

## Freizeit, Bildung und Sport

### Kulturelle und gesellige Anlässe

#### Kriens 6oplus Senioren-Angebote der kath. Kirche Kriens

Wanderungen, Wanderwoche, Mittagstisch, Zischtig-Jass, Ausflüge, Seniorennachmittage.

Auskünfte / Programme **041 329 10 05**

#### Senioren-Angebote der ref. Kirche Kriens

Seniorenangebote im Kirchenzentrum: Mittagstisch, Senioren-Café, Aktivitäten, Ausflüge, Seniorenferien, Heimgottesdienste.

Auskünfte / Programme: [www.ref.kriens.ch](http://www.ref.kriens.ch) **041 310 64 63**

### Bildung und Sport

#### Pro Senectute Kanton Luzern

Bildungsangebote: Sprachen, Computer, Exkursionen, Natur, Kochen, Philosophie, Gehirntraining, Schreiben, Gesundheitsförderung usw.

Sportangebote: Turnen, Wasserfitness, Wandern, Velotouren, Nordic Walking, Volks- und Kreistänze, Curling, Tennis, Pilates, Ferienwochen usw.

[bildung.sport@lu.prosenectute.ch](mailto:bildung.sport@lu.prosenectute.ch), [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) **041 226 11 99**

### Seniorenuniversität – Aktiv dabei sein!

#### Seniorenuniversität Luzern

Vielfältige Bildungsangebote aus zahlreichen Wissensbereichen in Form von Vorträgen, Seminaren, Kursen und kulturellen Exkursionen.

Auskünfte, Programme und Anmeldung:

Sekretariat Seniorenuniversität Luzern, Schweizerhofquai 2, 6004 Luzern  
[info@sen-uni-lu.ch](mailto:info@sen-uni-lu.ch), [www.sen-uni-lu.ch](http://www.sen-uni-lu.ch) **041 410 22 71**

### Vermittlung von Freiwilligenarbeit

#### Pro Senectute Kanton Luzern

Sie steigern Ihre eigene Lebensqualität: Nutzen Sie Ihre freie Zeit in einem selbst bestimmten Umfang für eine sinnvolle Tätigkeit. Wir finden mit Ihnen gemeinsam die passende Lösung für Ihr Engagement als Freiwillige/r.

Vermittlung von Freiwilligenarbeit, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern  
[info@lu.prosenectute.ch](mailto:info@lu.prosenectute.ch), [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) **041 210 53 70**

#### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Luzern

Die Rotkreuz-Freiwilligenarbeit bietet diverse Einsatzmöglichkeiten wie Fahrdienst, Besuchsdienst oder Integration.

SRK Kanton Luzern, Maihofstrasse 95c, 6002 Luzern  
[info@srk-luzern.ch](mailto:info@srk-luzern.ch), [www.srk-luzern.ch](http://www.srk-luzern.ch) **041 418 74 74**

### Freiwilligenarbeit in Kriens

#### Sozialdienst Pfarrei Bruder Klaus

Alpenstrasse 20, 6010 Kriens  
[sozialdienstbruderklaus@kath-kriens.ch](mailto:sozialdienstbruderklaus@kath-kriens.ch), [www.kath-kriens.ch](http://www.kath-kriens.ch) **041 317 30 10**

#### Ref. Kirche Kriens

Horwerstrasse 23, 6010 Kriens  
[monika.seehafer@reflu.ch](mailto:monika.seehafer@reflu.ch), [www.refkriens.ch](http://www.refkriens.ch) **041 310 64 63**

### Nothilfekurse

#### Samariter Kriens-Horw

Nothilfekurse (obligatorisch für Autoprüfung), Kurs Reanimation (Herz-Lungen-Wiederbelebung), Notfälle bei Kleinkindern, individuelle Kurse für Firmen und Vereine.

Kontakt: Samariter Shop Kriens-Horw, 041 555 60 10,  
[kursadmin@samariter-kriens-horw.ch](mailto:kursadmin@samariter-kriens-horw.ch), [www.samariter-kriens-horw.ch](http://www.samariter-kriens-horw.ch)

In diesem Verzeichnis sind ausschliesslich Non-Profit-Organisationen aufgeführt.

## Kinder

### Mütter- und Väterberatung

#### Spitex Kriens

Die kostenlosen Beratungen richten sich an Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern von 0 bis 5 Jahren. Es können Fragen zum Stillen, zur Ernährung, Pflege, Gesunderhaltung und Erziehung beantwortet werden, situationsgerechte Lösungen gesucht und bei Bedarf andere Fachstellen empfohlen werden.

Das Angebot umfasst Telefonsprechstunden, Mailberatung sowie Beratungen mit und ohne Voranmeldung in der Beratungsstelle im Lindenspark, Schachenstrasse 9 in Kriens.

[muetterberatung@spitex-kriens.ch](mailto:muetterberatung@spitex-kriens.ch)  
Genauere Daten unter [www.spitex-kriens.ch](http://www.spitex-kriens.ch) > Mütterberatung **041 319 39 32**

### Kinderspitex Zentralschweiz

#### Kinderspitex

Die Kinderspitex Zentralschweiz pflegt Kinder und Jugendliche in akuten, chronischen und palliativen Situationen zu Hause. Sie arbeitet eng mit Kinderspitälern, -ärztinnen/ -ärzten sowie Fachorganisationen zusammen.

[info@kispex.ch](mailto:info@kispex.ch), [www.kispex.ch](http://www.kispex.ch) **041 970 06 50**

### Vermittlung für Kinderbetreuung

#### Tagesfamilien Kriens

Abklärung, Vermittlung und Begleitung von Tagesplätzen für Kinder aller Altersstufen, familiäre Betreuung und individuelle vertragliche Regelung.

Tagesfamilien Kriens, Amlehnhalde 17a, 6010 Kriens  
[kontakt@tagesfamilien-kriens.ch](mailto:kontakt@tagesfamilien-kriens.ch), [www.tagesfamilien-kriens.ch](http://www.tagesfamilien-kriens.ch) **079 485 35 72**

#### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Luzern

Die Rotkreuz-Kinderbetreuung zu Hause (Rotkäppchen) übernimmt Betreuungsaufgaben bei Krankheit, Notfällen, Überlastungssituationen oder Homeoffice. Kinder von 0–12 Jahren. Einsätze durch qualifizierte Rotkreuz-Mitarbeiterinnen.

SRK Kanton Luzern, Maihofstrasse 95c, 6002 Luzern  
[kinderbetreuung@srk-luzern.ch](mailto:kinderbetreuung@srk-luzern.ch), [www.srk-luzern.ch](http://www.srk-luzern.ch) **041 418 74 24**

## Senioren

### Mahlzeitendienst

#### Pro Senectute Kanton Luzern, Hilfen zu Hause, Mahlzeitendienst

Persönliche und zuverlässige Hauslieferung von ausgewogenen Mahlzeiten für mehr Lebensqualität an 365 Tagen im Jahr.

Mo–Fr 08.00–11.00 Uhr, 14.00–16.00 Uhr, [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) **041 360 07 70**

### Treuhanddienst für Menschen ab 60

#### Pro Senectute Kanton Luzern

Individuelle, diskrete und kompetente Unterstützung bei der Erledigung Ihrer administrativen und finanziellen Belange.

[treuhand@lu.prosenectute.ch](mailto:treuhand@lu.prosenectute.ch), [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) **041 226 19 70**

### AHV-Zweigstelle

#### Stadt Kriens

Auskunfts-, Beratungs- und Anmeldestelle im Sozialversicherungsbereich (AHV/IV-Renten, Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung, Hilflosenentschädigung, Geburts- und Kinderzulagen usw.)

AHV-Zweigstelle Kriens, Stadtplatz 1, 6010 Kriens, [ahv@kriens.ch](mailto:ahv@kriens.ch) **041 329 62 02**

### Wohnen im Alter / Wohnen mit Handicap

#### Stadt Kriens

Wohnungen Hofmatt, Wohnen mit Dienstleistungen im Lindenspark und Schweighof.

Anmeldungen unter: KIG Krienser Infostelle Gesundheit,  
Schachenstr. 9, 6010 Kriens, [info@kig-kriens.ch](mailto:info@kig-kriens.ch), [www.kig-kriens.ch](http://www.kig-kriens.ch) **041 329 19 90**

## Beratungen

#### Stadt Kriens

Sozialdepartement, Postfach, 6011 Kriens **041 329 63 60**

#### Sozialdienste der katholischen Kirche

Sozialdienst Pfarrei St. Gallus, Kirchrainweg 5, 6010 Kriens **041 329 10 05**  
Sozialdienst Pfarrei St. Franziskus, Hackenrainstrasse 2, 6010 Kriens **041 329 81 85**  
Sozialdienst Pfarrei Bruder Klaus, Alpenstrasse 20, 6010 Kriens **041 317 30 10**

[www.kath-kriens.ch](http://www.kath-kriens.ch)

#### Reformierte Kirche Kriens

Sozialberatung und Diakoniestelle, Horwerstrasse 23, 6010 Kriens  
[monika.seehafer@reflu.ch](mailto:monika.seehafer@reflu.ch), [www.refkriens.ch](http://www.refkriens.ch) **041 310 64 63**

Sozialberatung der reformierten Kirche Luzern, Morgartenstrasse 16, 6003 Luzern  
[sozialberatung@reflu.ch](mailto:sozialberatung@reflu.ch), [www.refluzern.ch](http://www.refluzern.ch) **041 227 83 34**

#### Pro Infirmis Luzern, Ob- und Nidwalden

Umfassende, kostenlose Beratung, Information und finanzielle Unterstützung rund um das Thema Behinderung. Für Betroffene (0 bis 65 Jahre) mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung, Langzeiterkrankung oder psychischer Erkrankung. Auch für Fachpersonen und Angehörige.

Kantonale Geschäftsstelle Luzern, Ob- und Nidwalden  
Zentralstrasse 18, 6003 Luzern  
[luownw@proinfirmis.ch](mailto:luownw@proinfirmis.ch), [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch) **058 775 12 12**

#### KLICK – Fachstelle Sucht Region Luzern - Sucht im legalen Bereich

Beratung, Begleitung, Therapie in den Themen Alkohol, digitale Medien, Glücksspiel, Gamen, Sex/ Pornografie, Medikamente, Tabak, Kaufen.

KLICK Fachstelle Sucht Region Luzern, Obergrundstrasse 49, 6003 Luzern  
[info@klick-luzern.ch](mailto:info@klick-luzern.ch), [www.klick-luzern.ch](http://www.klick-luzern.ch) **041 249 30 60**

#### Krebsliga Zentralschweiz

Beratung und Unterstützung für Betroffene und Angehörige.

Löwenstrasse 3, 6004 Luzern, [info@krebssliga.info](mailto:info@krebssliga.info), [www.krebssliga.info](http://www.krebssliga.info) **041 210 25 50**

#### Fachstelle Sehbehinderung Zentralschweiz fsz

Beratung von Menschen mit starker Seheinschränkung.

Maihofstrasse 95c, 6006 Luzern, [info@fs-z.ch](mailto:info@fs-z.ch), [www.fs-z.ch](http://www.fs-z.ch) **041 485 41 41**

#### Hindernisfrei Bauen Luzern

Sternmattstrasse 50, 6005 Luzern, [info@hbli.ch](mailto:info@hbli.ch), [www.hbli.ch](http://www.hbli.ch) **041 360 79 88**

#### Pro Audito Luzern

Beratung und Unterstützung bei Hörproblemen.

Hirschmattstrasse 35, 6003 Luzern, [www.proaudito-luzern.ch](http://www.proaudito-luzern.ch)  
[jeannette.belger@proaudito-luzern.ch](mailto:jeannette.belger@proaudito-luzern.ch) **041 210 12 07**

#### traversa Netzwerk für Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Beratung, Begleitung, Unterstützung und Betreuung für Menschen mit einer psychischen Erkrankung und deren Angehörige.

Tribschengasse 8, 6005 Luzern, [info@traversa.ch](mailto:info@traversa.ch), [www.traversa.ch](http://www.traversa.ch) **041 319 95 00**

#### Verein Migration – Kriens integriert

Informationen/Anlaufstelle zu Migration und Integration allgemein. Informationen für Migranten/Migrantinnen zum Lebensalltag in der Schweiz, Hilfe zur Selbsthilfe. Vermittlung von Begleitpersonen für Migranten/Migrantinnen.

[info@kriensintegriert.ch](mailto:info@kriensintegriert.ch), [www.kriensintegriert.ch](http://www.kriensintegriert.ch) **041 320 66 05**

#### Infostelle Demenz (Kooperation Alzheimer Luzern und Pro Senectute)

Abklärungen und Beratung für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen.

Maihofstrasse 76, 6006 Luzern, [infostelle@alz.ch](mailto:infostelle@alz.ch), [www.alz.ch/lu](http://www.alz.ch/lu) **041 210 82 82**

#### Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden

Fachstelle für Selbsthilfegruppen.

Weggismattstrasse 9a, 6004 Luzern,  
[mail@selbsthilfeluzern.ch](mailto:mail@selbsthilfeluzern.ch), [www.selbsthilfeluzern.ch](http://www.selbsthilfeluzern.ch) **041 210 34 44**

#### Palliativ Luzern

Informations- und Beratungsstelle für Patienten mit einer fortschreitenden, unheilbaren Krankheit und ihre Angehörigen.  
Montag, Mittwoch und Freitag, 09.00 – 12.00 Uhr

Schachenstrasse 9, 6010 Kriens,  
[info@palliativ-luzern.ch](mailto:info@palliativ-luzern.ch), [www.palliativ-luzern.ch](http://www.palliativ-luzern.ch) **041 511 28 20**



Krienser Infostelle  
Gesundheit



## KIG – für Ihre Fragen zu Gesundheit und Alter

Wir beraten Sie unabhängig, kompetent und umfassend.  
Kontaktieren Sie uns, wenn Sie weiterführende Informationen wünschen.

Telefon 041 329 19 90

Schachenstrasse 9, 6010 Kriens  
[info@kig-kriens.ch](mailto:info@kig-kriens.ch), [www.kig-kriens.ch](http://www.kig-kriens.ch)

Ein kostenloses Angebot der Stadt Kriens.

