

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 95 (2017)  
**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:** 09.04.2026

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

# Pro Senectute

## Demenz: Angehörige als Wegbegleiter



Angehörige von Menschen mit Demenz leben in einer Extremsituation. Alles, was gewohnt war, wird infrage gestellt. Pro

Senectute Aargau begleitet und berät mit ihren Dienstleistungen zunehmend Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Wir laden Sie ein zu fünf öffentlichen Veranstaltungen zum Thema «Demenz kann jeden treffen»: «Demenz – Einmal nach nirgendwo. Angehörige als Wegbegleiter». Im Einstiegsreferat beschreibt Dr. med. Irene Bopp-Kistler, Geriaterin und Leitende Ärztin der Memory-Klinik im Waidspital Zürich, die veränderten Lebensrealitäten von Betroffenen und ihren Angehörigen und zeigt auf, wie Angehörige und demenzkranke Menschen neben Trauer auch Nähe und Glück erleben können. Im anschliessenden Podiumsgespräch unter Leitung von Verlegerin Anne Rüffer diskutieren lokale Gäste über ihre Erfahrungen und Hilfestellungen im Alltag. Daten: 21. März in Buchs (Gemeindesaal), 23. März in Bad Zurzach (Gemeindezentrum Langwies), 28. März in Stein AG (Saalbau), 30. März in Brugg (Süssbachsaal), 4. April in Bremgarten (St.-Josef-Stiftung), Beginn jeweils 19 Uhr, Dauer ca. 1,5 Stunden. Anschliessend sind alle zum Apéro eingeladen. Die Veranstaltungen sind kostenlos, Anmeldung nicht nötig. Informationen: Pro Senectute Aargau, Telefon 062 837 50 70, [www.ag.prosenectute.ch](http://www.ag.prosenectute.ch)

## «Alleinstehende Frauen – nicht allein»



Am Donnerstag, 23. Februar und 30. März, treffen sich Frauen zum Austausch in Herisau – neue Gesichter sind herzlich willkommen! Für Frauen und Männer offen ist das Sonntagscafé im Selewie in Herisau: Gönnen Sie sich einen gemütlichen Nachmittag am Sonntag, 26. Februar und 26. März, von 13.30 bis 17 Uhr. Am Donnerstagabend, 2. März, treffen sich Betroffene im Trauercafé in der Kulturwerkstatt in Herisau. In der Computerpredstunde in Herisau stehen unse-

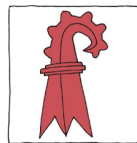
re Fachleute für Fragen rund um PC und Programme am 3. und 17. März zur Verfügung. Am 21. Februar findet der Workshop über Facebook und WhatsApp statt und am 30. März das Tanzcafé in Herisau mit Livemusik. Informieren Sie sich im Internet auf [www.ar.prosenectute.ch](http://www.ar.prosenectute.ch) oder bei der Geschäftsstelle über unsere Angebote. Pro Senectute Ausserrhoden, Telefon 071 353 50 30 (vormittags)

## Kennen Sie Everdance?



Bei Everdance werden Paartanzschritte ohne Partner/in erlernt, und dabei wird zu bekannten Musikhits das Tanzbein geschwungen – ein nächster Kurs dieser beliebten Tanzform startet am 6. März. Jassbegeisterte treffen sich am 17. März im Restaurant Krone in Gonten zum beliebten «Jass mit Spass»: In gemütlicher Atmosphäre wird ein einfacher Schieber gejast. Im Erzählcafé vom 31. März sind Sie zum Austausch von Erfahrungen aus dem eigenen Leben eingeladen. Gönnen Sie sich etwas Gutes: Sport, Spiel und Spass kennen kein Alter, bei uns steht die Freude an der Bewegung und am Zusammensein im Mittelpunkt. Informationen zu allen Aktivitäten in der Tagespresse und unter [www.ai.prosenectute.ch](http://www.ai.prosenectute.ch), für Fragen rund ums Älterwerden und für Anmeldungen: Pro Senectute Appenzell Innerrhoden, Marktgasse 10c, 9050 Appenzell, Telefon 071 788 10 21.

## Hilfe bei Ihrer Steuererklärung



Sind Sie mindestens 60 Jahre alt, wohnen in den Kantonen Basel-Stadt oder Baselland und wollen oder können Ihre Steuererklärung nicht mehr ausfüllen? Unsere Fachkräfte für Steuerfragen erledigen dies für Sie – diskret, seriös, kompetent und zu fairen Tarifen auf der Grundlage von Einkommen und Vermögen. Das Prozedere in Basel-Stadt: Entweder Sie vereinbaren telefonisch einen Termin mit uns, erhalten anschliessend eine Checkliste und bringen

zum vereinbarten Termin alle Unterlagen in das Pro-Senectute-Steuerklärungszentrum beim Wettsteinplatz in Basel. Oder Sie bringen Ihre Unterlagen ohne Voranmeldung vorbei, und wir übernehmen das Ausfüllen für Sie. Das Prozedere in Baselland: Sie vereinbaren eine Sprechstunde mit unserer/m Steuerberater/in, diese/r kommt zu Ihnen nach Hause und füllt mit Ihnen die Steuererklärung aus. PS: Wir erhalten viele Telefonanrufe in den ersten Wochen des Steuertelefons und danken für Ihre Geduld. Steuertelefon 061 206 44 55 zwischen 13. Februar und 31. Mai Mo/Di/Do/Fr von 9 bis 12 Uhr. Steuerklärungszentrum an der Rheinfelderstrasse 29, 4058 Basel, offen vom 27. Februar bis zum 31. Mai, Mo/Mi/Do 14 bis 16 Uhr. [www.bb.prosenectute.ch](http://www.bb.prosenectute.ch)

## Sicher unterwegs mit Rollator und ÖV



**Region Bern:** Steuerklärungsdienst für Menschen ab 60 Jahren: Unsere freitätigen Mitarbeiter/innen füllen Ihre Steuerklärung 2016 sorgfältig und diskret aus oder überprüfen sie auf ihre Richtigkeit. Tarife: ab CHF 70.– (je nach Zeitaufwand und steuerbarem Vermögen), für Bezüger/innen von Ergänzungsleistungen CHF 40.– pauschal. Informationen erhalten Sie bei Pro Senectute Region Bern, Telefon 031 359 03 03, Mail [region.bern@be.prosenectute.ch](mailto:region.bern@be.prosenectute.ch)

**Region Biel/Bienne-Seeland:** In Zusammenarbeit mit dem Büro für Mobilität und ZIA «Zwäg ins Alter» bieten wir im April und Mai einen dreiteiligen Rollatorkurs an. Sie erlernen den richtigen Umgang mit der Gehhilfe und üben im Extra-Bus, wie man sicher im ÖV unterwegs ist. Der Kurs wird von Physiotherapeuten und Mobilitätsexpertinnen geleitet. Pro Teilnehmer/in ist eine Begleitperson kostenlos willkommen. Informationen: Telefon 032 328 31 11, Mail [biel-bienne@be.prosenectute.ch](mailto:biel-bienne@be.prosenectute.ch)

**Region Berner Oberland:** Sicher unterwegs im STI-Bus – lernen Sie, wie Sie sich mit dem Bus sicher und bequem bewegen können. Sie erfahren etwa, wie und wo Sie am besten einsteigen, welche Knöpfe

wozu dienen, welche Hilfestellungen Sie vom Fahrpersonal erwarten dürfen und Wissenswertes über den Ticketkauf. Der Kurs findet am Mittwoch, 8. März, von 14 bis 16.30 Uhr in Thun statt.

**Region Emmental-Oberaargau:** Gesucht werden freiwillige Mitarbeiter/innen für den Administrations- und Steuerklärungsdienst für die Region Langenthal. Interessiert? Kurse, Sportangebote in der Halle oder im Freien, Turngruppen, Veranstaltungen, Tanznachmittage, offenes Singen, Sportkegeln – alle Angebote in unserem Programmheft «activ». Pro Senectute E-O, Langenthal, Telefon 062 916 8090.

### Entdecken Sie unsere Angebote!



Das neue Programm für Velo- und Wandertouren ist ab dem 1. März erhältlich. Eine grosse Kursauswahl erwartet Sie: Make-up-Kurs, Antara, Qigong, Koch- und Sprachkurse, Zumba Gold sowie verschiedene Ausflüge. Zudem bieten wir iPad- und iPhone-Kurse an wie erste Schritte mit PC, Internet und E-Mail. Auskunft beim Sekretariat Pro Senectute Kanton Freiburg, Telefon 026 347 1240, Mail [info@fr.prosenectute.ch](mailto:info@fr.prosenectute.ch)

### Ü60-Tanz-Party 2017 im Glarnerland



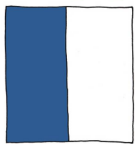
Zum Frühlingsanfang präsentiert Pro Senectute Glarus die zur Tradition gewordene «Ü60-Tanz-Party» am 16. März ab 13.45 Uhr im Gesellschaftshaus in Ennenda bei Glarus. Das zwölfköpfige Orchester Evergreen aus Winterthur spielt mit bekannten Ohrwürmern aller Stilrichtungen zum Tanz auf und sorgt für tolle Stimmung. Dank den charmanten Taxi-Tänzern «Happy Bones» kommen wirklich alle Damen ausgiebig zum Tanzen. Unsere Helferinnen der Festwirtschaft verwöhnen alle mit feinen belegten Brötli, Torten und einer grossen Getränkeauswahl. Zu dieser beliebten Veranstaltung sind auch tanz- und musikbegeisterte Partygäste aus anderen Regionen der Schweiz herzlich willkommen. Informationen: Telefon 055 645 6020.

### Technik-Kurse sind beliebt!



Die Welt moderner Kommunikationsgeräte steht allen offen, und die Senior/innen stehen den Jungen in nichts nach. Deshalb sind die Kurse bei Pro Senectute Graubünden auch so beliebt: Smartphone und Tablet bedienen, SBB-Fahrplan lesen und Ticket lösen mit dem Handy oder auf dem Tablet, alles kein Problem! Wollen Sie Ihre Fotos auf dem PC oder Ihrem Laptop verwalten oder haben Sie einen Mac-Computer? Auch das kann jedermann und jedefrau lernen. Unsere kompetenten Kursleiter/innen helfen gerne: Telefon 081 252 75 83, Mail [kurse@gr.prosenectute.ch](mailto:kurse@gr.prosenectute.ch)

### Fachtagung zum Thema Schlaf



Die Fachtagung «Gut schlafen – lebenswichtig oder Luxus?» von Pro Senectute Kanton Luzern im SPZ in Nottwil steht allen Interessierten offen. Rund zwanzig Prozent der Bevölkerung leiden unter schweren Ein- und Durchschlafstörungen. Mit dem Älterwerden nehmen diese Beschwerden eher zu, und die Schlafdauer geht gleichzeitig zurück. Lässt sich die innere Uhr trainieren – auch ohne Medikamente? Was kann jede und jeder selber für einen gesunden, erholsamen Schlaf tun? Wie wichtig ist die persönliche Schlafumgebung? Gibt es Wege, um unserem Körper und Geist auch mit wenig Schlaf die nötige Erholung zu ermöglichen und mit langen Nächten positiv umzugehen? Nebst Kurzreferaten von lic. phil. Remo Sigrist, leitender Psychologe an der Klinik für Schlafmedizin in Luzern, Dr. med. Marjella Spindler, Fachärztin Psychiatrie, Psychotherapie und Schlafspezialistin SGSSC, sowie Roland Grüter, RLS Liege- und Schlafberater und Inhaber Schlafcenter Neuenkirch, gibt es im zweiten Teil eine Podiumsdiskussion unter der Leitung von Astrid Bossert Meier, Journalistin BR, mit den Referenten sowie einer betroffenen Person. Die Veranstaltung dauert von 13.30 bis 17 Uhr, Eintritt CHF 50.– inklusive Pau-

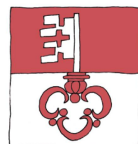
senverpflegung und Apéro. Anmeldung bis 1. März: Mail [fachtagung@lu.prosenectute.ch](mailto:fachtagung@lu.prosenectute.ch) oder bei Pro Senectute Kanton Luzern, Telefon 041 226 11 88.

### Unterstützung beim Zahlenbeigen



In nächster Zeit steht das Ausfüllen der Steuererklärung an. Im Auftrag von Pro Senectute Nidwalden füllen Fachleute Ihre Steuererklärung aus. Voraussetzung sind überschaubare Einkommens- und Vermögensverhältnisse – gerne senden wir Ihnen unser Merkblatt zum Steuerklärungsdienst. Schneeschuhtouren finden noch bis 2. März jeden Donnerstag statt. In verschiedenen Wasserfitness-Gruppen gibt es freie Plätze. Die Wandersaison beginnt am 16. März mit einer Wanderung im Aargauer Seetal. Weitere Kurse: Alte deutsche Schrift lesen am 16. März, 14 bis 16 Uhr, mit Anmeldung. Leserunde am 20. März, 14 bis 15.30 Uhr, ohne Anmeldung. Nidwaldner Dialekt am 23. März, 14 bis 16.30 Uhr. WhatsApp mit dem Smartphone nutzen am 27. März, 14 bis 15.30 Uhr. Erlebnis Bürgenstock Resort am 6. April, 14 bis 17.30 Uhr. Pro Senectute Nidwalden, St.-Klara-Rain 1, 6370 Stans, Telefon 041 610 76 09, oder Mail [info@nw.prosenectute.ch](mailto:info@nw.prosenectute.ch), Internet [www.nw.prosenectute.ch](http://www.nw.prosenectute.ch)

### Unser vielfältiges neues Programm



Haben Sie das Programm 1/2017 schon durchgeblättert? Wir senden es gerne zu, oder Sie informieren sich auf [www.ow.prosenectute.ch](http://www.ow.prosenectute.ch) im Internet. Entdecken Sie Neues: Im Faszien-Fit-Kurs lernen Sie, das Bindegewebe gesund und leistungsfähig zu erhalten. Unter dem Titel «Sehen Sie wirklich gar nichts?» hat Dominik Brun eine Biografie über den blinden Pianisten Hansburkard Meier geschrieben – lernen Sie Werk und Autor an der Lesung am 8. März kennen. Kochen, malen, gut und erholsam schlafen, Smartphone- und iPhone/iPad-Kurse, Compu-

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 62

# Pro Senectute

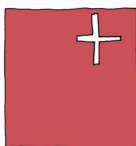
terkurs, Weiterbildung im Strassenverkehr, Minigolf, Golf, Nordic Walking – wir bieten eine reiche Palette. Melden Sie sich bald an bei Pro Senectute Obwalden, Telefon 041 660 57 00, Mail [info@ow.prosenectute.ch](mailto:info@ow.prosenectute.ch)

## Sicher stehen – sicher gehen



So lange wie möglich unabhängig und mobil bleiben sowie sich uneingeschränkt bewegen können ist der Wunsch und das Ziel der Senior/innen. Ein gezieltes Training, um Kraft, Reaktionsfreudigkeit und Koordination zu erhalten und zu verbessern, ist der Weg, dieses Ziel zu erreichen. «Sicher gehen» bedeutet kein Risiko eingehen, sich absichern, vorbeugen – so die Übersetzung im Duden. Genau diese Aspekte werden in unseren Kursen für Sturzprophylaxe vermittelt: Sie üben und erhalten auch wertvolle Tipps, die Sie im Alltag umsetzen können. Ein Sturz führt oft in eine Hilflosigkeit und Abhängigkeit, dies gilt es zu vermeiden. Melden Sie sich bei Pro Senectute Kanton Schaffhausen für den nächsten Einführungskurs ab dem 1. März an: Telefon 052 634 01 30, Mail [claudia.lueddecke@sh.prosenectute.ch](mailto:claudia.lueddecke@sh.prosenectute.ch), [www.sh.prosenectute.ch](http://www.sh.prosenectute.ch)

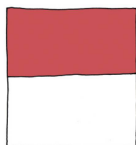
## Buchen Sie Ferien bei uns!



**Region Aargau:** Wanderferien in Mallorca im Frühling, Viertageswanderung Stockalperweg, Baderferien in Bibione, begleitete Ferienwoche in Thun, Wanderwoche im Montafon. Tolle Tagesausflüge führen Sie an schöne Plätze in der Region mit Reisebegleitung und Abholen zu Hause. Entspannt «Bädele» in Bad Ragaz in der Tamina-Therme. Einladung zur Vernissage und Ausstellung am 16. März im Creativ-Center mit Bildern aus dem Malkurs. Lust auf Film und Kuchen? Das «Cineor» besuchen, sich im Kino treffen und zurücklehnen. Infoabend am 28. März zur Pensionierung und zum Docupass. Computer-, Tablet- oder Smartphone-Privatstunden zu Hause. Erzählen, was das Leben schrieb, im

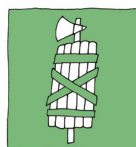
Erzählcafé. Den Mittagstisch in Lachen jetzt auch an einem Sonntag geniessen. Bestellen Sie das Programm von Pro Senectute Ausserschwyz in Lachen, Telefon 055 442 65 55, Internet [www.sz.prosenectute.ch](http://www.sz.prosenectute.ch)

## Tauchen Sie ein in die digitale Welt!



Lassen Sie sich von uns in die digitale Welt des Computers und der modernen Kommunikationen einführen! Machen Sie mit uns die ersten Schritte oder bauen Sie auf Ihrem Wissen auf! Unsere vielseitigen Angebote sprechen sowohl Anfänger wie Fortgeschrittene an. Sie profitieren von kleinen Gruppen, erfahrener Kursleitung und Rücksicht auf Tempo und Möglichkeiten. Unser Angebot umfasst Grund- und Vertiefungskurse PC, Handy und Tablets (Android und Apple). Auch können Sie lernen, eine Reise im Internet zu planen oder was zum sicheren Umgang mit Internet und neuen Medien wichtig ist. Anmeldung für Kurse in Solothurn und Umgebung Telefon 032 626 59 79, Olten und Umgebung Telefon 062 287 10 20 oder [www.so.prosenectute.ch](http://www.so.prosenectute.ch)

## Die Anlaufstelle für Altersfragen



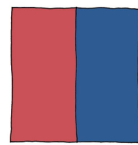
Mit Fragen im und ums Alter sind Sie bei Pro Senectute immer an der richtigen Adresse! Ob ältere Person oder Angehörige: Wir informieren, beraten und vermitteln Dienstleistungen und Hilfsangebote. Auch wenn Sie eine Einsatzmöglichkeit suchen, z. B. als Kursleiter, als Mitarbeiterin im Steuerklärungsdienst oder im Besuchsdienst, sind Sie bei uns richtig. Information und Beratung bieten wir kostenlos an. Sie finden uns im Internet unter [www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch) – oder rufen Sie direkt an bei einer der sechs Regionalstellen: Stadt St. Gallen Telefon 071 227 60 00, Rorschach/Unterrhein 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 und St. Gallen Land Telefonnummer 071 388 20 50.

## Wir erledigen Ihre Steuererklärung



Wir erstellen Steuererklärungen, beraten und überprüfen Steuerveranlagungen für ältere Menschen und entlasten Sie von administrativen Arbeiten. Unsere Tarife sind sozial verträglich, Sie profitieren von unserer langjährigen Erfahrung. Gerne geben wir Auskunft: Pro Senectute Thurgau, Rathausstrasse 17, 8570 Weinfelden, Telefon 071 626 10 86, Mail [info@tg.prosenectute.ch](mailto:info@tg.prosenectute.ch), [www.tg.prosenectute.ch](http://www.tg.prosenectute.ch)

## Bleiben Sie auch im 2017 fit



... mit Pro Senectute Ticino e Moesano! Die Gymnastikgruppe Ascona braucht Verstärkung: Montags 14 bis 15 Uhr finden in der neuen Turnhalle (palestra nuova di Ascona) Probelektionen statt. Frau Baumeler, Leiterin Erwachsenensport esa, freut sich auf Sie! Anmeldung auch direkt bei der Kursleitung möglich. Fürs Sport- und Bildungsprogramm der Regionalstelle Locarno klicken Sie auf [www.prosenectute.org](http://www.prosenectute.org) die Rubrik Formazione e corsi an. Infos und Anmeldungen: Centro Regionale, Frau Fux, Viale Cattori, 6600 Muralto, Telefon 091 759 60 20. Lust auf Reisen oder erholsame Ferien? Im Schnee, am Strand oder in Thermalgebieten? Ab sofort ist das neue Reise- und Ferienprogramm Vacanze 2017 in italienischer Sprache erhältlich. Kontaktieren Sie uns, es lohnt sich! Telefon 091 912 17 17, Mail [info@creativ.center.org](mailto:info@creativ.center.org)

## Neue Computerkurse



Erstmals im Programm finden Sie Computerkurse zum Thema Einstieg in Windows 10 und einen Kurs Einstieg/Umstellung auf Office 365: In leicht verständlichen Schritten werden Grundlagen dazu vermittelt. Im März findet wieder ein Workshop zum Thema Patientenverfügung statt: Schritt für Schritt wird auf Folgen und Konsequenzen beim Ausfüllen eingegangen. Der Workshop wird von Margrit Brunner geleitet. Mit ihr ist am 31. März auch ein Referat geplant mit

# Mein Wille geschehe!

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

dem Titel «Sinniges und Unsinniges zum Thema Alter». Das in den letzten Jahren sehr beliebte Everdance-Tanzen startet wieder Mitte März. Programme und Auskunft bei Pro Senectute Uri, Gitschenstrasse 9 in Altdorf, Telefon 041 870 42 12, [www.ur.pro-senectute.ch](http://www.ur.pro-senectute.ch)

## Steuererklärungsdienst – echte Hilfe



Schmerzt Sie auch der Kopf, wenn Sie nur schon das Wort Steuererklärung hören? Vor allem, weil Sie diese schon bald erledigt haben sollten? Dann sind Sie bei Pro Senectute Kanton Zug richtig: Unsere erfahrenen Steuerberater/innen füllen für Senior/innen in überschaubaren finanziellen Verhältnissen die Steuererklärungen aus und helfen mit, die Abzugsmöglichkeiten auszuschöpfen und unnötige Ausgaben zu vermeiden. Alle Berater/innen sind ausgewiesene und oft pensionierte Fachleute. Für Fragen und Informationen wenden Sie sich bitte an Rosetta Rosamilia, Telefon 041 727 50 20, Mail [rosetta.rosamilia@zg.prosenectute.ch](mailto:rosetta.rosamilia@zg.prosenectute.ch)

## Kompetente Begleitung



Fachkundige Steuerberater/innen nehmen sich Zeit für Sie und füllen mit Ihnen die Steuererklärung 2016 aus. Die Beratungen finden in einem unserer Dienstleistungszentren statt, unter bestimmten Voraussetzungen auch bei Ihnen zu Hause. Die Berater/innen sind erfahrene pensionierte Fachkräfte und werden von uns sorgfältig auf ihre Aufgabe vorbereitet. Selbstverständlich behandeln sie alle Ihre Angaben streng vertraulich. Eine kompetente Begleitung beim Ausfüllen der Steuererklärung lohnt sich für Sie in jedem Fall. Erkundigen Sie sich unverbindlich beim Dienstleistungszentrum in Ihrer Region: Limmattal und Knonaueramt Telefon 058 451 52 00, Oberland Telefon 058 451 53 48, Pfannenstiel Telefon 058 451 53 20, Unterland und Furttal Telefon 058 451 53 05, Winterthur und Weinland Telefon 058 451 54 00, Zimmerberg Telefon 058 451 52 20, 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](http://docupass.ch)

### Bestelltalon



**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: \_\_\_\_\_