Graubünden befindet sich dieses Stelle seit 2011 bei Ihrer Gemeinde.

[Mehr zum Thema Testament](#)

Pro Senectute Graubünden

Geschäftsstelle
Alexanderstrasse 2



7000 Chur



Tel. 081 300 35 35

info@gr.prosenectute.ch

www.gr.prosenectute.ch

[Datenschutzerklärung](#)

[Newsletter abmelden](#)

[Profil editieren](#)