



65+

Älter werden in Russikon

Nützliche Adressen und Informationen

NOTRUFNUMMERN

Polizei	117
Feuerwehr	118
Opferhilfe	142
Die Dargebotene Hand	143
Sanität	144
Vergiftungen	145
Rega	1414
AERZTEFON	0800 33 66 55
Zahnärztlicher Notfalldienst	0800 33 66 55
Spital Uster	044 911 11 11
Spital Wetzikon	044 934 11 11
Spitex Regio ZO	044 954 30 10

Liebe Leserin, lieber Leser

Mit der Beratungsstelle Alter und Gesundheit Russikon steht den Einwohnerinnen und Einwohnern der Gemeinde Russikon neu eine Anlaufstelle für Fragen rund ums Älterwerden, Gesundheit und Unterstützung im Alltag zur Verfügung.

Älterwerden bringt viele Veränderungen und neue Fragestellungen mit sich. Die Beratungsstelle unterstützt Sie und Ihre Angehörigen dabei, passende Angebote und Lösungen zu finden sei dies im Bereich Wohnen, Gesundheit, Entlastung, soziale Kontakte oder Freizeitgestaltung. Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und unabhängig.

In Zusammenarbeit mit der Fachstelle Alter und Gesundheit Pfäffikon möchten wir dazu beitragen, dass ältere Menschen möglichst lange selbstbestimmt und gut informiert in Russikon leben können.

Die vorliegende Broschüre soll Ihnen einen Überblick über das Angebot der Beratungsstelle sowie über hilfreiche Dienstleistungen und Kontakte vermitteln.
Bei Fragen oder Anliegen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Beratungsstelle Alter und Gesundheit Russikon.

Beratungsstelle Alter und Gesundheit

Gemeinde Russikon

Kirchgasse 4

8332 Russikon

Annette Keller

Tel. 044 952 52 00

gesundheit-alter@pfaeffikon.ch

www.russikon.ch

Inhaltsverzeichnis

Freizeit und Bildung

6

Freizeitmöglichkeiten	7
Ortsansässige Vereine und Organisationen	9
Bildung und Kultur	10
Vergünstigungen im Freizeitbereich	11
Kirchen	12

Beratung und Recht

13

Beratung	14
Krisenberatung und Seelsorge	15
Psychologische Beratung	17
Recht und Schutz	18
Pensionierungsvorbereitung	20
Vorsorgedokument	20
Todesfall	22

Finanzen

23

Finanzen	24
----------	----

Gesundheit

26

Spitäler, Kliniken und Ambulatorien	27
Apotheken und Drogerien	29
Spitex Regio ZO	30
Fachgesellschaften und Patientenorganisationen	31

Wohnen im Alter

35

Alters-/ Pflegeheime und Alterswohnungen	36
--	----

Unterstützung zu Hause

37

Administration	38
Entlastung	39
Fahrdienste	40
Ferien	42
Hilfsmittel und Krankenmobilen	43
Lebensmittelabgabe	45
Mahlzeitendienst	46
Notrufsysteme	47
Unterstützung bei gemeinsamen Aktivitäten	48
Unterstützung in Haus und Garten	49

Freiwilliges Engagement

50

Einsatzmöglichkeiten	51
----------------------	----

FREIZEIT UND BILDUNG

FREIZEITMÖGLICHKEITEN

Erzählcafé

Kontakt:

Ernst Maurer

Tel. 079 385 44 77

Letzter Montag im Monat

9.30 – 11.00 Uhr im

Kirchgemeindehaus, Russikon.

Fit/Gym leicht der Pro Senectute

In der Turnhalle Russikon

Marlis Zumsteg

Tel. 044 950 08 77

Sanftes Bewegungstraining für ältere Menschen zur Förderung von Kraft, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Ausdauer.

Spielabend für Erwachsene

Bibliothek Russikon

Madetswilerstrasse 2

8332 Russikon

Tel. 044 954 04 61

www.russikon.ch/bibliotheken/238

Geselliger Spieleabend für Erwachsene am Dienstagabend.

FREIZEITMÖGLICHKEITEN

Cafeteria Rosenstübli

Alters- und Pflegezentrum Russikon

Kontakt:

Elisabeth Gretler

Tel. 044 954 04 61

Täglich am Nachmittag offen.

Café Träff

Kontakt:

Erica Maurer

Tel. 079 620 10 46

Jeden Montag 9.00 – 11.30 Uhr im
Kirchgemeindehaus, Russikon.

www.sozialkontakt.ch

Diese Website, verbindet Menschen
mit gleichen Interessen, Ortsbezogen
und kostenlos.

Weitere Vereine sind auf der Website
der Gemeinde aufgeführt.

ORTSANSÄSSIGE VEREINE UND ORGANISATIONEN

Pro Senectute

Dienstleistungscenter Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

dc.oberland@pszh.ch

Die Ortsvertretung der Pro Senectute bietet diverse Aktivitäten und Begegnungsmöglichkeiten. Freiwillige gratulieren der älteren Wohnbevölkerung zu hohen Geburtstagen und Ehepaaren zu speziellen Hochzeitsjubiläen. Wöchentliches Bewegungsangebot.

Senioren Wandergruppe Russikon

Sommerau 6

8332 Russikon

Kontakt:

Leu Roland (Wanderleiter)

Tel. 076 386 56 20

leu.roland@swissonline.ch

Wir sind eine freie, unabhängige Senioren - Wandergruppe aus Russikon und Umgebung. Wir organisieren ca. 20 Wanderungen pro Jahr.

Seniorenverein Russikon

Kontakt:

Nicole Pachler, Präsidentin

Tel. 079 275 69 65

Unser Verein, der die Geselligkeit unter den älteren Einwohnern pflegt, zählt gegen hundert Mitglieder. Er ist offen für alle Einwohner über 50 Jahren der Gemeinde Russikon und Umgebung.

ORTSANSÄSSIGE VEREINE UND ORGANISATIONEN

Turnverein Russikon

Kontakt:

www.tvrussikon.ch

Der Turnverein ist ein Ort, an dem jede Frau und jeder Mann im gemeinsamen Rahmen das tun kann, was ihnen gut tut und gleichzeitig gesund ist. Genauere Angaben können auf der Website entnommen werden.

BILDUNG UND KULTUR

Gemeindebibliothek Russikon

Madetswilerstrasse 2

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 044 954 04 61

bibliothek@russikon.ch

Grosse Auswahl an diversen Medien.

Schweizerische Bibliothek

für Blinde, Seh- und Lesebehinderte

Grubenstrasse 12

8045 Zürich

Kontakt:

Tel. 043 333 32 32

www.sbs.ch

Topaktuelle Romane, Klassiker, Sachbücher, Musiknoten als Hörbuch, Filme, Spiele, E-Book, in Grossdruck oder Braille. Zustellung per Post oder online.

BILDUNG UND KULTUR

Pro Senectute Dienstleistungszentrum Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

www.pszh.ch

Diverse Kurs- und Unterstützungsangebote für Seniorinnen und Senioren im Bereich Bildung, Bewegung, Soziales, Beratung, Finanzielles und Kultur.

Café International

Kontakt:

Lilly Schellenberg

Tel. 044 954 27 09

Dagmar Schröter

Tel. 076 396 35 81

Das Café international trifft sich zu besonderen Events, die jeweils im äxgüsi publiziert werden.
Café International – Interkultureller Begegnungsraum für alle!

VERGÜNSTIGUNGEN IM FREIZEITBEREICH

KulturLegi

Reitergasse 1

8004 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 366 68 48

www.kulturlegi.ch

Die KulturLegi ermöglicht Menschen mit tiefem Einkommen ein vergünstigtes oder kostenfreies Teilnehmen an Kultur, Sport und Bildung. Den Antrag für das Beziehen der KulturLegi können Sie online und per Post erledigen.

KIRCHEN

Reformierte Kirche

Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde Russikon

Im Berg 2

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 044 954 24 52

info@kircherussikon.ch

www.kircherussikon.ch

Die Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Russikon bietet älteren Menschen verschiedene Möglichkeiten zum Austausch und zur Begegnung:

- Café-Treff
- Erzählcafé

Hier finden Sie Zeit für Begegnung, Gemeinschaft und neue Kontakte. Die Angebote sind offen für alle älteren Menschen aus Russikon und Umgebung.

Katholische Kirche

Pfarrei St. Benignus
Schärackerstrasse 14

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 043 288 70 70

sekretariat@benignus.ch

www.benignus.ch

Die katholische Kirche St. Benignus unterstützt ältere Menschen und ihre Angehörigen bei Fragen rund um Alltag, Wohnen, Gesundheit und Entlastungsangebote. Sie können sich hier über verschiedene Aktivitäten, Gesprächsgruppen und Begegnungsmöglichkeiten informieren.

BERATUNG UND RECHT

BERATUNG

Beratungsstelle Alter und Gesundheit

Gemeinde Russikon

Kirchgasse 4

8332 Russikon

Kontakt:

Annette Keller

Tel. 044 952 52 00

gesundheit-alter@pfaeffikon.ch

www.russikon.ch

Beratung vor Ort

Im Gemeindehaus Russikon

Donnerstags, **9.00-11.00 Uhr**

Pro Senectute

Dienstleistungscenter Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

www.pszh.ch

Bei Fragen rund ums Thema Alter berät die Beratungsstelle Alter und Gesundheit Russikon ältere Menschen aus Russikon und ihre Angehörigen. Das Angebot ist kostenlos.

Termine für Beratungen und Hausbesuche nach telefonischer Vereinbarung.

Die Beratungsstelle Alter und Gesundheit Russikon unterstützt Sie bei Fragen zu Gesundheit, Wohnen, Alltag und Entlastungsangeboten.

Beratung und Unterstützung bei Fragen zu Finanzen, Wohnen, Gesundheit, Recht, Lebensgestaltung, Docupass. Beratung und Vermittlung zu administrativen Hilfen wie Treuhanddienst, Büroassistentz, Steuererklärungsdienst und Massnahmen des Erwachsenenschutzes.

BERATUNG

Rechtsauskunftsstelle Zürcher Oberland

Bahnhofstrasse 10
8620 Wetzikon
Tel. 044 930 04 27
www.rzo-wetzikon.ch

Die RZO erteilt Auskunft in allen Rechtsgebieten. Schwerpunkt: Arbeitsrecht, Mietrecht, Eherecht, Familienrecht und Erbrecht.

KRISENBERATUNG UND SEELSORGE

Die Dargebotene Hand

Kontakt:
Tel. 143
www.143.ch

Anonyme Beratung in Krisensituationen per Telefon, Mail und Chat.

Seelsorge.net

Kontakt:
www.seelsorge.net

Kostenloses und anonymes Seelsorgeangebot per Mail. Offen für alle in der Schweiz wohnhaften Menschen, ungeachtet ihrer religiösen Zugehörigkeit und ohne missionarische Absichten.

Katholische Kirche

Pfarrei St. Benignus

Schärackerstrasse 14

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 043 288 70 70

sekretariat@benignus.ch

www.benignus.ch

Der Verlust eines nahestehenden Menschen oder schwierige Lebenssituationen können belastend sein. Die Kirchen bieten Begleitung, Gespräche und Unterstützung in Zeiten von Trauer, Abschied, Krankheit und persönlichen Krisen an.

Seelsorgerinnen und Seelsorger nehmen sich Zeit für Ihre Anliegen, hören zu und begleiten Sie auf Ihrem Weg. Auf Wunsch unterstützen sie auch bei der Gestaltung von Trauerfeiern und Gedenkfeiern.

Die Angebote stehen allen Menschen offen, unabhängig von Alter, Herkunft oder Religionszugehörigkeit.

Reformierte Kirche

Evangelisch-reformierte

Kirchgemeinde Russikon

Im Berg 2

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 044 954 24 52

info@kircherussikon.ch

www.kircherussikon.ch

Die reformierte Kirche bietet Seelsorgegespräche und Besuche an. Wer ein persönliches Anliegen hat, krank ist, sich einsam fühlt oder gerne mit jemandem sprechen möchte, kann sich direkt an die reformierte Kirche wenden. Alle Gespräche werden vertraulich behandelt und unterstehen dem Seelsorgegeheimnis.

Beratungsstelle LIA-Leben im Alter

Universität Zürich
Zentrum für Gerontologie
Stampfenbachstrasse 73
8006 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 635 34 23

www.zfg.uzh.ch

Beratung für ältere Menschen, die psychologischen Rat in Anspruch nehmen möchten. Menschen, die sich mit den Perspektiven des Älterwerdens auseinander setzen möchten. Angehörige, die mit älteren Menschen in Beziehung stehen und dabei psychologische Beratung suchen.

Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich

Beratungsstelle Wetzikon
Guyer-Zeller-Strasse 21
8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 044 933 56 00

www.paarberatungmediation.ch

Beratung von Paaren und Einzelpersonen bei Partnerschafts- und Beziehungsfragen.

Friedensrichteramt

Kirchgasse 4

Postfach 18

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 079 923 99 52

pascal.buergisser@russikon.ch

Vermittlung bei Konflikten. Zuständig für verschiedene zivilrechtliche Klagen (Finanzen, Arbeit, Streitigkeiten, Erbteilungen, Testamentsanfechtungen, Persönlichkeitsverletzungen etc.).

Notariat, Grundbuch- und Konkursamt Pfäffikon

Hörnlistrasse 71

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 752 38 38

www.notariate-zh.ch

Beurkundung von Rechtsgeschäften (Ehe-/Erbverträge, Grundstückskaufverträge), erbrechtliche Beratung, Testament, Vorsorgeaufträge.

Bezirksgericht Pfäffikon

Hörnlistrasse 55

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 952 46 46

www.gerichte-zh.ch

Unentgeltliche Rechtsauskunft, Online-Informationen zu rechtlichen Themen auf der Website.

KESB Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde

Schmittestrasse 10

8308 Illnau

Kontakt:

Tel. 052 355 27 77

www.kesb-zh.ch

Schutz von Personen, die ihre persönlichen, administrativen oder vermögensrechtlichen Angelegenheiten nicht oder nur teilweise selber besorgen können. Hinterlegungsort für den Vorsorgeauftrag.

Fachstelle Seniorenschutz

Kantonspolizei Zürich

Postfach

Güterstrasse 33

8010 Zürich

Kontakt:

Tel. 058 648 22 22

seniorenschutz@kapo.zh.ch

Die Fachstelle Seniorenschutz der Kantonspolizei Zürich befasst sich mit der Früherkennung von Delikten zur Verhinderung von Straftaten gegen Seniorinnen und Senioren. Die Fachstelle ist darauf ausgerichtet, in Ermittlungsverfahren den besonderen Bedürfnissen von Seniorinnen und Senioren als Opfer von Straftaten nachzukommen.

Patientenstelle Zürich

Hofwiesenstrasse 3

8042 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 361 92 56

www.zh.patientenstelle.ch

Informiert im Bereich Gesundheit über Patientenrechte und hilft diese durchzusetzen.

PENSIONIERUNGSVORBEREITUNG

AvantAge

Forchstrasse 145

8032 Zürich

Kontakt:

Tel. 058 451 51 57

www.avantage.ch

AvantAge ist Teil von Pro Senectute Kanton Zürich und führt im Zürcher Oberland regelmässig Seminare zur Vorbereitung auf die Pensionierung durch.

VORSORGEDOKUMENTE

Pro Senectute

Dienstleistungszentrum Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

www.pszh.ch

Das Vorsorgedossier Docupass enthält Vorlagen für die Patientenverfügung, Anordnung im Todesfall, Vorsorgeauftrag und Testament. Persönliche Anliegen, Bedürfnisse, Forderungen und Wünsche im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Sterben und Tod können umfassend festgehalten werden.

Caritas Zürich

Beckenhofstrasse 16

Postfach

8021 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 366 68 68

www.caritas-zuerich.ch

Vorsorgemappe mit Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnungen für den Todesfall und Leitfaden zum Testament. Kann direkt bei der Caritas bestellt werden.

AvantAge

Forchstrasse 145

8032 Zürich

Kontakt:

Tel. 058 451 51 57

www.avantage.ch

AvantAge ist Teil von Pro Senectute Kanton Zürich und führt im Zürcher Oberland regelmässig Seminare zur Vorbereitung auf die Pensionierung durch.

TODESFALL

Bestattungsamt

Kirchgasse 4

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 043 355 61 00

Fax 043 355 61 62

bestattungsamt@russikon.ch

Das Bestattungsamt Russikon ist zuständig für die Organisation und die Terminkoordination von Bestattungen sowie Abdankungen von Verstorbenen, die ihren gesetzlichen Wohnsitz in der Gemeinde Russikon hatten.

Bestattungsdienst

Gerber Lindau

Lättenstrasse 9

8315 Lindau

Kontakt:

Tel. 052 355 00 11

www.gerber-lindau.ch

Der Bestattungsdienst Gerber Lindau ist dank eines Pikettdienstes jederzeit Ansprechperson für Bestattungsdienste wie das Einbetten und die Überführung. Hilfreiche Informationen zum Vorgehen im Todesfall finden Sie auf der Webseite.

Bezirksgericht Pfäffikon

Hörnlistrasse 55

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 952 46 46

www.gerichte-zh.ch

Im Kanton Zürich ist für die Eröffnung von Testamenten und Erbverträgen das Gericht zuständig. Testamente und Erbverträge sind daher beim Bezirksgericht am letzten Wohnsitz der verstorbenen Person einzureichen.

FINANZEN

Gemeinde Russikon

Gesellschaft

Kirchgasse 4

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 043 355 61 02

soziales@russikon.ch

Die Abteilung Gesellschaft der Gemeinde Russikon ist zuständig für die Ausrichtung von wirtschaftlicher und persönlicher Sozialhilfe für Bewohnerinnen und Bewohner der Gemeinde. Ziel der Hilfeleistung ist es, den Betroffenen möglichst schnell wieder zu wirtschaftlicher und persönlicher Selbständigkeit zu verhelfen.

SVA Zürich

Hilflosenentschädigung

Kontakt:

Tel. 044 448 50 00

info@svazurich.ch

Die Hilflosenentschädigung IV soll gesundheitlich beeinträchtigten Menschen ein unabhängiges Leben ermöglichen. Mit der Hilflosenentschädigung können finanzielle Aufwendungen beglichen werden, wenn jemand bei alltäglichen Tätigkeiten oder Notdurft die regelmässige Hilfe von anderen Menschen benötigt.

Schuldenberatung

Schaffhauserstrasse 550

8052 Zürich

Kontakt:

Tel. 043 333 36 86

www.schulden-zh.ch

Beratung, Budgetoptimierung, Schuldensanierung, Kurse.

Hösli Signorell GmbH

Kontakt:

Silvia Signorell

Tel. 079 434 08 87

silvia@hoeslisignorell.ch

Administrative Unterstützung und Vorsorgeberatung bei Aufgaben wie Postbearbeitung, Zahlungsverkehr, Budgetplanung, Steuererklärungen, Versicherungen sowie Anträgen für Sozialleistungen. Ebenfalls angeboten werden Hilfestellungen bei Patientenverfügungen, Vorsorgeaufträgen sowie bei administrativen Aufgaben im Todesfall.

Pro Senectute

Dienstleistungszentrum Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

www.pszh.ch

Beratung und Unterstützung bei Fragen zu Finanzen, Anträgen zu Zusatzleistungen und anderen finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten im Alter.

Gemeinde Pfäffikon

Dienstleistungen Zusatzleistungen

Hochstrasse 1

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Annette Keller

Tel. 044 952 52 02

gemeinde@pfaeffikon.ch

Die Zusatzleistungen helfen dort, wo die Renten und das Einkommen nicht die minimalen Lebenskosten decken. Sie sind ein rechtlicher Anspruch. Zusammen mit der AHV und IV gehören die Zusatzleistungen zum sozialen Fundament unseres Staates.

GESUNDHEIT

SPITÄLER, KLINIKEN UND AMBULATORIEN

Spital Uster

Brunnenstrasse 42

8610 Uster

Kontakt:

Tel. 044 911 11 11

www.spitaluster.ch

Akutspital für die Grundversorgung
im Zürcher Oberland.

Spital Wetzikon

Spitalstrasse 66

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 044 934 11 11

www.gzo.ch

Akutspital für die Grundversorgung
im Zürcher Oberland.

Clienia Schlössli AG

Psychiatriezentrum Wetzikon

Bahnhofstrasse 196

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 044 931 39 39

www.clenia.ch

Poliklinik 50 plus, Ambulante
Alterspsychiatrie, Memory Clinic
mit Demenzabklärung, kognitives
Training, Angehörigengruppe
Demenz, Psychiatrischer Notfalldienst.

SPITÄLER, KLINIKEN UND AMBULATORIEN

Kantonsspital Winterthur

Brauerstrasse 15
8401 Winterthur
Tel. 052 266 21 21
www.ksw.ch

Überregionale
Gesundheitsversorgung,
Geriatric (Altersmedizin),
Geriatric Akutrehabilitation.

Stadtspital Zürich Waid

Tiechestrasse 99
8037 Zürich
Tel. 044 417 11 11
www.stadt-zuerich.ch/waid

Diverse Angebote in der Altersmedizin,
geriatric Sprechstunde, Sturzklinik.

Universitäre Klinik für Altersmedizin
im Stadtspital Waid
Tel. 044 417 31 98

Memory Klinik
der Klinik für Altersmedizin
Tel. 044 417 26 06

Universitätsspital Zürich

Rämistrasse 100
8091 Zürich
Tel. 044 255 11 11
www.usz.ch

Umfassende Gesundheitsversorgung.

APOTHEKEN UND DROGERIEN

Medbase Apotheke Pfäffikon

Turmstrasse 5

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 950 17 17

www.medbase-apotheken.ch

Umfangreiches

Medikamentensortiment,

komplementärmedizinische

Heilmittel, breites Spektrum an

Dienstleistungen, Hauslieferdienst.

Drogerie Teufer Pfäffikon

Turmstrasse 17

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 950 14 10

www.drogerieteufer.ch

Neben freiverkäuflichen Heilmitteln,
grosses Sortiment an Naturheilmitteln.

Drogerie Tschofen

Jürg Tschofen

Grundstrasse 1

8320 Fehraltorf

Kontakt:

Tel. 044 954 15 39

Neben freiverkäuflichen Heilmitteln,
grosses Sortiment an Naturheilmitteln.

SPITEX REGIO ZO

Spitex Regio ZO

Kempttalstrasse 68

8320 Fehraltorf

Kontakt:

Tel. 044 954 30 10

info.spitexregiozo@hin.ch

Unterstützungsangebote für daheim: individuelle Beratung über das vielseitige Angebot wie pflegerische Unterstützung, Behandlungspflege wie Wundversorgung und Medikamentenmanagement. Entlastung in der Haushaltsführung sowie interessenbezogene Betreuung.

FACHGESELLSCHAFTEN UND PATIENTENORGANISATIONEN

Alzheimer Zürich

Seefeldstrasse 62

8008 Zürich

Kontakt:

Tel. 043 499 88 63

www.alzheimer-schweiz.ch

Information und Beratung zum Thema Demenz, Entlastungsdienst für Angehörige, Kurse und Selbsthilfegruppen, Freizeit und Ferienangebote.

Audika Hörberatung

Florastrasse 14

8610 Uster

Kontakt:

Tel. 044 941 46 87

uster@audika.ch

www.audika.ch

Information und Beratung von Menschen mit Hörproblemen.

Bahnhofstrasse 196

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 043 495 25 12

wetzikon@audika.ch

www.audika.ch

Weitere Hörberatungen können im Internet aufgerufen werden.

FACHGESELLSCHAFTEN UND PATIENTENORGANISATIONEN

Bauberatung für hindernisfreies Bauen (BKZ)

Bauberatung
Zollstrasse 115
8005 Zürich
Kontakt:
Tel. 043 243 40 04
www.bkz.ch

Beratung bei individuellen Wohnanpassungen im Bereich hindernisfreies Bauen. Sie klärt die individuellen Bedürfnisse ab und macht Vorschläge für bauliche Anpassungen.

Caritas Zürich

Beckenhofstrasse 16
8021 Zürich
Kontakt:
Tel. 044 366 68 68
www.caritas-zuerich.ch

Information und Unterstützung von benachteiligten Menschen. Patientenverfügung, Vorsorgemappe und Bildungsangebote im Bereich Vorsorge.

Fachstelle Sucht

Bezirk Pfäffikon
Sophie-Guyer-Strasse 9
8330 Pfäffikon
Kontakt:
Tel. 044 951 15 15
www.sdbp.ch

Information und Beratung zum Thema Sucht und Abhängigkeit in Zusammenhang mit Substanzen (Alkohol, Tabak, Medikamente) oder von bestimmten Verhalten (Glücksspiel, Essstörungen, Kaufsucht, Konsum digitaler Medien).

FACHGESELLSCHAFTEN UND PATIENTENORGANISATIONEN

GZO AG Wetzikon

Palliativ Care

Spitalstrasse 66

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 044 934 11 11

Informationen und Beratung zu
Palliative Care.

Krebsliga Kanton Zürich

Freiestrasse 71

8032 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 388 55 00

zuerich.krebsliga.ch

Information, Beratung und
Unterstützung für krebserkrankte
Personen und deren Angehörige.
Diverse Bildungsangebote und
Kurse für Betroffene und Angehörige.

Lunge Zürich (Hauptsitz)

The Circle 62

8058 Zürich-Flughafen

Kontakt:

Tel. 044 268 20 00

www.lunge-zuerich.ch

Information, Beratung, Therapien
und Kurse für atembehinderte,
lungenkranke Menschen.

FACHGESELLSCHAFTEN UND PATIENTENORGANISATIONEN

Ombudsstelle Krankenversicherung

Postfach

Morgartenstrasse 9

6002 Luzern

Kontakt:

Tel. 041 226 10 10

www.om-kv.ch

Information und Unterstützung bei
Problemen mit der Krankenkasse.

On Pac GmbH

Mühlestrasse 4

8487 Rämismühle

Kontakt:

Tel. 052 385 40 40

Informationen und Beratung zu
Palliative Care.

Palliative zh+sh

Pfingstweidstrasse 28

8005 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 240 16 20

www.pallnetz.ch

Information und Beratung zu
Palliative Care.

WOHNEN IM ALTER

ALTERS-/ PFLEGEHEIME UND ALTERSWOHNUNGEN

Alterswohnungen

Poststrasse 29/31

8332 Russikon

Kontakt:

Barbara Frohofer

Tel. 043 355 61 57

Website: www.rosengasse.ch

E-Mail: alterszentrum@rosengasse.ch

Im Dorfzentrum von Russikon stehen 21 alters- und behindertengerechte Wohnungen zur Verfügung.

Alters- und Pflegezentrum Russikon

Rosengasse 8

8332 Russikon

Kontakt:

Maurizio Ciardo

Tel. 044 954 88 18

Website: www.rosengasse.ch

E-Mail: alterszentrum@rosengasse.ch

Das Alters- und Pflegezentrum ist konfessionell neutral und mit rund 32 Betten ein attraktives, freundliches Wohnhaus für ältere Menschen an ruhiger und zentraler Lage in Russikon.

GerAtrium Pfäffikon

Hörnlistrasse 76

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 953 43 43

www.geratrium.ch

Pflegezentrum mit einem vielfältigen Pflege- und Betreuungsangebot. Im Haus Chriesibaum befinden sich Demenzwohngruppen. Der Tagestreff bietet Tagesbetreuungsplätze an.

UNTERSTÜTZUNG ZU HAUSE

ADMINISTRATION

Gemeinde Russikon

Gesellschaft

Kirchgasse 4

8332 Russikon

Kontakt:

Tel. 043 355 61 02

soziales@russikon.ch

Im Alltag können Situationen entstehen, in denen Unterstützung hilfreich ist. Die Abteilung Gesellschaft steht bei persönlichen, gesundheitlichen oder administrativen Fragen beratend zur Seite. Bei Bedarf unterstützen wir Sie bei der Suche nach passenden Angeboten und arbeiten mit verschiedenen Fachstellen zusammen.

Schreibdienst Interkulturelles Forum Pfäffikon

Hochstrasse 7

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 950 43 52

www.if-pfaeffikon.ch

Das Interkulturelle Forum Pfäffikon bietet den kostenlosen Schreibdienst an. Unterstützung beim Briefe/ Kündigung schreiben, Ausfüllen von Formularen. Keine Voranmeldung. Montags von 17.00 bis 18.00 Uhr, im 1. Stock.

Pro Senectute Dienstleistungszentrum Oberland

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 058 451 53 40

www.pszh.ch

Beratung und Unterstützung bei Fragen zu Finanzen, Recht, Docuspass. Beratung und Vermittlung zu administrativen Hilfen wie Treuhanddienst, Büroassistenten, Steuererklärungsdienst.

ENTLASTUNG

Entlastungsdienst Schweiz – Kanton Zürich

Schaffhauserstrasse 358

8050 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 741 13 30

www.entlastungsdienst.ch/zuerich

Feste Bezugspersonen übernehmen
stunden- bis tageweise
Betreuungs- und Begleitungsarbeiten.
Nachtbetreuung möglich.
Keine pflegerischen Leistungen.
Bietet eine SOS Betreuung
(innert 24 Stunden).

Entlastungsdienst Alzheimer Zürich

Seefeldstrasse 62

8008 Zürich

Kontakt:

Tel. 043 499 88 63

www.alzheimer-schweiz.ch/de/zuerich

Stundenweise Betreuung von
Menschen mit Demenz-Erkrankung.
Bietet eine Nachtbetreuung an.

Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker

Zürcher Oberland

Postfach

8340 Hinwil

Kontakt:

Tel. 043 477 53 66

www.vbszo.ch

Betreuung und Begleitung schwer
kranker und sterbender Menschen.
Entlastung und Unterstützung von
Angehörigen, Betreuung zu Hause.

FAHRDIENSTE

mitenand – fürenand

Verein Nachbarschaftshilfe

Russikon, Fehraltorf und Umgebung

Kontakt:

Ursula Rickli

Tel. 079 576 94 12

mitenand@bluewin.ch

www.nachbarschaftshilfe-rufe.ch

Fahrdienst innerhalb Fehraltorf oder Russikon werden Fr. 5.00 Fr.

verrechnet. Fixpreise zu gewissen Spitälern und Ortschaften gemäss Liste. Alle andere Destinationen werden mit Fr. 0.70 /km abgerechnet.

Fahrdienst des SRK Kanton Zürich

Drahtzugstr. 18

8008 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 388 25 00

www.srk-zuerich.ch

Freiwillige Fahrer und Fahrerinnen bringen Sie mit ihrem eigenen Auto von zu Hause in die Arztpraxis, ins Spital oder zur Therapie.

Fahrten so früh wie möglich anmelden, mindestens aber drei Arbeitstage im Voraus.

Pro Senectute – Fahrdienst

Seefeldstrasse 94a

8008 Zürich

Kontakt:

Tel. 058 451 54 00

info@psz.ch

<http://www.psz.ch>

Unterstützung bei Fahrten für ältere Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

Rollstuhlbus Zürcher Oberland

Transportdienst für
Mobilitätsbehinderte
Zürcherstrasse 29
8620 Wetzikon
Kontakt:
Tel. 044 932 64 64
www.rollstuhlbus.ch

Stiftung ProMobil

Gasometerstr. 9
8031 Zürich
Kontakt:
Tel. 044 278 90 00
www.promobil.ch

Der Verein Rollstuhlbus setzt sich ein für Menschen im Rollstuhl. Es sind sowohl Fahrten zu medizinischen Behandlungen als auch Freizeitfahrten möglich.

Das Tarifsystem unterscheidet zwischen Vereinsmitgliedern und Nichtmitgliedern.

Auch Promobilgutscheine werden entgegengenommen.

ProMobil stellt mobilitätsbeeinträchtigten Menschen, die in bescheidenen wirtschaftlichen Verhältnissen leben, ein Transportangebot zu günstigen Preisen zur Verfügung.

Vorab im Bereich Freizeitfahrten.

ProMobil bietet kein eigener Transportdienst an, sondern hat Verträge mit Anbietenden.

Bezügerinnen und Bezüger von Zusatzleistungen zur AHV sind in jedem Fall berechtigt. Ein Arztzeugnis muss eine Mobilitätsbehinderung bestätigen.

Alzheimer Zürich

Seefeldstrasse 62

8008 Zürich

Kontakt:

Tel. 043 499 88 63

www.alzheimer-schweiz.ch/de/zuerich

Ferien in einem komfortablen Hotel für Alzheimerbetroffene und Begleitperson. Vom Morgenessen bis nach dem Nachtessen wird die an Demenz erkrankte Person von einer freiwilligen Betreuung begleitet.

Claire & Georg

Falkenplatz 9

3012 Bern

Kontakt:

Tel. 031 301 55 65

www.claireundgeorge.ch

Spezialist für barrierefreie Ferien und Reisen in der Schweiz. Unterstützung bei der Ferienplanung und der Buchung von Ferienangeboten.

Sonnweid AG

Bachtelstrasse 68

8620 Wetzikon

Kontakt:

Tel. 044 931 59 31

www.sonnweid.ch

Ferienplätze für Demenzbetroffene.

HILFSMITTEL UND KRANKENMOBILIEN

Spitex Regio ZO

Kempttalstrasse 68

8320 Fehraltorf

Kontakt:

Tel. 044 954 30 10

info.spitexregiozo@hin.ch

Beratung, Vermietung und Verkauf von Hilfsmitteln für zu Hause. Wie Rollatoren, Rollstühlen, Gehhilfen oder Duschbrettern an ihren Standorten in der Nähe.

Brunner Orthopädie

Dorfstrasse 28

8332 Rumlikon

Kontakt:

Tel. 043 523 01 24

www.brunner-orthopaedie.ch

Vermietung und Verkauf von Pflegebetten und anderen orthopädischen Hilfsmitteln wie Rollatoren etc.

Embru-Werke

Rapperswilerstrasse 33

8630 Rüti

Kontakt:

Tel. 055 251 11 11

www.embru.ch

Miete und Verkauf von Pflegebetten und anderen Hilfsmitteln.

HILFSMITTEL UND KRANKENMOBILIEN

IWAZ RehaTech

Neugrundstrasse 4
8620 Wetzikon
Kontakt:
Tel. 044 933 23 90
www.iwaz.ch/rehatech

Vielfältige Auswahl an Hilfsmitteln, wie Rollatoren, Badehilfen, Pflegebetten etc. Miete und Kauf möglich. Ausstellungsraum in Wetzikon.

Rheumaliga Zürich

Badenerstrasse 585
8048 Zürich
Kontakt:
Tel. 044 405 45 50
www.rheumaliga.ch/zza

Verkauf von diversen Hilfsmitteln und Gesundheitsprodukten.

SAHB

Regionales Hilfsmittelzentrum
Kanton Zürich
Zürichstrasse 44
8306 Brüttisellen
Kontakt:
Tel. 044 805 52 70
www.sahb.ch

Unabhängige Hilfsmittelberatung, Occasionsmarkt auf der Webseite.

LEBENSMITTELABGABE

REMAR Lebensmittel-Abgabestelle Russikon

Berggasse 16
8332 Russikon

Abgabestelle in Russikon. Jeden Mittwoch um 17:00 Uhr. CHF 5.- und Taschen mitbringen.

Tischlein deck dich Abgabestelle Pfäffikon

Jeden Dienstag im Pfarrsaal der kath. Pfarrei St. Benignus. Bezugskarten erhalten Sie bei der katholischen Kirche und der Fachstelle Sozialhilfe, Gemeindeverwaltung Pfäffikon.

MAHLZEITENDIENST

Mahlzeitendienst des Gemeinnützigen Frauenvereins Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 076 46161 44

www.frauenverein-

pfaeffikonzh.ch/mahlzeitendienst

Malzeiten können telefonisch bis am
Vortag um 15 Uhr bestellt werden.

Casa Gusto - Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstrasse 145

8032 Zürich

Kontakt:

Tel. 058 451 50 50

www.casa-gusto.ch

Bestellung via Mail oder per Telefon.
Bei telefonischer Bestellung wird eine
Administrationspauschale verrechnet.

Täglich werden im GerAtrium drei
Gerichte frisch zubereitet. Es stehen
zwei Gerichte mit Fleisch und ein
vegetarisches zur Auswahl. Eine
Suppe, ein Salat und ein Dessert
ergänzen das Menu.

Der Preis pro Menü beträgt Fr. 22.-

Die warmen Gerichte werden mittags
warm nach Hause geliefert.

Lieferung in die Gemeinden Pfäffikon,
Fehraltorf, Hittnau und Russikon Dorf.

Auswahl von über 70 Menüs.

Die Preise variieren je nach Menu. Es
sind auch Snacks bestellbar.

Lieferkosten werden zusätzlich
verrechnet.

Die Mahlzeiten werden gekühlt
geliefert und sind 5 Tagen im
Kühlschrank haltbar. Die Mahlzeiten
können in der Mikrowelle, Backofen
oder Steamer zubereitet werden.

MAHLZEITENDIENST

Gourmet Domizil GmbH

Oberglatterstr. 35

8153 Rümlang

Kontakt:

Tel. 044 271 55 66

www.gourmet-domizil.ch

Bestellungen telefonisch, über die Homepage oder auf einem Formular möglich.

Mahlzeitendienst für Privatkunden
Wöchentliche wechselnder Menuplan.
Auch Diätmenus erhältlich.
Lieferung bis an die Haustüre, keine
Liefergebühren. Mikrowellengeräte
können gemietet werden.
Tagesmenü Fr. 16.90

NOTRUFSYSTEME

Rotkreuz-Notruf

Thurgaustrasse 36/38

8050 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 388 25 35

www.srk-zuerich.ch

Die verschiedenen Rotkreuz-
Notrufangebote erhöhen die Sicherheit
zu Hause und mit der mobilen
Version auch unterwegs.

NOTRUFSYSTEME

Senioren Notruf Sawires AG

Deisrütistrasse 11

8472 Seuzach

Kontakt:

Tel. 052 304 17 17

www.senioren-notruf.ch

Anbieter von Notrufsystemen.

Eigene 24 h Notrufzentrale.

UNTERSTÜTZUNG BEI GEMEINSAMEN AKTIVITÄTEN

Rotkreuz Duo

Thurgaustrasse 36/38

8050 Zürich

Kontakt:

Tel. 044 360 28 36

www.srk-zuerich.ch

Bei Aufgaben des täglichen Lebens stehen Ihnen Rotkreuz Duo Partnerinnen und Partner zur Seite. Die Aktivitäten wie Kochen, Wäsche machen, Veranstaltungen besuchen, Zeit verbringen, werden gemeinsam gemacht.

UNTERSTÜTZUNG IN HAUS UND GARTEN

mitenand – fürenand

Verein Nachbarschaftshilfe

Russikon, Fehraltorf und Umgebung

Kontakt:

Ursula Rickli

Tel. 079 576 94 12

mitenand@bluewin.ch

www.nachbarschaftshilfe-rufe.ch

Der Verein Nachbarschaftshilfe "mitenand - fürenand" der Gemeinden Russikon und Fehraltorf ist gemeinnützig sowie politisch und konfessionell neutral und vermittelt alltägliche Dienstleistungen in Form von Nachbarschaftshilfe.

So zum Beispiel:

- Einkaufen und Entsorgen
- Gartenarbeiten
- Pflege von Haustieren und Pflanzen
- kleine Reparaturen

Lindenbaum

Wallikerstrasse 44

8330 Pfäffikon

Kontakt:

Tel. 044 953 33 66

www.lindenbaum.ch

Angebot von diversen Unterstützungsangeboten wie Gartenarbeiten, Fensterreinigung, Recyclingservice, Wäscherei.

FREIWILLIGES ENGAGEMENT

EINSATZMÖGLICHKEITEN FÜR FREIWILLIGE

Benevol St. Gallen

St. Leonhard-Strasse 45

9000 St. Gallen

Kontakt:

Tel. 071 227 07 60

www.benevol-sg.ch

mitenand – fürenand

Verein Nachbarschaftshilfe

Russikon, Fehraltorf und Umgebung

Kontakt:

Ursula Rickli

Tel. 079 576 94 12

mitenand@bluewin.ch

www.nachbarschaftshilfe-rufe.ch

Fachstelle für freiwilliges Engagement im Zürioberland. Vermittlung von Einsatzmöglichkeiten. Diverse Kursangebote.

Der Verein Nachbarschaftshilfe "mitenand - fürenand" der Gemeinden Russikon und Fehraltorf ist gemeinnützig sowie politisch und konfessionell neutral und vermittelt alltägliche Dienstleistungen in Form von Nachbarschaftshilfe. So zum Beispiel:

- Begleitung und Fahrten
- Einkaufen
- Gartenarbeiten
- Pflege von Haustieren und Pflanzen
- Aufgabenhilfe
- Administrative Unterstützung

Freiwillige Helferinnen und Helfer sind herzlich willkommen.

Herausgeberin

Gemeinde Russikon

Kirchgasse 4

8332 Russikon

www.russikon.ch

Erscheinungsjahr

Juli 2026