

Offre durant le Covid-19

Consultation téléphonique gratuite

Pour les personnes âgées et/ou leurs proches
Lundi – vendredi de 08.00–17.00 heures

Infoline nationale

Téléphone 058 591 15 15

Pro Senectute canton de Berne

Téléphone 031 924 11 00

Pro Senectute région Berne

Téléphone 031 359 03 03

Pro Senectute Oberland bernois

Téléphone 033 226 60 60

Pro Senectute région Biel/Bienne-Seeland

Téléphone 032 328 31 11

Pro Senectute Emmental Oberaargau

Langenthal

Téléphone 062 916 80 90

Burgdorf

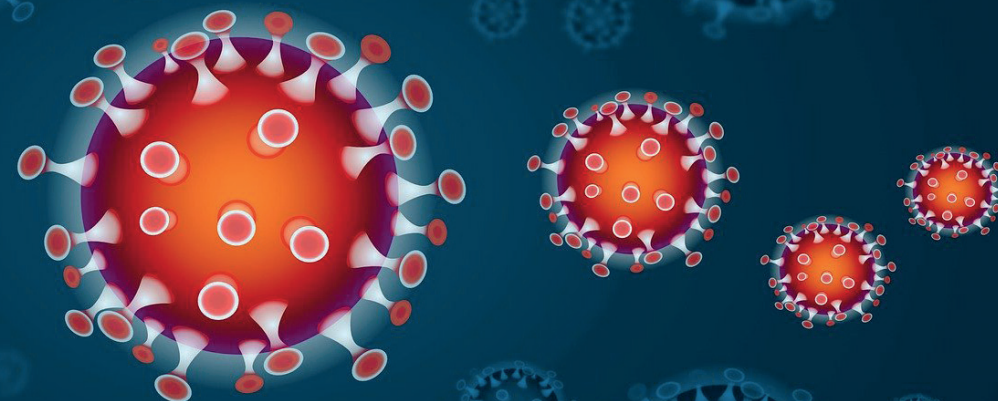
Téléphone 034 420 16 50

Konolfingen

Téléphone 031 790 00 10

Cette brochure vous a été offerte par
© Pro Senectute canton de Berne

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE



Le Corona change la vie quotidienne des personnes âgées à domicile

Aujourd'hui plus que jamais, il est important que vous sachiez ce que vous pouvez entreprendre chez vous pour vous maintenir en bonne santé en cette période difficile et comment vous pouvez gérer votre vie quotidienne. Nous sommes heureux de pouvoir vous fournir des informations et des réponses à vos questions. N'hésitez pas à nous contacter.

Nos offres actuelles

AMIGOS – Service d’achats par des bénévoles

Profitez du service gratuit de livraison à domicile de Migros et Pro Senectute sur www.amigos.ch ou par téléphone au **0800 585 887**.

Chaîne téléphonique

Le contact avec les autres vous manque? Une chaîne téléphonique vous aide à entretenir des contacts sociaux.

Conseil social

Nous vous conseillons, vos proches et vous, à propos de différents sujets et situations de vie.

Santé

Conseils pour la vie quotidienne, les exercices physiques à la maison et le maintien des liens sociaux.

Service des repas

Commandez des menus sains et savoureux livrés à votre domicile.

Service d’aide administrative et de déclaration d’impôts

Laissez-nous vous aider à remplir votre déclaration d’impôts et à régler vos tâches administratives.

Vous trouverez de plus amples informations sur nos offres sous www.be.prosenectute.ch

Service gratuit de conseil-santé par téléphone

Pour les personnes âgées et/ou pour leurs proches à propos de la pandémie de coronavirus/COVID 19 et ses conséquences néfastes

Thèmes

- Promouvoir l’activité physique à domicile
- Organiser la structure de la journée à la maison
- Solitude / inquiétudes / craintes
- Détente / sommeil
- Une alimentation saine dans les phases difficiles
- Remèdes maison
- Directives anticipées en période de coronavirus

Les infirmières de Vieillir en forme (ZiA) disposent d’une expertise spécialisée en matière de promotion de la santé et de prévention. Les consultations et les conseils de Vieillir en forme sont pratiques et liés à la vie quotidienne. L’un des principaux atouts est sa grande expérience acquise auprès d’une grande variété de personnes dans différentes situations de vie.

PRO SENECTUTE

Vieillir en forme