

Besuchsdienst, Alltagsbegleitung & Alltagsgestaltung

Besuchsdienst - Pro Senectute Kanton Zürich

Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich, 058 451 50 00, dc.zuerich@pszh.ch

Öffnungszeiten Dienstleistungszentrum Stadt Zürich Mo - Fr 08.30 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr

- Besuchsdienst für Einzelpersonen und Paare ab 60 Jahren
- Nach einem persönlichen Kennenlerngespräch wird eine passende Besuchsperson ausfindig gemacht
- Regelmässigkeit und Dauer der Besuche können individuell mit der Besuchsperson besprochen werden
- Menschen, die Ergänzungsleistungen beziehen können eine Kostenübernahme durch das Amt für Zusatzleistungen abklären

Kosten innerhalb der Stadt Zürich: 25.00 CHF pro Besuch

Kosten in den restlichen Regionen im Kanton Zürich: Kostenlos

<https://pszh.ch/begegnung/begegnungsorte/besuchsdienst/>

Besuchsdienst Pontesano – Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich

Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich, 044 360 28 62

Telefonische Erreichbarkeit: Di, Do, Fr 09.00 – 11.00 Uhr

- Besuchsdienst für Menschen mit psychischen Belastungen oder Problemen, die im Kanton Zürich wohnen
- Die gemeinsame Zeit beträgt zwei bis drei Stunden
- Mögliche Aktivitäten: Spaziergänge, kleine Ausflüge, Gesellschaftsspiele, Hobbys, Einkaufen, Kochen, Tee trinken, Essen.
- Mögliche Unterstützung: Administrative Anliegen, Orientierungshilfe im Sozial- und Gesundheitswesen, Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, Lösen alltagspraktischer Aufgaben, gemeinsames Entdecken von Wohn- und Tagesstrukturen
- Anmeldung erfolgt telefonisch und meistens durch zuweisende Stellen

Kosten: Kostenlos

<https://www.srk-zuerich.ch/fuer-sie-da/vorsorge-gesundheit/psychische-unterstuetzung-mit-pontesano>

CasaGusto - Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstrasse 145, 8032 Zürich, 058 451 50 50, mzd.zuerich@pszh.ch

- Ausgewogener und gesunder Mahlzeitendienst für Senior:innen
- Bestellung per Telefon oder online möglich
- CasaGusto liefert die Mahlzeiten innert 24 Stunden direkt nachhause
- Es kann aus einer grossen Online-Menükarte ausgewählt werden

Kosten Menü: Ab 14.20 CHF

Kosten Gemüsebeilagen und Suppen: Ab 6.90 CHF

Kosten Desserts: Ab 2.40 CHF

Kosten Getränke: Ab 2.95 CHF

<https://pszh.ch/betreuung/casagusto/#acc-was-kostet-der-mahlzeitendienst>

Finanzielle Unterstützung und soziale Nähe – Lichtblick im Alter

Zürichbergstrasse 233, 8044 Zürich, info@lichtblickalter.ch

- Für Menschen im Alter
- Finanzielle Unterstützung durch Geldspenden
- Soziale Nähe durch einen «Lichtblick-Tag» oder «Schenk-ein-Lächeln-Tag»
- Antragsformular auf Webseite herunterladen und ausfüllen
- Finanzielle Situation muss belegt werden

Kosten: Kostenlos

<https://lichtblickalter.ch/>

HEKS AltuM Zürich/Schaffhausen – Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz

Seminarstrasse 28, 8042 Zürich, 044 360 89 62, eva.walter@heks.ch

Öffnungszeiten: je nach Angebot

- Für Menschen ab 55 Jahren mit Migrationshintergrund und Fluchterfahrung sowie ihre Familien
- Treffpunkte, Bewegungsangebote, Kultur- und Freizeitangebote, Tandemangebote sowie Informationsveranstaltungen
- Angebote bieten eine Möglichkeit zum Austausch

Kosten: Je nach Angebot können Kosten anfallen, die jedoch auf der Webseite ersichtlich sind.

<https://www.heks.ch/was-wir-tun/altum-zh-sh/angebote-f-migrierende>

Stiftung Gemeinsam im Alter

Rüdigerstrasse 17, 8045 Zürich, 044 284 20 40, info@stiftung-gemeinsam-im-alter.ch

- Für ältere Menschen, die in der Stadt Zürich wohnen
- Angebote: Alltagsbegleitung, persönliche Begleitung und Telefentreffen

Kosten: Kostenlos

<https://www.stiftung-gemeinsam-im-alter.ch/>

Anlauf- und Beratungsstellen

Fachstelle Zürich im Alter – Stadt Zürich

Kreisgebäude 10, Wipkingerplatz 5, 8037 Zürich, 044 412 11 22, zuerich-im-alter@zuerich.ch

Öffnungszeiten Walk-in: Mo, Di, Mi, Fr 08.30 – 12.00 Uhr, 13.30 – 16.30 Uhr, Do 13.30 – 16.30 Uhr

- Für Menschen ab 60 Jahren, die in der Stadt Zürich wohnen
- Auch Angehörige können dieses Angebot in Anspruch nehmen
- Walk-In: Auskunft ohne Terminvereinbarung für Erstauskünfte möglich
- Für weitere Anliegen und Beratungen ist eine Terminvereinbarung notwendig
- Mögliche Themen: Wohnen, Selbständig zuhause leben, Gesundheitsförderung, Administration, Finanzen, Vorsorge, Angehörige
- Beratungen vor Ort, telefonisch oder zuhause

Kosten: Kostenlos

<https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/alter/fachstelle-zuerich-im-alter.html>

Gerontologische Beratungsstelle SiL – Stadt Zürich

Witellikerstrasse 19, 8008 Zürich. 044 414 77 77

- Ambulantes Angebot für Menschen, die an Demenz erkrankt sind
- Hausbesuche von Fachpersonen aus der Pflege und Betreuung von Menschen mit einer Demenz
- Angebot: Erste Schritte zur sicheren Diagnose, Alltagsbewältigung, Entlastungsangebote und Anlaufstellen finden

Kosten: Medizinische Abklärungen und Beratungen werden abzüglich Franchise und Selbstbehalt von der Krankenkasse übernommen. Nicht von der Krankenkasse gedeckte Kosten werden von der Stadt Zürich übernommen.

<https://www.stadt-zuerich.ch/gesundheitszentren/de/beratung-und-diagnostik/gerontologische-beratungsstelle-sil.html>

Sozialberatung – Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstrasse 145, 8032 Zürich, 058 451 51 00, info@pszh.ch

- Für ältere Menschen ab 60 Jahren und ihre Angehörigen
- Mögliche Beratungsthemen: Finanzen, Lebensgestaltung, Gesundheit, Entlastung von pflegenden Angehörigen, selbstbestimmtes Wohnen, Vorsorge
- Finanzielle Unterstützung nach Möglichkeit
- Beratungen vor Ort, telefonisch oder von zuhause aus
- Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://pszh.ch/beratung/sozialberatung/>

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

Malzstrasse 10, 8045 Zürich, 058 450 60 60 info@uba.ch

Telefonische Erreichbarkeit: Mo – Fr 14.00 – 17.00 Uhr

- Für ältere Menschen und ihre Angehörigen
- Vermittlung und Schlichtung in Konfliktsituationen und Hilfe für von Gewalt betroffene ältere Menschen
- Die Anlaufstelle nimmt die Anliegen und Beschwerden entgegen und klärt den Sachverhalt erstmalig ab, fordert notwendige Unterlagen, informiert über das weitere Vorgehen und macht, wenn notwendig eine Beschwerdeübergabe an die entsprechende regionale Fachkommission

Kosten: Kostenlos

<https://uba.ch/cms/>

Wohnen im Alter – Stadt Zürich Gesundheitszentren für das Alter

Auskunft und Beratung: 044 412 11 55, gfa-beratung@zuerich.ch

- Selbstbestimmtes Wohnen im Alter
- Zeitgemässe Wohnmöglichkeiten
- Unterstützung in der Alltagsbewältigung
- Betreuung und Pflege nach eigenen Bedürfnissen
- Das Angebot kann auch übergangsmässig genutzt werden
- Aufnahmekriterien: Selbständige Alltagsbewältigung möglich sowie die Fähigkeit, in einer Gemeinschaft zu leben
- Die Leistungen in den Bereichen Wohnen, Betreuung und Pflege sind vom Amt für Zusatzleistungen anerkannt
- Eine Anmeldung ist über die Beratungsstelle möglich oder kann direkt in den Häusern vorgenommen werden

Kosten: Kostengutsprache möglich.

Kostenübersicht ohne Kostengutsprache: <https://www.stadt-zuerich.ch/gesundheitszentren/de/ueberuns/medien/publikationen/wohnen-im-alter/tarife-wia.html>

<https://www.stadt-zuerich.ch/gesundheitszentren/de/wohnen-im-alter.html?path=/content/betriebs-sites/gesundheitszentren/de/wohnen-im-alter/jcr:content/mainparsys/imagegallery>

Vorsorge und Nachlass

Nachlassregelung – Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich
Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich, 044 388 25 22, lea.moliterni@srk-zuerich.ch

- Testamentberatung

Kosten: Kostenlos

<https://www.srk-zuerich.ch/fuer-sie-da/vorsorge-gesundheit/vorsorge-und-nachlassplanung>

Vorsorgeplanung – Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich
Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich, 044 388 25 25, vorsorgen@srk-zuerich.ch

- Persönliches Gespräch zur Patientenverfügung oder dem Vorsorgeauftrag

Kosten: Je 120 CHF. Beides gemeinsam => 190 CHF

<https://www.srk-zuerich.ch/fuer-sie-da/vorsorge-gesundheit/vorsorge-und-nachlassplanung>
