# Unsere Dienstleistungen

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **- (2014)**

Heft 3

PDF erstellt am: **01.06.2024**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

# Wir sind für Sie da!

**ZUFRIEDEN UND SELBSTBESTIMMT**_Wir sind nicht nur für ältere Menschen in Not ein wichtiger Ansprechpartner. Unsere breite Palette an Dienstleistungen und Aktivitäten ermöglicht Ihnen, geistig und körperlich beweglich zu bleiben. Gestalten Sie Ihr Leben aktiv, und holen Sie sich Unterstützung, wenn Sie sich oder Ihre Angehörigen entlasten möchten – zum Beispiel bei der Perle, die mit ihren fünf Stützpunkten im Bereich der Begleitung und Betreuung im Alltag rund um die Uhr für Sie da ist.

Lassen Sie sich persönlich von uns beraten, oder informieren Sie sich online über unsere Angebote und Dienstleistungen.

## Bewegung und Sport

Regelmässiges Bewegungstraining fördert die Gesundheit. Unsere Angebote sind vielfältig, niveaugerecht und finden unter professioneller Leitung statt. Sich entspannen und anstrengen, zusammen lachen und sich austauschen – all dies gehört zu den Gruppenaktivitäten. Das Wohlbefinden und die Gemeinschaft sind ebenso wichtig und werden gepflegt.

> Für das Kursangebot beachten Sie die Beilage AKTIV zu unserem Magazin.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport

## Bildung und Kultur

Wenn Sie Ihre gestalterische Seite ausleben möchten, dann interessiert Sie vielleicht eines unserer Angebote aus dem Bereich «Ausdruck und Kreativität». Oder Sie möchten mithilfe des Computers oder eines Tablets kommunizieren und im Netz surfen. Wir bieten verschiedene Computer-, Tablet- sowie Smartphone-Kurse an. Sie können bei uns Konversation auf Englisch führen oder sich um Ihre geistige Fitness kümmern. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

> Für das Kursangebot beachten Sie die Beilage AKTIV zu unserem Magazin.
> Pro Senectute Kanton Zürich, Tel. 058 451 50 00.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Bildung und Kultur

## Computerias

Computerias bieten die Möglichkeit, in geselligem Rahmen Erfahrungen und Probleme mit dem Computer zu teilen. Freiwillige in Computerias ermöglichen Interessierten das Entdecken von Computer, dem Internet oder dem Handy.

> Das Dienstleistungscenter in Ihrer Region hilft Ihnen bei Fragen gern weiter.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Bildung und Kultur > Computerias

## Generationen im Klassenzimmer Seniorinnen und Senioren in der Schule

Der freiwillige Einsatz von Senior/-innen in Kindergärten, Horten und Schulen macht Spass und bereichert alle Beteiligten. Die dabei entstehenden Beziehungen führen zu gegenseitigem Verständnis und Respekt, Kontakthemmungen werden abgebaut und Toleranzgrenzen verschoben. Die Engagements finden immer unter Aufsicht und in der Verantwortung einer Lehrperson statt. Die Auswirkungen des Engagements reichen oft weit über die Klassenzimmer hinaus.

> Das Dienstleistungscenter in Ihrer Region informiert Sie gerne.
> Koordinationsstelle Seniorinnen und Senioren in der Schule: Kim Baumann, Tel. 058 451 50 49, sis@pszh.ch

## Freiwilligenarbeit

Über 3600 Freiwillige engagieren sich bei Pro Senectute Kanton Zürich für ältere Menschen. Ob für einen Mittagstisch, für Aufgaben im Bereich Bewegung und Sport, für den Treuhanddienst oder als Seniorin im Klassenzimmer – bei uns gibt es ein breites Spektrum an Einsatzmöglichkeiten. Wer sich gerne in seiner Gemeinde für lokale Anliegen und Aktivitäten einsetzen möchte, ist bei unseren über 140 Ortsvertretungen herzlich willkommen. Sei es für Einzelpersonen oder in Gruppen, im direkten Austausch mit älteren Menschen oder auch im generationenübergreifenden Rahmen – vieles geschieht auf der Kontakt- und Beziehungsebene.

> Infos in jedem Dienstleistungscenter von Pro Senectute Kanton Zürich
> www.pszh.ch > Ihr Engagement

## Ortsvertretungen

Unsere über 140 Ortsvertretungen im Kanton Zürich verfügen über zahlreiche Unterstützungsangebote wie Mahlzeiten-, Fahrt- und Begleitdienste. Auch Gratulationsbesuche, die Durchführung von kulturellen und gesellschaftlichen Anlässen (wie zum Beispiel Mittagstisch) oder die Organisation von Kursen zu aktuellen Altersthemen gehören zu den vielfältigen lokalen Aktivitäten. Diese tragen unter anderem dazu bei, dass Kontakte gepflegt und erweitert werden können. Zusammen mit anderen Personen und Gruppierungen stärken unsere Ortsvertretungen kleine soziale Netze und Gemeinschaften in der Gemeinde.

> Infos in jedem Dienstleistungscenter von Pro Senectute Kanton Zürich
> www.pszh.ch > Ortsvertretungen

Fotos: Philipp Aldor/Pro Senectute Schweiz

## Besuchsdienst

Fühlen Sie sich manchmal allein und würden sich über einen Besuch, eine Plauderstunde, ein Gesellschaftsspiel oder eine Begleitung bei einem Spaziergang freuen? Sind Sie am Besuch einer Veranstaltung interessiert und möchten nicht allein hingehen? Von uns ausgesuchte freiwillige Frauen oder Männer besuchen und begleiten Sie, bringen Ihnen Freude, Abwechslung, Anregungen und nehmen Anteil an Ihrem Alltagsleben. Der Besuchsdienst ergänzt professionelle Hilfe und nachbarschaftliche Kontakte.

> Kontaktieren Sie das Dienstleistungscenter Ihrer Region.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Dienstleistungen > Besuchsdienst

## Sozialberatung

Zu den Kernaufgaben von Pro Senectute Kanton Zürich zählen die Beratung und Informationsvermittlung sowie die finanzielle Unterstützung von älteren Menschen in sozialen und materiellen Notlagen. In der Sozialberatung beraten wir Menschen ab 60 Jahren und ihre Angehörigen zu den Themen Wohnen, Lebensgestaltung, Gesundheit, Recht und Finanzen. Die Beratungen erfolgen durch Fachpersonen, die der beruflichen Schweigepflicht unterstehen, und sind kostenlos. Sie finden in einem unserer regionalen Dienstleistungscenters oder am Telefon statt. Es können auch Hausbesuche vereinbart werden.

> Das Dienstleistungscenter Ihrer Region erteilt Ihnen gerne Auskunft.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Beratung > Sozialberatung

## Treuhand- und Steuererklärungsdienst

Suchen Sie jemanden, der für Sie den Zahlungsverkehr regelt, Briefe an Ämter und Institutionen schreibt oder Ihnen beim Ausfüllen der Steuererklärung behilflich ist? Der Treuhand- und der Steuererklärungsdienst von Pro Senectute Kanton Zürich entlasten Sie individuell, kompetent und diskret. Sie werden von unseren Freiwilligen betreut, die regelmässig geschult und sorgfältig auf ihre Aufgabe vorbereitet werden. Alle Ihre Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

> Das Dienstleistungscenter Ihrer Region erteilt Ihnen gerne Auskunft.
> www.pszh.ch > Beratung > Treuhanddienst oder Steuererklärungsdienst

## Angehörigengruppen

Sich mit anderen austauschen zu können, bringt neue Sichtweisen. Das Begleiten eines kranken Menschen braucht Zeit, Geduld und Energie. Diese Aufgabe erfordert zudem praktische Fertigkeiten und die Bereitschaft, sich mit neuen Fragen auseinanderzusetzen. Unsere Fachleute begleiten Gesprächsgruppen. Die Teilnehmenden erhalten Informationen über Entlastungsmöglichkeiten, zu finanziellen Fragen und praktischen Hilfen.

> Kontaktieren Sie das Dienstleistungscenter Ihrer Region.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Beratung > Angehörigengruppen

## Perle – Begleitung und Betreuung im Alltag

Damit Sie weiterhin zu Hause leben können, begleiten, betreuen und pflegen wir Sie daheim – dort, wo Sie sich am wohlsten fühlen – rund um die Uhr. Neben Unterstützung im Haushalt leisten wir Ihnen zu Hause Gesellschaft oder unterstützen Sie bei Besorgungen ausser Haus. Wir sind im ganzen Kanton präsent und nehmen Ihre Wünsche gerne entgegen. Die Perle ist Mitglied von Spitex Privée Suisse (Gratisnummer 0800 500 500, 24/7 Tage), ISO-9001-zertifiziert und wird von allen Krankenkassen anerkannt.

> Die Adressen unserer Perle-Stützpunkte finden Sie auf der Rückseite dieses Heftes.
> www.pszh.ch/perle

## Mahlzeitendienst

Wir liefern Ihnen abwechslungsreiche Menüs direkt nach Hause. Die von einer Fachperson zusammengestellten Menüs werden frisch zubereitet und entsprechen einer vollwertigen Ernährung. Die Gerichte können in der Mikrowelle, im Wasserbad oder in einem speziellen Wärmeofen (nur in Winterthur) erwärmt werden.

> Kontakt: Zürich: Tel. 058 451 50 03, Winterthur: Tel. 058 451 54 25.
> www.pszh.ch > Unser Angebot > Dienstleistungen > Mahlzeitendienst

**Alle unsere Adressen finden Sie auf der Rückseite dieses Heftes.**