

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 99 (2021)
Heft: 2

Rubrik: Pro Senectute : wer was wie wo

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: 04.05.2026

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

Pro Senectute unterstützt Sie in allen Kantonen und Regionen. Bitte informieren Sie sich telefonisch oder im Internet, welche Dienstleistungen derzeit angeboten werden können. Sämtliche Adressen stehen auf prosenectute.ch und ganz vorne hier im Heft.

AARGAU

«DAHEIM UNTERSTÜTZT»

Unsere Alltags- und Haushaltshilfe unterstützt Sie im Haushalt und entlastet Angehörige. Unsere Mitarbeitenden helfen Ihnen bei Alltagsaufgaben wie etwa bei der Reinigung von Küche und Bad, beim Einkaufen und Kochen, bei der Erledigung der Wäsche oder der Gartenpflege. Wir leisten Ihnen Gesellschaft oder begleiten Sie zu verschiedenen Terminen. Alle Aufgaben werden wenn immer möglich durch die gleiche Mitarbeitende ausgeführt. Bei einer Bedarfsabklärung vor Ort werden die Bedürfnisse und Wünsche aufgenommen. Weitere Informationen:

Telefon 062 837 50 70

ag.prosenectute.ch

APPENZELL AUSSERRHODEN

WIR SIND FÜR SIE DA!

Corona hält uns fest im Griff. Unser Sozialarbeiter-Team ist weiterhin für Sie da (z.B. bei Fragen zur EL-Reform). Die Steuererklärung 2020 steht an: Gerne unterstützen wir Sie. Haben Sie das Bedürfnis zu reden? Dienstags und mittwochs ist Silvia Hablützel von «Zwäg is Alter» zwischen 10 und 11 Uhr für Sie erreichbar (Telefon 071 890 06 63)! Ob die Corona-Situation die geplanten Anlässe zulässt, ist aktuell offen. Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite ar.prosenectute.ch, wo Sie auch viele Tipps finden, damit Sie trotz Corona fit bleiben. Auskünfte vormittags unter

Telefon 071 353 50 30

APPENZELL INNERRHODEN

FINANZ- UND ANDERE FRAGEN

Wir sind mit unserem Beratungs- und Dienstleistungsangebot auch in der aktuellen Situation gerne für Sie da. Unsere Sport- und Bildungsangebote

werden laufend der Situation angepasst. Den Mahlzeitendienst erreichen Sie vormittags von Montag bis Freitag unter Telefon 071 788 10 28. Haben Sie Fragen zu Ihren Finanzen? Gerne unterstützen wir Sie bei administrativen und finanziellen Angelegenheiten und helfen Ihnen beim Ausfüllen der Steuererklärung. Informationen finden Sie auf ai.prosenectute.ch oder vereinbaren Sie telefonisch einen Termin mit dem Sekretariat oder unserer Sozialarbeiterin Ingrid Albisser:

Sekretariat: Telefon 071 788 10 28

Ingrid Albisser: Telefon 071 788 10 26

BASEL/BASELSTADT

STEUERERKLÄRUNG LEICHT GEMACHT

Demnächst muss die Steuererklärung ausgefüllt werden. Wer mindestens sechzig Jahre alt ist, kann diese Aufgabe auch an die ausgewiesenen und diskreten Fachleute von Pro Senectute beider Basel delegieren. Sie können zwischen drei Varianten wählen: Entweder senden Sie alle Unterlagen für die Steuererklärung sowie eine Kopie der definitiven Veranlagung von 2019 per Post an Pro Senectute beider Basel. Oder unsere Berater/innen füllen beim Hausbesuch die Steuererklärung bei Ihnen daheim aus. Drittens können Sie die Steuererklärung selbst ausfüllen und sich bei gewissen Themen beraten lassen. Die telefonische Anmeldung für den Hausbesuch oder die Beratung ist bis zum 28. Mai montags, dienstags und donnerstags von 9 bis 12 Uhr möglich:

Telefon 061 206 44 55

bb.prosenectute.ch/steuerflyer

KANTON BERN

STEUERERKLÄRUNGSDIENST

Pro Senectute Kanton Bern bietet für Menschen ab sechzig den Steuerklä-

rungsdienst an. Unser Steuerklärungsteam füllt Ihre aktuelle Steuererklärung kompetent und diskret aus. Melden Sie sich bei Ihrer zuständigen Beratungsstelle: Adressen im Internet oder vorne hier im Heft oder unter **be.prosenectute.ch**

FREIBURG

NEUES AKTIVITÄTEN-PROGRAMM

Entdecken Sie unsere vielfältigen Angebote und bestellen Sie unser Aktivitäten-Programm. Der Steuerklärungsdienst ist seit dem 25. Januar wieder tätig. Verlangen Sie unsere Flyer mit Detailangaben für Wanderungen in den Voralpen sowie für die Velo- und E-Bike-Saison ab März. Sprachkurse (Spanisch, Italienisch, Englisch), Sicherheit am Steuer, Zumba Gold sowie Welttänze sind ebenfalls aktuell, sobald die Coronasituation es zulässt. Auskunft:

Telefon 026 347 12 93

fr.prosenectute.ch

GLARUS

ONLINE-KURSE – WIE GEHT DAS?

Im Zeitalter von Corona hat die Online-Gruppenkommunikation an Bedeutung gewonnen. Lernen Sie an unserem Kurs alles Wissenswerte über diese neue Form der Kommunikation und machen Sie sich vertraut mit den Möglichkeiten, die sich daraus ergeben. Der Clou: Sie können einfach von zu Hause aus teilnehmen! Unser erfahrener Kursleiter wird Sie behutsam in diese neue Welt einführen und Ihre Neugier wecken.

Telefon 055 645 60 20

Mail info@gl.prosenectute.ch

GRAUBÜNDEN

ADMINISTRATIVER DIENST

Persönlich und diskret, das ist unser

Administrativer Dienst! Die Mitarbeitenden unterstützen Sie bei Zahlungen, reichen Rückerstattungsanträge bei Versicherungen und Krankenkasse ein, füllen Formulare aus und schreiben Briefe an Ämter. Dabei behalten Sie die Verantwortung für die Administration und entscheiden in allen Belangen selber. Interessiert? Dann rufen Sie uns an:

Telefon 081 300 35 20

Mail info@gr.prosenectute.ch

LUZERN

UNTERSTÜTZUNG BEI DER STEUERERKLÄRUNG

Ab 22. Februar kann telefonisch ein Termin vereinbart werden. Zusammen mit einer Fachperson wird die Steuererklärung auf dem Computer ausgefüllt und fertiggestellt. Die Unterlagen können auch per Post eingereicht werden. Bei der Online-Steuererklärung per eFiling werden die Beilagen elektronisch erfasst oder fotografiert und verschlüsselt ins Programm importiert. Die Übermittlung und Identifikation ist durch den persönlichen Zugangscodes sichergestellt. Eine persönliche Unterschrift sowie das Verschicken an das ScanCenter in Zürich entfallen. Weitere Informationen auf lu.prosenectute.ch unter Beratungen/Steuerklärungsdienst:

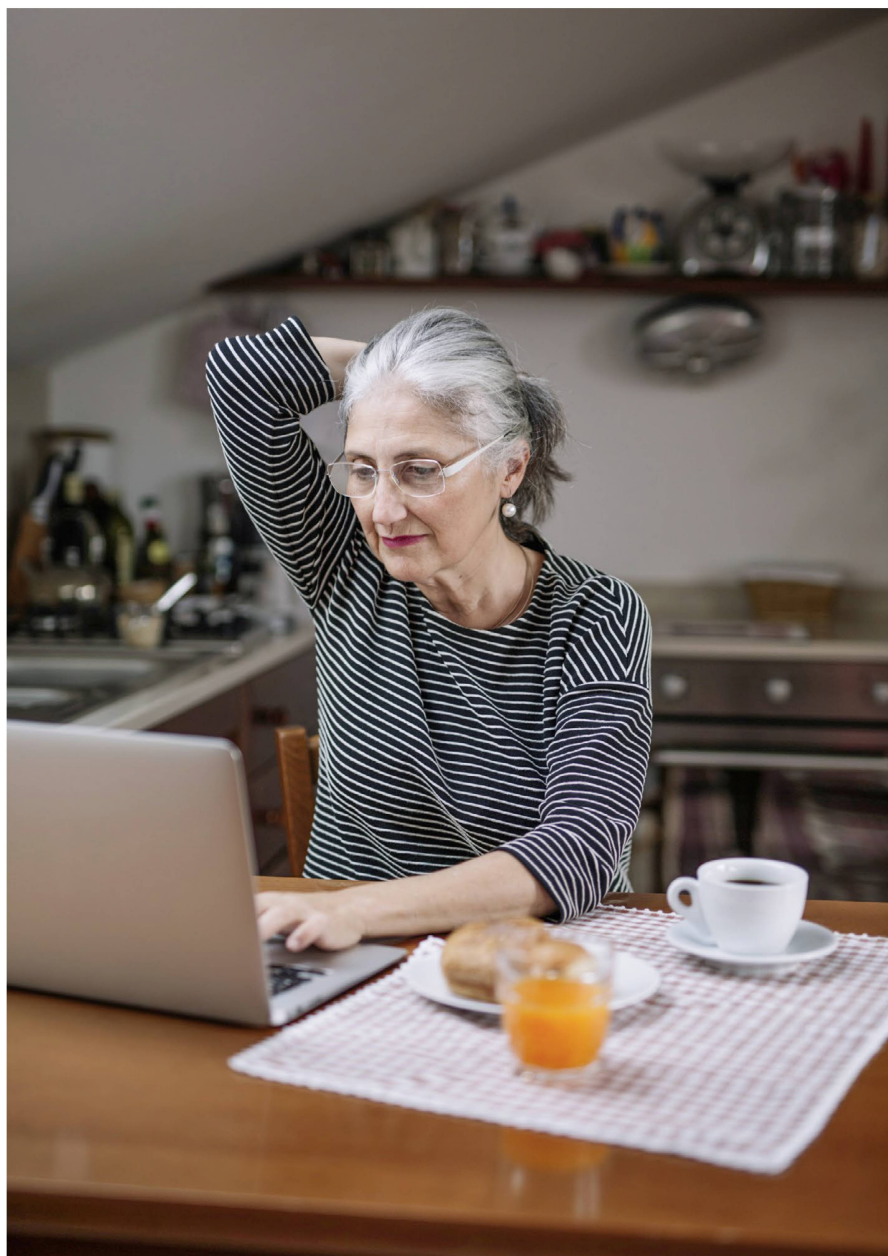
Telefon 041 319 22 80

Mail steuern@lu.prosenectute.ch

NIDWALDEN

MAHLZEITENDIENST «CASA-GUSTO» UND «CASABUONO»

Sie wünschen sich gesunde und bekömmliche Mahlzeiten, können oder möchten aber nicht selbst kochen? Bei unseren Angeboten CasaGusto casagusto.ch und CasaBuono nw.prosenectute.ch stehen Qualität, Vielfalt, Geschmack und unkompliziertes Bestellen im Vordergrund. Die Mahlzei-



«Alles Wissenswerte zu Online-Kommunikation und deren Möglichkeiten können Sie zu Hause erfahren.»

gl.prosenectute.ch

tenangebote sind altersunabhängig. Einen Gesamtüberblick bietet Ihnen unser Flyer. Rufen Sie uns an! Gerne informieren wir Sie und besprechen Ihre Wünsche.

Telefon 041 610 76 09

nw.prosenectute.ch

OBWALDEN

ENGLISH JOKES ODER SOLOTANZSPASS

Möchten Sie englische Witze abonnieren und somit eine Prise Humor auf dem Sprachniveau «Englisch leicht fortgeschritten» nach Hause bestellen? Mit dem Angebot «Online - Everdance» wöchentlich zu Evergreens solo tanzen? Oder vielleicht lieber bei einer Telefonkette mitmachen und dabei mehr Kontakt und Austausch mit Mitmenschen gewinnen? Dann verlangen Sie nähere Informationen zu den neuen Angeboten zu Corona-Zeiten.

Telefon 041 666 25 45

ow.prosenectute.ch

SCHAFFHAUSEN

BLEIBEN SIE FIT TROTZ CORONA

Wir haben für all unsere Fit-Gym-Gruppen ein virtuelles Angebot erarbeitet. Das können Sie über den TV wie auch über den PC/Laptop nutzen. Informationen unter Telefon 052 634 01 35. Unsere beliebten Outdoor-Angebote Nordic Walking und Wandern finden in diversen Kleingruppen weiterhin statt. Die halbjährlich erscheinende Senioren-Agenda ist ab sofort erhältlich. Wir hoffen, dass wir alle Angebote ab März wieder durchführen können. Brauchen Sie Unterstützung? Z.B. Alltagsdienste, Mahlzeitendienst, Entlassungsdienst oder Hilfe bei der Steuererklärung? Wir sind für Sie da, rufen Sie uns an. Alle Dienstleistungen finden Sie auch unter sh.prosenectute.ch. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Telefon 052 634 01 30

Mail nicole.buergin@sh.prosenectute.ch

SCHWYZ

WIR BEANTWORTEN IHRE FRAGEN

Unser Team von Fachleuten füllt von Februar bis April einfache Steuerklärungen für Sie aus – verlangen Sie das Merkblatt. Bei Fragen rund um Finanzen, Sozialversicherungen und Vorsorge bieten unsere Sozialarbeiterinnen persönliche Beratungen an. Sobald es die Corona-Vorschriften erlauben, startet das neue Kursprogramm. Bestellung und Information bei der Beratungsstelle Brunnen:

Telefon 041 825 13 83

Mail beratungsstelle@sz.prosenectute.ch

SOLOTHURN

STEUERERKLÄRUNG IN VERTRAUVENSVOLLEN HÄNDEN

In diesen Tagen erhalten wir die Steuer-

erklärung. Das Sammeln der benötigten Unterlagen und das Übertragen der Daten in die Steuererklärung bedeutet für viele Senior/innen eine Herausforderung. Unsere geschulten Mitarbeitenden helfen Ihnen unter Einhaltung der Corona-Schutzmassnahmen bei diesen Aufgaben. Für weitere Informationen stehen Ihnen unsere Fachstellen in Solothurn/Thal-Gäu, Grenchen, Olten-Gösgen und Dorneck-Thierstein gerne zur Verfügung. Die Adressen finden Sie vorne im Heft.

so.prosenectute.ch

ST. GALLEN

FÜR ALLE 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 wie Unterstützung im Haushalt oder mit Versicherungen und Finanzen. Oder interessieren Sie sich für Bildungs- und Sportkurse? Auch wenn Sie eine Einsatzmöglichkeit suchen, z.B. als Kursleiter, als Mitarbeiterin im Steuerklärungsdienst oder im Besuchsdienst usw., helfen wir gerne weiter. Information und Beratung sind kostenlos. Sie finden uns im Internet und die Adressen unserer sechs Regionalstellen auch vorne im Heft.

sg.prosenectute.ch

THURGAU

NEU: VIDEOBERATUNG

Neu führen wir auch Videoberatungen durch und können somit Sozialberatungen auf drei verschiedenen Kontaktebenen anbieten: persönlich, telefonisch und mittels Videochat. Die individuellen Beratungsbedürfnisse der älteren Bevölkerung und ihrer Angehörigen können so insbesondere in der aktuel-

len Situation besser berücksichtigt werden. Vereinbaren Sie einen Termin für eine Beratung zu allen Fragen des Alters:

Telefon 071 626 10 89

Mail info@tg.prosenectute.ch

TICINO E MOESANO

AKTIVITÄTEN UND DIENSTLEISTUNGEN

Aufgrund der schwierigen Situation und der Ansteckungsgefahr mussten wir alle Sport- und Bewegungskurse sowie Freizeitaktivitäten einstellen. Einkaufs- und Hauslieferdienst sowie Mahlzeitendienst funktionieren weiterhin. Neu bieten wir zweistündige Docupass-Kurse «Hilfe beim Ausfüllen» sowie Seminare zur Vorbereitung auf die Pensionierung an. Details auf prosenectute.org. Sämtliche Aktivitäten finden unter Einhaltung von strengen Schutzkonzepten statt, die stetig den neusten Entwicklungen angepasst werden. Für weitere Infos rufen Sie bitte beim Hauptsitz in Lugano an:

Telefon 091 917 17 17

URI

BILDUNGS- UND BEWEGUNGS- PROGRAMM

Das neue Bildungs- und Bewegungsprogramm für das erste Halbjahr 2021 ist da! Sobald es die Situation erlaubt, finden wieder spannende und abwechslungsreiche Aktivitäten statt wie Sprachkurse, Exkursionen, Workshops zur Vorsorge und verschiedenste Bewegungsangebote. Ebenso tolle Angebote für Grosseltern, um wertvolle Zeit mit ihren Enkelkindern zu verbringen. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig über unsere Homepage, ob, wie und was durchgeführt werden kann.

Telefon: 041 870 42 11

ur.prosenectute.ch

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Wenn ich nicht mehr entscheiden kann...

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



**+ 12 Monate
gratis Zugang zu
toeyoo**
im Wert von 39.-

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

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

Vorteile der elektronischen Hinterlegung:

- Onlinezugriff orts- und zeitunabhängig
- Zugang für Vertrauenspersonen
- Ausdruck jederzeit möglich

Bestellen Sie Ihren DOCUPASS noch heute!

Diese Aktion ist gültig bis 30. April 2021.

Mehr Informationen und Bestellungen online auf www.docupass.ch



Bitte senden Sie mir gegen Rechnung:



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: _____

WALLIS

WINTERPROGRAMM

Unser Winterprogramm 2021 mit sportlichen Aktivitäten liegt parat und kann je nach Massnahmen des Bundesrates zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführt werden. Bestellen Sie das Programm beim Sekretariat oder rufen Sie es auf unserer Homepage ab:

Telefon 027 948 48 50

vs.prosenectute.ch

ZUG

WIR SIND AUCH IM NEUEN JAHR FÜR SIE DA

Unsere Fachpersonen für Altersfragen sind gerne für Sie da. Wir verfügen über ein umfassendes Schutzkonzept und können Sie optimal beraten. Die Beratungsgespräche können auch per Telefon stattfinden. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und wir entscheiden gemeinsam, wie wir Sie am besten unterstützen können. Kontaktieren Sie uns für Fragen und Informationen:

Telefon 041 727 50 20

Mail info@zg.prosenectute.ch

ZÜRICH

KOMPETENTE BEGLEITUNG

Das Ausfüllen der Steuererklärung ist anspruchsvoll. Unsere freien Mitarbeitenden im Steuerklärungsdienst helfen Ihnen dabei, keine Abzüge zu vergessen und allfällige Gesetzesänderungen zu beachten. Es sind erfahrene Fachkräfte, von uns sorgfältig ausgewählt und auf diese Aufgabe bestens vorbereitet. Alle Ihre Angaben behandeln wir vertraulich. Eine kompetente Begleitung beim Ausfüllen der Steuererklärung lohnt sich in jedem Fall. Unverbindliche Informationen erhalten Sie im Dienstleistungscenter Ihrer Region. Alle Informationen unter

www.pszh.ch/steuern