Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2003)
Heft: 3

Rubrik: Wir sind für Sie da

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: 13.07.2025

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

Pro Senectute Zweigstelle Winterthur: Vielfältige Angebote für ältere Menschen und Angehörige

Für Lebensqualität im Alter

Fragen zur Wohnsituation, zu Administration und Finanzen, zu Partnerschaft und Familie prägen das Leben vieler Menschen ab dem Pensionsalter. Aber auch das Bedürfnis nach Freizeitbeschäftigung und Kontakten kommt in dieser Lebensphase auf. In der Pro Senectute-Zweigstelle Winterthur werden ältere Menschen und ihre Angehörigen kompetent, diskret und persönlich zu wichtigen Themen beraten. Zudem bietet Pro Senectute in Winterthur eine breite Palette an Dienstleistungen an, die das selbständige Leben im Alter ermöglichen.

(Csi) Wer Winterthur hört, denkt an: «Sulzer», «Rieter», «Lokomotivenfabrik», aber auch «Kunstmäzene» und «Reinhart-Museen». Die Industrie prägte die Stadt an der Eulach, und auch wenn die ehemaligen Industriehallen heute teilweise brach liegen, die einstigen Wahrzeichen stehen noch. So erhebt sich in Blickweite der Pro Senectute-Zweigstelle Winterthur das heute unbenutzte Sulzer-Hochhaus, und in nächster Nähe werden die Produktionshallen abgerissen oder zu Wohnungen umgebaut.

Städtische und ländliche Probleme treffen aufeinander

Die Probleme einer Stadt sind es, die die Arbeit der vielen Mitarbeitenden und Freiwilligen von der Pro Senectute-Stelle prägen: Viele ältere Menschen in Einpersonenhaushalten, die grössere Anonymität der Stadt, Vereinsamung und Suchtprobleme. Aber nicht nur: Auch ältere Menschen aus dem Weinland oder dem Tösstal wenden sich an die Winterhurer Zweigstelle, wenn Sie Rat und Unterstützung benötigen.

Immer mehr Menschen finden den Weg in die Winterthurer Zweigstelle von Pro Senectute Kanton Zürich: An der Brühlgartenstrasse 1, im Gebäude der ehemaligen Sulzer-Krankenkasse, suchen die Pro Senectute-Berater/innen aus dem vielfältigen Angebot die Dienst- und Unterstützungsleistungen heraus, die den Ratsuchenden ein Alter mit Lebensqualität, Geborgenheit und in Sicherheit ermöglichen. In Zusammenarbeit mit Fachleuten der Stadt Winterthur und weiteren gemeinnützigen Organisationen hat sich die Pro Senectute-Zweigstelle in Winterthur zur Anlaufstelle für alle Fragen rund um das Alter entwickelt.

Persönliche und kostenlose Beratung

Die Sozialberater/innen helfen älteren Menschen und ihren Angehörigen kostenlos mit kompetenter Beratung: Bei der Wahl der geeigneten Wohnform, bei persönlichen, partnerschaftlichen oder rechtlichen Problemen, bei der Suche nach neuen Kontakten und Aktivitäten. Wertvolle Entscheidungshilfen und Unterstützung erhalten Ratsuchende auch zu den Themen Steuern, AHV, Versicherungen, Krankenkassen und anderen finanziellen Fragen. Falls nötig, hilft die Pro Senectute-Sozialberatung auch finanziell sowie mit Sachleistungen weiter.

Wird der Papierkram zu viel?

Auch in Winterthur finden ältere Menschen in die Pro Senectute-Beratung, die allein leben und den Haushalt bewältigen können. Aber bei administrativen Arbeiten wie Zahlungsverkehr, Steuererklärungen ausfüllen, Korrespondenz mit Behörden reichen die eigenen Kräfte nicht mehr aus: Hier vermittelt Pro Senectute Kanton Zürich pensionierte Fachleute mit kaufmännischer Erfahrung, die hilfreich und diskret zur Seite stehen. In der Zweigstelle an der Brühlgartenstrasse oder bei den Kund/innen zu Hause bringen die freiwillig tätigen Fachleute das «Büro» in Ordnung.

Pro Senectute Kanton Zürich bildet die freiwilligen Treuhänder/innen aus und betreut sie bei ihren Einsätzen – diese Tätigkeit wird so für viele pensionierte Männer und Frauen zur sinnstiftenden Aufgabe.

Selbständig bleiben – aber nicht mehr selbst kochen

Richtige Ernährung ist das A und O für Gesundheit und Wohlbefinden. Vielen älteren Menschen ist das Einkaufen und Kochen zu viel – das tagtägliche «Café complet» ist dann oft die Folge. Hier schafft der Winterthurer Mahlzeitendienst Abhilfe: Die in der Küche des Altersheims Adlergarten zubereiteten und vom Pro Senectute-Mahlzeitendienst direkt nach Hause gelieferten ausgewogenen und schmackhaften Menüs ermöglichen es vielen älteren und in Notsituationen auch jüngeren Menschen zu Hause wohnen zu bleiben.

Die Mahlzeitendienstkund/innen wählen ihr Wunschmenü aus einer grossen Auswahl und erhalten in der Stadt Winterthur gratis einen Spezialofen zum Wärmen der Mahlzeiten.

Wer putzt Fenster, Läden, Storen oder den Backofen?
Ältere Menschen entwickeln oft eine bewundernswerte Fähigkeit, ihren Haushalt trotz körperlichen Beeinträchtigungen selbst zu führen. Oft sind es dann aber die anstrengenden Grobreinigungen wie Lädenputzen, Backofenschrubben oder Fensterpolieren, die ihnen zu viel werden. Hier springt der Pro Senectute-Reinigungsdienst ein: Zweierequipen können gegen Bezahlung für gründliche Wohnungsreinigungen angefordert werden. Alle AHV-Bezüger/innen, behinderte Menschen sowie Langzeitpatienten können davon profitieren.

Die unterschiedlichsten Kundenwünsche werden am Empfangstisch in der Pro Senectute Zweigstelle vorgebracht.

Foto: Thomas Kunz

Im Haushalt regelmässig nach dem Rechten schauen
Wer nicht nur punktuelle Unterstützung wünscht, sondern eine Vertrauensperson, die regelmässig zu Hause nach dem Rechten schaut, kann auf der Winterthurer Pro Senectute-Zweigstelle um eine Haushelferin nachfragen. Haushelferinnen unterstützen ältere Menschen mit stundenweisen, regelmässigen Einsätzen, je nach Bedarf. Sauberhalten der Wohnung, Waschen, Bügeln, einfache Flickarbeiten, Einkaufen, Hilfe bei täglicher Körperpflege und anderen alltäglichen Verrichtungen gehören zu dieser Dienstleistung. Wer AHV- und IV-Zusatzleistungen bezieht, erhält vom Amt für Zusatzleistungen die Kosten für den Pro Senectute-Reinigungsdienst und die Haushilfe teilweise zurückerstattet.

Eine «Perle» als Haushälterin und Gesellschafterin
Immer mehr ältere Menschen suchen mehr als die Betreuung durch eine Pro Senectute-Haushelferin: Die «Perle» leistet nach Wunsch Gesellschaft beim Essen, Spazieren, liest vor oder begleitet zu einer Freizeitaktivität. Der Haus- und Begleitdienst «Perle» ist eine nicht mit öffentlichen Geldern subventionierte Dienstleistung von Pro Senectute Kanton Zürich für Betreuung auf Wunsch.

Wenn die Wohnung nicht mehr zur Bewohner/in passt
Eine optimal gestaltete Wohnung unterstützt die Selbständigkeit und Unabhängigkeit. Schwellen, Treppen, enge Badezimmer oder Küchen können mit der Zeit immer grössere Hindernisse darstellen. Die Fachstelle für Wohnberatung/Wohnungsanpassung bietet unverbindliche und neutrale Beratung.

Pflegende Angehörige benötigen Unterstützung
Viele ältere Menschen werden in ihrer Wohnung von Angehörigen betreut und gepflegt. Für die Betreuungspersonen organisiert Pro Senectute Kanton Zürich Gesprächsgruppen, die Gelegenheit zum Auftanken bieten: durch Informations- und Erfahrungsaustausch, neue Kontakte mit anderen Betroffenen und Beratung. Die Begleitung und Beratung in den Gruppen ist kostenlos.

Als Senior/innen selber aktiv werden?
Pro Senectute offeriert Senior/innen eine breite Palette an Möglichkeiten, selbst aktiv zu werden. Selbstorganisierte Seniorengruppen bieten einen interessanten Rahmen für Ihre Freizeitgestaltung: Musik, Gesang, Theater, Computer, etc. Pro Senectute vermittelt kostenlos die Kontaktadressen oder unterstützt Interessierte beim Aufbau einer eigenen, neuen Gruppe.

Selber die Altersarbeit gestalten
In der Zweigstelle Winterthur wie in den anderen Gemeinden des Kantons Zürich und in Winterthur gibt es Pro Senectute-Ortsvertreter/innen. Es sind jüngere und ältere Menschen, die sich freiwillig in der Altersarbeit engagieren: Besuche bei alten Menschen, Altersnachmittage, Sportgruppen, Freizeitkurse sind mögliche Projekte. Pro Senectute stellt den Ortsvertreter/innen ein umfassendes Bildungsprogramm, Versicherungen, Spesenentschädigungen und Beiträge an Projekte zur Verfügung.

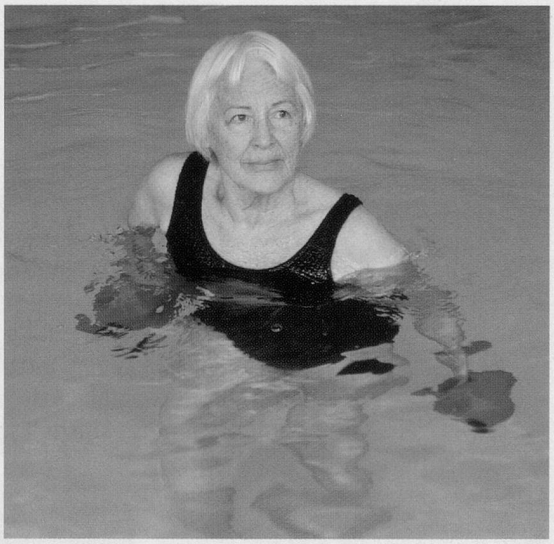
Senior/innen im Klassenzimmer

Senior/innen als Stütze im Schulunterricht, im Hort oder im Kindergarten: Aus der Eigeninitiative von Senior/innen ist das heute wegweisende Projekt «Senior/innen im Klassenzimmer» entstanden: Menschen mit Lebenserfahrung unterstützen Lehrpersonen erfolgreich während ein paar Stunden pro Woche und bringen ihren Erfahrungsschatz zugunsten der ganzen Bevölkerung ein. Pro Senectute koordiniert diese Senior/innenaktivität in Winterthur.

Auskunft und Information

Haben Sie Fragen zu unseren Angeboten? Benötigen Sie Rat oder Unterstützung für sich selbst oder für Ihre Angehörigen? Möchten Sie selbst freiwillig aktiv werden bei Pro Senectute Kanton Zürich?

Telefon 052 269 24 24
Pro Senectute
Brühlgartenstrasse 1
8400 Winterthur



Bewegung & Sport

«Plötzlich bemerkte ich, dass ich mich in der Wohnung ohne Gehstock bewegte!» «Im Wasser fühle ich mich so leicht und beschwingt!» «Seit ich den Unterricht regelmässig besuche, fühle ich mich in der Öffentlichkeit sicherer!» «So habe ich schon lange nicht mehr gelacht!» – So schildern die Teilnehmer/innen der Pro Senectute-Sportkurse die wohltuende Wirkung.

Regelmässige Bewegung steigert körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden: Turnen, Bewegung im Heim, Gymnastik (Gymfit), Wandern, Schwimmen und Wassergymnastik, Tanzen, Tennis, Tai-Chi, Qi Gong, Yoga, Langlauf, Velofahren, Walking, Ski alpin und vieles mehr.

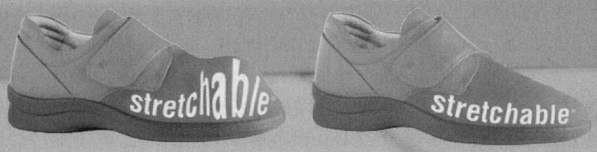
Der Schuh
auf den Sie nie mehr verzichten wollen

Probieren Sie Xsensible® und Sie fühlen, warum Sie sie nie wieder ausziehen werden.
Angenehmes Fußklima durch atmungsaktives Material, dadurch nie wieder kalte oder zu warme Füße.
Nie wieder Beschwerden mit Druckstellen, schmerzenden Zehen oder Hühneraugen.
Xsensibles® ist aus mehrlagigem, zum Patent angemeldeten Stretchmaterial aufgebaut. Die oberste Lage ist mit elastischem Leder verarbeitet. Das Material paßt sich Ihren Füßen an und behält dennoch seine ursprüngliche Form.

So hat Ihr Fuß immer einen festen Halt bei extremer Anpassungsfähigkeit des Materials.
Xsensible® - höchster Tragecomfort gepaart mit modernem Design, genau das Richtige für die Bedürfnisse aktiver Frauen und Männer.

patent pending / 2003 ©

Bezugsquellen unter:
gratis Infonummer
0800 810 120
FREY Orthopädie-Bedarf AG



Xsensible®
stretchcomfort