

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2013)

Heft: 2

Rubrik: Unsere Dienstleistungen

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: 24.02.2026

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

//UNSERE DIENSTLEISTUNGEN

Beschwingt in den Frühling

BUNTER STRAUSS VON ANGEBOTEN Nach einem zähen Winter freut man sich auf Kontakte und Austausch, um die Kälte und die Erinnerung daran endgültig verklingen zu lassen. Die breite Dienstleistungspalette von Pro Senectute Kanton Zürich vermag vielleicht Impulse zu geben. Vergessen Sie nicht, auch in unserer Beilage AKTIV zu stöbern.

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 Dienstleistungszentrum Ihrer Region.

www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Beratung > Angehörigengruppen

AvantAge

Die Fachstelle Alter und Arbeit von Pro Senectute Bern und Zürich unterstützt Arbeitnehmende in Zusammenarbeit mit Arbeitgebern bei der Gestaltung der zweiten Hälfte des Berufslebens und beim Übergang ins dritte Lebensalter.

> AvantAge, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, Tel. 058 451 51 57, info@avantage.ch, www.avantage.ch

Besuchsdienst

Von uns ausgesuchte Freiwillige besuchen Sie, bringen Ihnen Freude, Abwechslung, Anregungen und nehmen Anteil an Ihrem Alltagsleben. Oder vielleicht möchten Sie sich sozial engagieren, eine sinnvolle und bereichernde Tätigkeit ausführen? Sind Sie bereit, regelmäßig einen Teil Ihrer Freizeit zur Verfügung

zu stellen? Es werden immer wieder Freiwillige für den Besuchsdienst gesucht.

> Kontaktieren Sie das Dienstleistungszentrum Ihrer Region.
www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot / oder > Ihr Engagement

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 gehören zu den Gruppenaktivitäten.

> Für das Kursangebot beachten Sie die Beilage AKTIV zu unserem Magazin.
www.zh.pro-senectute.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 die Gemeinschaft im Netz erfahren – wir bieten verschiedene Computer- sowie Handykurse 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.zh.pro-senectute.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 oder Internet (manchmal Handy).

> Das Dienstleistungszentrum in Ihrer Region hilft Ihnen bei Fragen gern weiter.

Freiwilligenarbeit

Über 3700 Freiwillige engagieren sich bei Pro Senectute Kanton Zürich für ältere Menschen. Ob für einen Mittagstisch, Aufgaben im Bereich Bewegung und Sport, den Treuhaldienst oder als Seniorin im Klassenzimmer – bei uns gibt es ein breites Spektrum an Einsatzmöglichkeiten.

> Infos: www.zh.pro-senectute.ch > Ihr Engagement oder in jedem Dienstleistungszentrum von Pro Senectute Kanton Zürich

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, Kontaktshemmungen 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.



Begegnungen halten lebendig und bereichern. Mit einer Fülle von Angeboten bietet Pro Senectute Kanton Zürich die Möglichkeit, den eigenen Kontaktbedürfnissen gerecht zu werden.

Fonkonketten

Fonkonketten unterstützen die Autonomie älterer Menschen und helfen ihnen, trotz Einschränkungen soziale Beziehungen zu pflegen, da sie den regelmässigen Austausch ermöglichen. Die Teilnehmenden rufen sich reihum an und erkundigen sich nach dem gegenseitigen Befinden. Jede und jeder kann mitmachen.

> Infos: www.fonkonketten.ch / Koordination: Eva Haupt, Tel. 058 451 51 08, eva.haupt@zh.pro-senectute.ch

Wohnen für Hilfe

Mit dem Angebot «Generationenübergreifende Wohnpartnerchaften» möchten wir den Austausch zwischen den Generationen fördern, ältere Menschen in ihrem Wunsch nach Selbstständigkeit und Selbstbestimmung unterstützen und der Gefahr der Isolation entgegenwirken sowie zur Verminderung der Wohnraumknappheit von Studierenden beitragen. Die Idee: Ältere Menschen stellen jüngeren Menschen Wohnraum zur Verfügung.

Das Besondere: Die Miete wird nicht mit Geld, sondern mit Dienst- und Hilfeleistungen abgegolten. Dabei gilt: eine Stunde Hilfe pro Monat für einen Quadratmeter Wohnraum.

> Infos: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00, www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Wohnen für Hilfe

Alle unsere Adressen finden Sie auf der Rückseite dieses Hefts.

Fotos: Renate Wernli