

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Essen auf Rädern - auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818874>

### **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:** 19.02.2026

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

**ZU HAUSE FEIN ESSEN** Der Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Zürich bringt Ihnen zubereitete Mahlzeiten an die Wohnungstür, damit Sie sich nicht mit schweren Taschen abmühen und mit der Kelle in der Pfanne rühren müssen. Neu kann man den Service auch online bestellen.

# Essen auf Rädern – auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt

In den eigenen Wänden schmeckt es am besten! Ausgewogenes Essen und ein regelmässiger Kontakt tragen viel zum Wohlbefinden und zur Gesundheit eines Menschen bei.

Unser Mahlzeitendienst verwöhnt seit vielen Jahren mit seinem kulinarischen Angebot einen breiten Kundenkreis in den Städten Zürich und Winterthur. Aus dem abwechslungsreich gestalteten und saisonal abgestimmten Menüplan wählen die Kundinnen und Kunden ihre Wunschmahlzeiten aus. Diese werden täglich frisch und schonend zubereitet und sind im Kühlschrank mehrere Tage haltbar.

## Wer kann den Mahlzeitendienst beanspruchen?

Zu unserer Kundschaft zählen vor allem Menschen, deren Bewegungsfreiheit durch das Alter oder krankheitsbedingt eingeschränkt ist. Männer und Frauen, Paare oder Alleinstehende, die an ihr Zuhause gebunden sind, oder Personen, die ganz einfach nicht mehr selber kochen mögen.

Der Mahlzeitendienst kann auch temporär, zum Beispiel nach einem Spitalaufenthalt, bestellt werden; dies sogar kurzfristig von einem Tag auf den anderen. Es besteht keine Verpflichtung, diese Dienstleistung danach regelmässig in Anspruch zu nehmen.

Sie nehmen Kontakt mit uns auf für eine unverbindliche Beratung. Dann wählen Sie aus mindestens vier Menüs pro Tag aus. Eines davon ist vegetarisch und eines leicht verdaulich (geeignet für Personen mit Diabetes). Saisonale Spezialitäten, Birchermüesli und Suppe ergänzen das Angebot.

Es besteht auch die Möglichkeit, die Mahlzeiten über das Internet zu bestellen. Dieses zusätzliche Angebot entlastet Sie oder Angehörige, denn Sie haben die Möglichkeit, auch ausserhalb der Büroöffnungszeiten Bestellungen aufzugeben.

## Auslieferung der Mahlzeiten

Die Mahlzeiten werden von unseren Verträgerinnen und Verträgern zwei bis drei Mal wöchentlich ausgeliefert. Die Speisen müssen nur noch gewärmt werden.

Dass meistens die gleiche Person die Mahlzeiten vorbeibringt, ist für viele ältere Menschen wertvoll und wichtig. Eine kleine Handreichung, wie Post holen, ein Blick in den Kühlschrank oder einfach ein kurzer Schwatz über Alltagsprobleme, wird sehr geschätzt und schafft eine Vertrauensbasis. Oft ist dieser Austausch gar der einzige Kontakt nach aussen, der dem Kunden auch ermöglicht, persönliche Anliegen oder Themen anzusprechen. Wann nötig, kann die Verträgerin oder der Verträger auch gewährleisten, dass die Themen an die richtige Instanz gelangen. Ausserdem ist es für die Angehörigen entlastend, zu wissen, dass regelmässig jemand bei ihren Verwandten vorbeischaut und nach dem Rechten sieht.

Der Mahlzeitendienst wird von den Städten Zürich und Winterthur unterstützt. ■



Bestellungen und unverbindliche Beratung  
 > Stadt Zürich, Telefon 058 451 451 50 03  
 > Stadt Winterthur, Telefon 058 451 54 25

Neu: Bequem auch online bestellen,  
[www.pszh.ch/mzd](http://www.pszh.ch/mzd)