

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 94 (2016)
Heft: 3

Rubrik: Pro Senectute

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

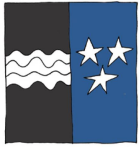
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 05.04.2026

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

Pro Senectute

Demenz kann alle treffen



Demenz ist das Jahresthema 2016 von Pro Senectute Aargau. Das Krankheitsbild und seine Auswirkungen auf das Umfeld der Erkrankten sowie auf die ganze Gesellschaft werden immer akuter und aktueller. Studien zeigen, dass Menschen mit Demenz und ihre Nahestehenden im Lauf der Krankheit mit grossen Veränderungen, Belastungen und Herausforderungen konfrontiert sind. Die Aufgaben der Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz sind sehr anspruchsvoll, komplex und verlangen von den Angehörigen grosse organisatorische, psychische, kommunikative und verhaltensbezogene Anpassungsleistungen an die sich stetig verändernde Krankheit. Oft sind Angehörige mit der anspruchsvollen Situation überfordert, was ihre Lebensqualität und auch die von Menschen mit Demenz beeinträchtigt. Um ihnen besser gerecht zu werden, bietet Pro Senectute Aargau im Jahr 2016 allen Mitarbeitenden einen Sensibilisierungskurs an. Als weiteres Entlastungsangebot bieten wir in mehreren Bezirken Gruppengespräche für Angehörige im Rahmen der Sozialberatung an. Informationen: Telefon 062 837 50 70, Mail info@ag.pro-senectute.ch, Internet www.ag.pro-senectute.ch/demenz

Tanzen, Kino, kochen, spielen



Tanz zu Livemusik am 25. Februar und 31. März in der Kulturwerkstatt Appenzellerland, jeweils 14 bis 17 Uhr, Eintritt CHF 10.-. Ebenfalls in Herisau findet jeden Montag von 17 bis 18 Uhr ein Line-Dance-Kurs statt. Im Kino Rosental in Heiden zeigen wir am 1. März den Film «Der 10. Mai», am 15. März «A Little Chaos – Die Gärtnerin von Versailles» und am 29. März «Wir sind die Neuen» – Beginn je 14.15 Uhr, Eintritt CHF 13.-. In Herisau findet am 29. Februar ein Workshop zum Thema Dateiverwaltung statt. Im Quartiertreffpunkt Selewie in Herisau kochen wir zusammen am 8. und 22. März. Und am Vormittag des 17. März diskutieren wir im «Gsondehetskafi» zum Thema Frühlingserwachen.

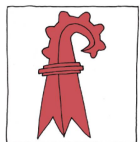
Am 17. März besuchen wir den Sântispark Abtwil für einen weiteren Spielplausch (Tischtennis). Details zu unseren Angeboten finden Sie im Kursprogramm, auf www.ar.pro-senectute.ch oder via Sekretariat Pro Senectute Appenzell Auserrhoden, Telefon 071 353 50 30 (vormittags).

Freude an der Bewegung und am Spiel



Alle Jassbegeisterten treffen sich am 4. März im Restaurant Krone in Haslen zum beliebten «Jass mit Spass»: In gemütlicher Atmosphäre wird ein einfacher Schieber mit zugelosten Partnern gejasst. Fragen Sie sich auch, wie Bahnbillette via Internet gelöst werden können oder wo Sie im Internet Ihre Bahnverbindung finden? Kompetente SBB-Mitarbeitende zeigen Ihnen am 20. April, wie es geht. Bringen Sie Ihr eigenes Gerät wie Laptop, Tablet oder Notebook mit. Gönnen Sie sich etwas Gutes: Sport, Spiel und Spass kennen kein Alter. Bei unseren Aktivitäten steht die Freude an der Bewegung und am Zusammensein im Mittelpunkt. Informationen zu allen Angeboten und Aktivitäten finden Sie in der Tagespresse und jederzeit unter www.ai.pro-senectute.ch. Für Fragen rund ums Älterwerden und Anmeldungen: Pro Senectute Appenzell Innerrhoden, Marktgasse 10c, 9050 Appenzell, Telefon 071 788 10 21.

Hilfe bei der Steuererklärung



Jedes Jahr ruft die Pflicht, die Steuererklärung auszufüllen. Wie gut, dass es Pro Senectute beider Basel gibt: Rund sechzig erfahrene Fachleute übernehmen auf Wunsch das Ausfüllen des Formulars gegen bescheidenes Entgelt. Menschen ab sechzig Jahren mit Wohnsitz in den Kantonen Basel-Landschaft und Basel-Stadt steht diese Dienstleistung unabhängig von ihrer finanziellen Situation offen. Über 2000 Personen profitieren jährlich vom Angebot, rund 600 von ihnen sogar kostenlos. Interessierte können vom 8. Februar bis und mit 26. Mai eine Sprech-

stunde vereinbaren: Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag, 9 bis 12 Uhr (ausser Basler Fasnacht vom 15. bis 17. Februar), Telefon 061 206 44 55. Weitere Infos: www.bb.pro-senectute.ch/soziales-und-finanzen/steuererklarung

Aufforderung zum Tanz



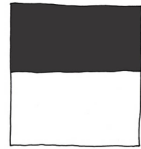
Region Bern: Menschen ab sechzig bieten wir den Steuerklärungsdienst an. Unsere Mitarbeitenden füllen Ihre Steuererklärung 2015 sorgfältig und diskret aus oder überprüfen sie auf ihre Richtigkeit. Tarif ab CHF 70.- (je nach Zeitaufwand und steuerbarem Vermögen), für Bezüger/innen von Ergänzungsleistungen CHF 40.- pauschal. Infos: Pro Senectute Region Bern, Telefon 031 359 03 03, Mail region.bern@be.pro-senectute.ch

Region Biel/Bienne-Seeland: Dank einer glücklichen Fügung konnten wir unsere Tanznachmittage ins Hotel Weisses Kreuz in Lyss verlegen. Der grosszügige Saal mit Parkettboden eignet sich vorzüglich für unseren Tanznachmittag am Sonntag. Es freut uns, dass wir dem Wunsch nach einem Angebot am Sonntag ab Januar nachkommen können. Programm: Telefon 032 328 31 11, Mail biel-bienne@be.pro-senectute.ch

Region Berner Oberland: Infoveranstaltungen der Alzheimervereinigung und Zwäg ins Alter für Angehörige, Betroffene und alle, die mehr über Demenz erfahren möchten: 3. März in Thun, 10. März in Interlaken, 16. März in Gstaad, jeweils 14 bis 16.30 Uhr, mit Zvieri. Interessierte melden sich unter Telefon 033 226 60 60.

Region Emmental und Oberaargau: Man(n) nehme! Tipps und Tricks, wie man(n) einfach und schnell zu gesundem Essen kommt sowie zur Menüplanung im Kleinhaushalt: 4. März, 19 Uhr im Restaurant Landhaus Burgdorf. Tanzen Sie mit an unseren Seniorennachmittagen: 17. Februar und 16. März in Aarwangen, 25. Februar und 31. März in Sumiswald. Auskunft unter Telefon 062 916 80 90. Wandertage in Flims-Waldhaus GR vom 26. Juni bis zum 2. Juli im Hotel Cresta. Bestellen Sie das Detailprogramm bei PS Sport, Telefon 031 790 00 10.

Starten Sie durch mit Pro Senectute!



Das neue Programm für Velo- und Wandertouren ist ab dem 1. März erhältlich. Eine grosse Auswahl an Kursen erwartet Sie: Make-up, Klassische Musik hören und verstehen, Yoga, Besuch im Bundeshaus, Koch- und Sprachkurse, diverse Ausflüge. Im April startet der Feldenkrais-Kurs «Bewusstheit durch Bewegung». Wir bieten auch iPad- und iPhone-Kurse an sowie erste Schritte mit PC, Internet und E-Mail. Auskunft Sekretariat Pro Senectute Kanton Freiburg, Telefon 026 347 1240, Mail info@fr.pro-senectute.ch

Tanznachmittag 2016



Rechtzeitig zum Frühlingsanfang präsentiert Pro Senectute Glarus den traditionellen Tanznachmittag für Menschen 60+ als ersten saisonalen Kulturhöhepunkt am 16. März in Ennenda. Das Orchester Evergreen aus Winterthur spielt mit bekannten Ohrwürmern zum Tanz auf, und die charmanten Taxi-Tänzer «Happy Bones» sorgen dafür, dass wirklich alle Damen ausgiebig zum Tanzen kommen. Unser Helferinnenteam verwöhnt alle mit feinen Brötli, Kuchen und einer grossen Getränkeauswahl. Herzlich eingeladen sind alle tanz- und musikbegeisterten Senior/innen. Zur Unkostendeckung beträgt der Eintritt CHF 10.-. Informationen: Pro Senectute Glarus, Gerichtshausstr. 10, 8750 Glarus, Telefon 055 645 60 20.

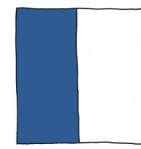
In der Balance



Trainieren ist Teil Ihres täglichen Lebens. Trainieren können Sie in organisierter Form in einer Übungsstunde, bei einem Spiel oder auch bei der Hausarbeit. Gelegenheiten zum Trainieren gibt es genug – werden Sie aktiv! Oft vermeiden wir körperliche Betätigung, indem wir einen Aufzug nehmen statt der Treppe oder eine Fernbedienung benutzen, statt aufzustehen. Diese «Sofahockerphilosophie» führt zu einer eingeschränkten Selbstständigkeit bei Tätigkeiten im All-

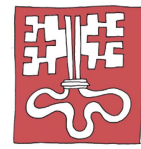
tag und zu Stürzen. Spätestens wenn Sie bei alltäglichen Aufgaben ins Schwanken geraten und unsicher sind, sollten Sie mit einem Gleichgewichtstraining beginnen. Durch gezielte Kraft- und Gleichgewichtsübungen trainieren Sie Ihre Standfestigkeit und beugen damit eventuellen Stürzen vor. Neu im Angebot ist ein Bewegungskurs für Männer. Das Kurs- und Veranstaltungsprogramm «en-vista» erhalten Sie kostenlos bei Pro Senectute Graubünden, Alexanderstrasse 2, 7000 Chur, Telefon 081 252 75 83, Mail kurse@gr.pro-senectute.ch oder Internet www.gr.pro-senectute.ch

Selbstbestimmung am Lebensende



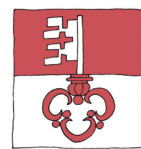
Am Donnerstag, 24. März, lädt Pro Senectute Kanton Luzern zur Fachtagung 2016. Der Anlass zum Thema «Selbstbestimmung am Lebensende» findet im Paraplegiker-Zentrum Nottwil statt, steht allen Interessierten offen und dauert von 13.30 bis 17 Uhr, Eintritt CHF 50.-, inbegriffen sind Pausenverpflegung und Apéro. Infos und Anmeldungen: Pro Senectute Kanton Luzern, Geschäftsstelle, Mail info@lu.pro-senectute.ch, Telefon 041 226 11 83. Der Themenkomplex «Selbstbestimmung am Lebensende – zwischen Palliative Care, Behandlungsverzicht und assistiertem Suizid» wird aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet und diskutiert. Die Veranstaltung soll Grundlagen zur Meinungsbildung liefern, Orientierungshilfe bieten und einen Beitrag leisten für einen würdevollen Umgang mit Menschen in der letzten Lebensphase. Nach der Begrüssung durch Ständerat und Pro-Senectute-Stiftungsrat Damian Müller folgen drei Referate von Dr. Heinz Rüegger (Theologe, Ethiker und Gerontologe, Autor, Institut Neumünster), Dr. med. Beat Müller (Schwerpunktabteilung Palliative Care Luzern Kantonsspital) sowie Dr. med. Marion Schafroth (Exit-Vorstandsmitglied, Ressort Freitodbegleitung). Im anschliessenden Podiumsgespräch diskutieren die drei Referenten sowie eine weitere Person unter der Leitung von Dr. phil. Andrea Willmann Misticoni, Redaktionsleiterin der Surseer Woche.

Sportlich in den Frühling



Besuch im Kernkraftwerk Gösgen am Freitag, 19. Februar. WhatsApp mit dem Smartphone nutzen am Montag, 22. Februar. iPad/iPhone mit der iCloud nutzen am Montag, 7. März. Weltreligion Islam am Donnerstag, 25. Februar. Nidwaldner Dialekt – Eysä Dialäkt am Montag, 7. März. Kurs Lachen ist die beste Medizin am Montag 7./14./21. März. Alte deutsche Schrift lesen am Donnerstag, 10. März. Die besten Apps für Ihre Reise am Montag, 14. März. Besuch einer Moschee am Donnerstag, 17. März. Solothurn und die Zahl 11 am Samstag, 19. März. Wollen Sie sich vermehrt körperlich betätigen? Wir unterstützen Sie mit einem breiten Angebot: Gymnastik, Wasserfitness, Volkstanz, Line Dance, Tai-Chi, Sicheres Gehen, Schneeschuhtouren, Wandern, Kanu, Wander- und Veloferien. Begleitete Ferien im Frühling vom 26. April bis 3. Mai in Kreuzlingen. Infos bei Pro Senectute Nidwalden, St.-Klara-Rain 1, 6370 Stans. Telefon 041 610 76 09, Mail info@nw.pro-senectute.ch, www.nw.pro-senectute.ch

Neues und Bewährtes



Haben Sie das Programm 1/2016 schon durchgeblättert? Falls Sie keines erhalten haben, senden wir es Ihnen gerne zu. Oder informieren Sie sich auf www.ow.pro-senectute.ch, wo Neues zu entdecken ist: Zum Beispiel bieten wir eine Weiterbildung im Strassenverkehr an, bei der Sie Ihr theoretisches Wissen und Ihre Fahrkenntnisse auffrischen können. Im Kurs «Männerhaushalt» erhalten Männer Tipps, wie sie Küche und Kühlschrank besser organisieren und am einfachsten waschen und putzen. Ist Ihr Hobby Mountainbiken, oder möchten Sie etwas Neues kennenlernen? Unser Tourenleiter hat abwechslungsreiche Ausflüge zusammengestellt und bietet am 21. April einen Informationsnachmittag an. Die beliebten Kurzwanderungen im Sarneraatal finden zweimal monatlich am Mittwochnach-

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 62

Pro Senectute

mittag statt. Pro Senectute Obwalden, 6060 Sarnen, Telefon 041 660 57 00, Mail info@ow.pro-senectute.ch

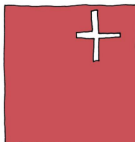
Chi-Yoga und Gyrotonic



Chi-Yoga ist Meditation in Bewegung, geistige Konzentration, Atmung und anmutige Körperbewegungen werden verbunden.

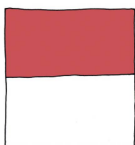
Dabei liegt der Fokus auf den Übergängen von einer Haltung in die andere. Ein grundlegendes Element sind die fließenden Bewegungsabläufe, jeweils mit der Ein- und Ausatmung verbunden – besinnlich, meditativ und entschleunigend. Gyrotonic ist ein aktives, integrales Wirbelsäulentraining: Dabei absolvieren Sie ein Wunderwerk für Ihren Rücken und für den ganzen Körper. Erstaunlich schnell spürt man die Beweglichkeit und die Ausdehnung der Bewegungsgrenzen. Beide Trainings sind altersunabhängig und verlangen keine Vorkenntnisse. Pro Senectute Schaffhausen, Telefon 052 634 01 35, Mail karin.schmidt@sh.pro-senectute.ch, www.sh.pro-senectute.ch

Steuererklärung und Sturzprävention



Die Beratungsstelle Innerschwyz hat erneut Fachleute gefunden, die von Februar bis April gegen Entgelt einfache Steuererklärungen für Sie ausfüllen. Wenn Sie im AHV-Alter sind und die Dienstleistung beanspruchen möchten – verlangen Sie unser Merkblatt! ProBalance ist ein Gleichgewichts- und Gehirntaining zur Sturzprävention: Wir organisieren in Brunnen einen Vortrag und einen Kurs zu diesem Thema – verlangen Sie unseren Flyer! Anmeldung und Informationen: Pro Senectute Innerschwyz, montags bis freitags 8 bis 11.30 Uhr Telefon 041 810 32 27, Mail beratungsstelle@sz.pro-senectute.ch

Konkrete Hilfe bei den Steuern



In diesen Tagen flattert die Steuererklärung ins Haus. Das Sammeln der benötigten Unterlagen, deren Einordnung in die verschiedenen Dokumente und das Übertragen der Daten in die Steuererklärung bedeutet

für viele Senior/innen eine Herausforderung. Wir helfen Ihnen bei diesen Aufgaben. Unsere speziell für diese Arbeiten geschulten Fachleute behandeln alle Angaben vertraulich. Sie kommen zu Ihnen nach Hause, nehmen die Unterlagen entgegen und füllen die Steuerformulare mit Ihnen zusammen fachkundig aus. Anmeldung und Infos: Pro Senectute Kanton Solothurn, www.so.pro-senectute.ch, Fachstelle Solothurn/Thal-Gäu Telefon 032 626 59 79, Fachstelle Olten-Gösigen Telefon 062 287 10 20, Fachstelle Dorneck/Thierstein Telefon 061 781 12 75.

Die Anlaufstelle für Altersfragen



Mit Fragen im und ums Alter sind Sie bei Pro Senectute an der richtigen Adresse – ob als ältere Person oder als Angehörige.

Wir informieren, beraten und vermitteln Dienstleistungen und Hilfsangebote. Auch wenn Sie eine Einsatzmöglichkeit suchen, z.B. als Kursleiter, Mitarbeiterin im Steuerklärungsdienst oder im Besuchsdienst, sind Sie bei uns richtig. Information und Beratung bieten wir kostenlos. Sie finden uns im Internet unter www.sg.pro-senectute.ch – oder rufen Sie an bei einer der sechs Regionalstellen: Stadt St. Gallen Telefon 071 227 60 00, Rorschach und Unterrheintal Telefon 071 844 05 16, Rheintal-Werdenberg-Sarganserland Telefon 071 757 89 00, Zürichsee-Linth Telefon 055 285 92 40, Wil-Toggenburg Telefon 071 913 87 87, Gossau-St. Gallen Land Telefon 071 388 20 50.

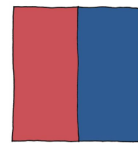
Wandererlebnisse im Val Müstair



Das Müstertal ist das südöstlichste Bündner Bergtal. Es ist landschaftlich sehr reizvoll und bietet allen trittsicheren und marschtüchtigen Senior/innen abwechslungsreiche und gut begehbar Wandertouren, eine üppige und artenreiche Bergflora, kulturelle Angebote, das Städtchen Glurns oder den 8-Kirchen-Rundweg in Taufers. Täglich werden kürzere und längere Wandertouren durchgeführt. Alle Touren sind gut begehbar und bieten immer wieder atemberaubende Ausblicke in die Berg- und Tallandschaft des Müstertals und

des angrenzenden Vinschgaus (I). Die erste Woche wird vom Sonntag, 3., bis Freitag, 8. Juli, die zweite vom Sonntag, 10., bis Freitag, 15. Juli, durchgeführt. Anmeldeschluss ist der 21. Mai. Auskunft und Leitung: Annemarie Brunner, Telefon 052 202 38 25. Anmeldung: Pro Senectute Thurgau, Telefon 071 626 10 83, Internet www.tg.pro-senectute.ch

Neues Ferienprogramm «over 60»



Wer gerne in guter Gesellschaft wunderschöne Ferien verbringen möchte im Land, wo die Zitronen blühen – sei es am Meer

in Ligurien, an der Riviera Adriatica oder an Thermalorten wie Abano Terme oder Montegrotto –, bestellt unser Ferienprogramm «over-60». Am 12. und 19. März starten wir bereits mit dem ersten Thermalaufenthalt in Abano Terme im Hotel Sollievo. Die geplanten Ferien und Aufenthalte sind auf rüstige Senior/innen zugeschnitten. Jede Reisegruppe wird von zwei Freiwilligen und erfahrenen Fachpersonen begleitet. Für Personen, die individuelle Begleitung oder Hilfe benötigen, ist auch ein Ferienaufenthalt geplant. Bestellen Sie das Ferienprogramm bei Pro Senectute Ticino e Moesano, Telefon 091 912 17 17, Mail creativ.center@prosenectute.org – das Programm ist nur in Papierform erhältlich und wird in den nächsten Tagen frisch gedruckt.

Digitale Welt und Bastelangebote



Die digitalen Angebote und Möglichkeiten werden immer vielfältiger. Was ist der Unterschied zwischen Handy und Smartphone,

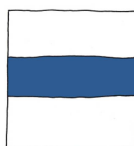
was ist ein Tablet, eine App, und wofür braucht man all diese Dinge? Am 10. März erhalten Sie einen kurzen Einblick in die digitale Welt. Zusammen mit Comdata-Net wird in ungezwungener Atmosphäre auf diese und weitere Fragen eingegangen. Neu findet am Dienstagmorgen Pilates statt: Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur und sehr zu empfehlen. Oder möchten Sie sich lieber kreativ betätigen und Ihr Zuhause mit selbstgemachten Bilderrahmen mit Naturmaterialien verschö-

Mein Wille geschehe!

Ein Verlust der Urteilsfähigkeit ist in jedem Alter möglich. Sorgen Sie rechtzeitig vor. Mit dem DOCUPASS von Pro Senectute.

nern? Am 2. März haben Sie Gelegenheit dazu. Auskunft bei Pro Senectute Uri, Gitschenstrasse 9, 6460 Altdorf, Telefon 041 870 42 12, www.ur.pro-senectute.ch

Echte Entlastung bereits ab 60 Franken



Schmerzt Ihnen auch der Kopf, wenn Sie nur schon das Wort Steuererklärung hören? Vor allem, wenn Sie daran denken, dass Sie diese schon bald erledigt haben sollten?

Dann sind Sie bei Pro Senectute Kanton Zug genau richtig: Unsere kompetenten und erfahrenen Steuerberater/innen füllen für Senior/innen in überschaubaren finanziellen Verhältnissen die Steuererklärungen aus und helfen mit, die Abzugsmöglichkeiten auszuschöpfen und unnötige Umtriebe und Ausgaben zu vermeiden. Alle Berater/innen sind ausgewiesene, oftmals pensionierte Fachleute im Bereich Finanzen oder Steuern. Für Fragen und Informationen: Rosetta Rosamilia, Telefon 041 727 50 20, Mail rosetta.rosamilia@zg.pro-senectute.ch

Kompetente Begleitung



Fachkundige Steuerberater/innen nehmen sich Zeit für Sie und füllen mit Ihnen die Steuererklärung 2015 aus. Die Beratungen finden in einem unserer Dienstleistungszenter oder unter bestimmten Voraussetzungen auch bei Ihnen zu Hause statt. Die Berater/innen von Pro Senectute Kanton Zürich sind erfahrene pensionierte Fachkräfte aus dem kaufmännischen oder dem Verwaltungsbereich. Sie werden von uns sorgfältig ausgewählt und vorbereitet. Selbstverständlich behandeln sie alle Angaben streng vertraulich. Eine kompetente Begleitung beim Ausfüllen der Steuererklärung lohnt sich für Sie in jedem Fall. Erkundigen Sie sich unverbindlich bei dem Dienstleistungszenter in Ihrer Region: Unterland/Furttal Telefon 058 451 53 00, Limmattal/Knonaueramt Telefon 058 451 52 00, Zimmerberg Telefon 058 451 52 20, Pfannenstiel Telefon 058 451 53 20, Oberland Telefon 058 451 53 40, Winterthur & Umgebung/Weinland Telefon 058 451 54 00, Stadt Zürich Telefon 058 451 50 00.



Der DOCUPASS ist die anerkannte Gesamtlösung für Ihre Vorsorge mit folgenden Dokumenten und Formularen:

- Patientenverfügung
- Anordnung für den Todesfall
- Vorsorgeauftrag
- Testament
- Vorsorgeausweis
- Informationsbroschüre

Bestellen Sie Ihren DOCUPASS noch heute!

Mehr Informationen erhalten Sie bei Pro Senectute Schweiz unter Telefon **044 283 89 89** oder online auf docupass.ch



Bestellitalon



Ex. Gesamtpaket DOCUPASS
(inkl. MwSt, exkl. Versandkosten)

à CHF 19.-

Einsenden an: Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich

Name/Vorname: _____

Strasse/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____