

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2009)
Heft: 4

Artikel: Für den kleinen oder grossen Hunger
Autor: Wartmann, Birgit
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-818817>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Für den kleinen oder grossen Hunger

MAHLZEITENDIENST In den Städten Winterthur und Zürich kann man sich das Essen von Pro Senectute Kanton Zürich nach Hause liefern lassen.

Ein sorgfältig zubereitetes Mittag- oder Abendessen zu Hause geniessen gehört bis ins hohe Alter zu den wertvollsten Alltäglichkeiten. Sollten Sie aus bestimmten Gründen nicht mehr in der Lage sein, sich diesen Genuss selber zu ermöglichen, bietet der Mahlzeitendienst

in den Städten Zürich und Winterthur für jeden Wochentag zahlreiche Menüs zur Auswahl. Das abwechslungsreiche Angebot, das unter anderem Vollkost, Diabetikermenüs und fleischlose Mahlzeiten beinhaltet, wird von Ernährungsberaterinnen zusammengestellt und ohne jegliche Konservierungsmittel schonend zubereitet und appetitlich angerichtet.

Seit fünfzig Jahren bringen unsere langjährigen Fahrerinnen jährlich bis zu 220 000 Menüs zu den Kundinnen und Kunden nach Hause. Dabei ist die persönliche Beratung und Unterstützung selbstverständlich.

//WAS KOSTET DER MAHLZEITENDIENST?

Der Mahlzeitendienst verwöhnt Sie sporadisch oder regelmässig nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen, ob Sie die Mahlzeiten an der Tür in Empfang nehmen oder im Kühlschrank versorgen lassen, bestimmen Sie selber. Eine Mahlzeit kostet CHF 13.40 inklusive Lieferung. Die Menüpläne finden Sie jeweils frühzeitig auf der Homepage der Pro Senectute Kanton Zürich www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Andere Dienstleistungen – oder Tel. 058 451 50 03.

//DREI FRAGEN AN...

...Birgit Wartmann, Abteilungsleiterin Services/Prävention bei Pro Senectute Kanton Zürich

Für wen ist der Mahlzeitendienst besonders geeignet?

Wir sind für alle Einwohnerinnen und Einwohner der Städte Winterthur und Zürich über sechzig da, aber auch für jüngere, die vorübergehend oder allgemein nicht in der Lage sind, sich eine Mahlzeit zuzubereiten (zum Beispiel Wöchnerinnen oder Langzeitkranke).

In einer neuen Lebenssituation, bei gesundheitlichen Veränderungen oder einer Sehbehinderung steht unsere eigens dazu ausgebildete Mitarbeiterin zur Verfügung. Sie besucht nach Bedarf sowohl bisherige als auch Neukunden und unterstützt sie beispielsweise beim Auswählen der Menüs und Aufwärmen der Mahlzeiten.

Der günstige Preis ist nur dank der Unterstützung der beiden Städte Zürich und Winterthur möglich. Sollten Sie dennoch finanzielle Fragen haben, steht Ihnen die Sozialberatung von Pro Senectute Kanton Zürich zur Verfügung.

Bekanntlich isst das Auge mit. Wie wichtig ist die Verpackung?

Die Verpackung der Mahlzeiten erfüllt verschiedene Anforderungen: Praktisch soll sie sein, hygienisch und ausserdem appetitlich. Wir haben das Glück, dass unser Puzzle-Teller all diese Kriterien bestens erfüllt. Die verschiedenen Speisen werden in einzelne Schalen abgefüllt und dann zu einem runden Ganzen zusammen«geklickt». Da die Mahlzeiten pasteurisiert werden, sind sie mehrere Tage haltbar. Die Schalen lassen sich nach Belieben in der Mikrowelle oder im Dampfbad erwärmen. Resten können praktisch mit

einem Deckel verschlossen im Kühlschrank aufbewahrt werden. Leere Schalen nehmen wir mit und geben sie in die Wiederverwertung.

Kann man den Mahlzeitendienst ausprobieren?

Selbstverständlich! Wir freuen uns, wenn wir interessierten Kundinnen und Kunden eine Probemahlzeit vorbeibringen können. Die Verträgerin kann so am besten auf Ihre Bestellwünsche eingehen und die Handhabung der Verpackung erläutern, Tipps für die Zubereitung geben und direkt auf Ihre Fragen antworten.



«Wir sind auch für Jüngere da, die vorübergehend oder allgemein nicht in der Lage sind, sich eine Mahlzeit zuzubereiten.»

BIRGIT WARTMANN