

Älter werden in Richterswil



richterswil
InfoPunkt●Alter

Beratung, Information und Koordination	4
Beratungsstellen	4
Lebensgestaltung	8
Bewegung und Sport	8
Bildung, Kultur	9
Solidarität, Beziehungsnetze	10
Begegnung	10
Freiwilliges Engagement	12
Mobilität, Infrastruktur, Verkehr	15
Fahrdienste	
Sicherheit	16
Finanzen und Rechtsfragen	16
Vorsorgedokumente	17
Medizinische Versorgung, Gesundheit und Prävention	18
Pflege- und Betreuung	20
Hilfen und Begleitung zu Hause	20
Reinigung	20
Hilfsmittel	20
Mahlzeitendienst	21
Entlastung und Betreuung	23
Pflegezentren	24
Wohnen	26
Spiritualität, Sterben, Tod	27
Wissenswertes von A–Z	28
Büchertipps	31
Notfälle (Rückseite)	

Liebe Einwohnerinnen und Einwohner von Richterswil und Samstagern

Was heisst «Gutes Altern»? Welche altersspezifischen Angebote gibt es hier?
Wer kann mich bei Bedarf zu Hause unterstützen? Wo will ich leben?
Wie finanziere ich den Aufenthalt im Pflegezentrum? Was kann ich vorausschauend regeln? Wo kann ich mich freiwillig engagieren? Wer oder was trägt zu meinem Wohlbefinden, meiner Lebensqualität bei?

Sie halten ein aktualisiertes Verzeichnis mit nützlichen Adressen und Telefonnummern in der Hand: Damit Sie einen einfachen Zugang haben zu verschiedenen Dienstleistungen und Beratungsangeboten in Richterswil und der Region. Nutzen Sie die Angebote.

Bei allen Fragen rund ums Älterwerden erteile ich Ihnen gerne Auskunft und biete unentgeltlich Beratung an.

Altersbeauftragte Gemeinde Richterswil

Pro Senectute Kanton Zürich

Gabriela Giger

InfoPunkt • Alter

Dorfstrasse 11

8805 Richterswil

Telefon 044 687 13 32



Altersbeauftragte Gemeinde Richterswil

044 687 13 32

Pro Senectute Kanton Zürich

InfoPunkt•Alter

Gabriela Giger, Sozialarbeiterin FH

Dorfstrasse 11

8805 Richterswil

E-Mail gabriela.giger@psz.ch

Das Angebot ist für Sie kostenlos,

Beratungstermine nach Vereinbarung.

Beratungsstellen

Alzheimervereinigung Kanton Zürich

043 499 88 63

Seefeldstrasse 62, 8008 Zürich

E-Mail info@alz-zuerich.ch

www.alz-zuerich.ch

Audika Hörberatung

044 687 22 34

Poststrasse 11, 8805 Richterswil

www.audika.ch

Beratungsstelle LiA – Leben im Alter

044 635 34 20

Zentrum für Gerontologie

Pestalozzistrasse 24, 8032 Zürich

www.zfg.uzh.ch

Die Dargebotene Hand

143

Hilfe in Krisensituationen rund um die Uhr

www.143.ch

Fachberatung für altersgerechtes Bauen und Wohnen

044 240 20 60

Fabrikstrasse 31, 8005 Zürich

076 432 01 04

www.wohnenimalter.ch

Hörgeräte Sommer Poststrasse 19, 8805 Richterswil info@hoergeraete-sommer.ch / www.hoergeraete-sommer.ch	044 680 43 66 076 505 04 08
KESB Bezirk Horgen Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Dammstrasse 12, 8810 Horgen E-Mail kanzlei@kesb-horgen.ch www.kesb-horgen.ch	044 718 40 40
Kescha Anlaufstelle Kindes- und Erwachsenenschutz Limmatstrasse 35, 8005 Zürich info@kescha.ch www.kescha.ch	044 273 96 96
Krebsliga des Kantons Zürich Krebstelefon Freiestrasse 71, 8032 Zürich E-Mail info@krebsligazuerich.ch www.krebsliga-zh.ch	044 388 55 00 0800 11 88 11
Ombudsstelle Krankenversicherung Morgartenstrasse 9, 6002 Luzern www.om-kv.ch	047 226 10 10
Lunge Zürich Pfungstweidstrasse 10, 8005 Zürich E-Mail info@lunge-zuerich.ch www.lunge-zuerich.ch	044 268 20 00
MS-Gesellschaft Josefstrasse 129, 8032 Zürich E-Mail info@multiplesklerose.ch www.multiplesklerose.ch	043 444 43 42

Paarberatung & Mediation Bezirk Horgen

044 722 27 66

Gotthardstrasse 36, 8800 Thalwil

E-Mail thalwil@paarberatung-mediation.ch

www.paarberatung-mediation.ch

Parkinson Schweiz

043 277 20 77

Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg

E-Mail info@parkinson.ch

www.parkinson.ch

Patientenschutz SPO

044 252 54 22

Häringstrasse 20, 8001 Zürich

E-Mail zh@spo.ch

www.spo.ch

Patientenstelle Zürich

044 361 92 56

Hofwiesenstrasse 3, 8057 Zürich

E-Mail dvsp@patientenstelle.ch

<http://zh.patientenstelle.ch>

Praxis-Horgen (Gemeinschaftspraxis für Psychiatrie
und Psychotherapie, Memory-Clinic)

079 880 91 42

Seestrasse 126, 8810 Horgen

E-Mail zemlitz@hin.ch

www.praxis-horgen.ch

Rheumaliga Zürich

044 405 45 50

Badenerstrasse 585, 8048 Zürich

E-Mail info.zh@rheumaliga.ch

www.rheumaliga.ch/zh

Pro Infirmis Kanton Zürich

058 775 25 25

Hohlstrasse 550, 8048 Zürich

E-Mail zuerich@proinfirmis.ch

www.proinfirmis.ch

Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband Ausstellungsstrasse 36, 8005 Zürich E-Mail beratungsstelle.zuerich@sbv-fsa.ch www.sbv-fsa.ch	044 444 10 60
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich SRK Drahtzugstrasse 18, 8008 Zürich E-Mail info@srk-zuerich.ch www.srk-zuerich.ch	044 388 25 25
Sozialdienst Gemeinde Richterswil Chüngengass 6, 8805 Richterswil E-Mail sozialdienst@richterswil.ch	044 787 12 70
Statthalteramt Horgen Seestrasse 124, 8810 Horgen E-Mail info.staho@ji.zh.ch	044 728 54 22
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter UBA Malzstrasse 10, 8045 Zürich E-Mail zuerich-schaffhausen@uba.ch www.uba.ch	058 450 60 60
Unabhängige Fachstelle für Sozialhilferecht UFS Pflanzschulstrasse 56, 8004 Zürich www.sozialhilfeberatung.ch	043 540 50 41
Zürcher Seehilfe, Beratungsstelle für Sehbehinderte Lutherstrasse 14, 8004 Zürich E-Mail info@zkbv.ch www.zuercher-seehilfe.ch	043 322 11 70

Bewegung und Sport

Everdance und andere Angebote

058 451 51 31

Pro Senectute Kanton Zürich

E-Mail sport@pszh.ch

Fitness und Gymnastik für Senior/innen

Pro Senectute Kanton Zürich

Samstagern: Monika Bechtiger

044 784 90 81

Richterswil: Myrta Güner

044 784 24 30

Velo-/Schneeschuhrgruppe Zimmerberg

044 784 51 89

Pro Senectute Kanton Zürich

Kontakt: Werner Wäfler

E-Mail sg.zimmerberg@gmail.com

vitaswiss

044 784 80 50

Sektion Richterswil

Kontakt: Marianne Höhn

E-Mail marianne.hoehn@gmx.ch

Walking

044 784 78 08

Kontakt: Yvonne Weiss

Walking Treff 60+

044 784 90 81

Kontakt: Monika Bechtiger

Wandergruppe Zimmerberg

044 780 85 34

Pro Senectute Kanton Zürich

079 352 58 61

Kontakt: Hans Gonzenbach

E-Mail sg.zimmerberg@gmail.com

Wassergymnastik

Kontakt: Marlies Baechler

044 784 58 63

Bildung und Kultur

Bibliothek Gemeinde

044 785 00 78

Friedenstrasse 8, 8805 Richterswil

www.bibliothek-richterswil.ch

Computeria InfoPunkt•Alter

Dorfstrasse 11, 8805 Richterswil, Dienstag, 14.00 –17.00 Uhr

E-Mail info@computeria-richterswil.ch / www.computeria-richterswil.ch

Ludothek, GZ Drei Eichen

Stationsstrasse, 8833 Samstagern

<http://ludothek.forum-samstagern.ch>

Schweizerische Bibliothek für Blinde, Seh- und Lesebehinderte (SBS)

043 333 32 32

E-Mail info@sbs.ch

www.sbs-online.ch

Senioren-Universität Zürich

044 635 66 66

Winterthurerstrasse 190, 8057 Zürich

E-Mail sekretariat@seniorenuni.uzh.ch

www.seniorenuni.uzh.ch

Volkshochschule des Kantons Zürich

044 205 84 84

E-Mail info@vhszh.ch oder www.vhszh.ch

Zentrum für Gerontologie, Uni Zürich

044 635 34 20

Sumatrastrasse 30, 8006 Zürich

E-Mail zfg@zfg.uzh.ch / www.zfg.uzh.ch

ZHAW Hochschulbibliothek

058 934 79 76

Fachinformation Angewandte Gerontologie

Turbinenstrasse 2, 8401 Winterthur

www.zhaw.ch/de/hochschulbibliothek/recherchehilfe-kurse/

fachinformation-angewandte-gerontologie

Begegnung

Associazione famiglia Lucana	044 784 34 22
Kontakt: Valentino Dapoto	
Zugerstrasse 15, 8805 Richterswil	
Besuchsgruppe, ökumenische	
Ruth Theiler, ref. Kirchenpflege	044 784 96 82
ruht.theiler@zh.ref.ch	
Franziska Widmer, kath. Pfarreiassistentin	044 784 01 57
franziska.widmer@kath-richterswil.ch	
Comunità Italiana Richterswil	044 785 08 42
Auskunft: Nunzia Carruba	
Zugerstrasse 15, 8805 Richterswil	
Frauen Richterswil/Samstagern	044 687 10 41
Kontakt: Evi Kleinöder	
E-Mail frauenrisa@gmx.ch	
www.frauenrisa.info	
Frauentreff	044 784 54 08
Meist 1. Montag im Monat, 10 – 11.30 Uhr,	
Restaurant Namaste, Richterswil	
Kontakt: Beatrice Rimann	
Immergrün Seniorenclub 60+	044 784 96 82
Auskunft: Ruth Theiler	
Pro Senectute Mittagessen	044 784 25 14
Jeden 1. Donnerstag im Monat, 12 Uhr, Rosengarten	
Ortsvertretung: Ruth und Hans Diem	
E-Mail rhdiem@bluewin.ch	

Reformierte Kirchgemeinde Richterswil
Sekretariat: Dorfstrasse 75, 8805 Richterswil
E-Mail info@refrichterswil.ch
www.refrichterswil.ch

044 784 14 15

Katholische Kirchgemeinde Richterswil
Sekretariat: Erlenstrasse 32, 8805 Richterswil
E-Mail pfarramt@kath-richterswil.ch
www.kirche-richterswil.ch

044 784 01 57

Missione Cattolica di Lingua Italiana
www.mcli.ch/zimmerberg

044 725 30 95

Die liebevolle Kinderbetreuung, online suchen und finden
kontakt@misgrosi.ch
www.misgrosi.ch

Begegnung, Austausch
www.sozialkontakt.ch



Freiwilliges Engagement

Wisli am See

043 888 16 16

- Rollstuhlgruppe • Cafeteriagruppe • Mithilfe beim Singen
- Besuchsdienst • Sterbebegleitung • Gottesdienstbegleitung im Haus
- Wullechnäuel-Club • Begleitung bei Anlässen und Ausflügen
- Besuche Wohngruppe Drei Eichen Samstagen • Foyertreff
- Ziischtigstreff • Kinobetreuung • Weiteres

www.wisliamsee.ch

IRS Interessengemeinschaft Richterswiler Sportvereine

E-Mail info@irsrichti.ch

www.irsrichti.ch

Siehe auch: **Wegweiser Verkehrsverein Richterswil**

Nachbarschaftshilfe Richterswil

043 888 05 51

- Einfache Haus- und Gartenarbeiten • Gesellschaft leisten
- Einkaufshilfe • Kurzfristige Tierbetreuung • Computerhilfe /
- Administrative Arbeiten • Aufgabenhilfe • Kurzfristige Oma-/
- Opa-Funktionen • Übersetzen/Dolmetschen und Ähnliches

E-Mail richterswil@nachbarschaftshilfe.ch

Freiwilligenarbeit Pro Senectute Kanton Zürich

058 451 51 08

- Besuchsdienst • Treuhanddienst • Steuererklärungsdienst
- Büroassistenten • Generationen im Klassenzimmer • Computerias
- Engagement in der Gemeinde • Betreuung von Wohnpartnerschaften
- Bewegung und Sport

E-Mail freiwilligenarbeit@pszh.ch

www.pszh.ch/ihr-engagement/freiwillig-engagiert

Freiwilligenarbeit Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich 044 388 25 25

E-Mail freiwillige@srk-zuerich.ch

www.srk-zuerich.ch/mitmachen/freiwillig-engagiert-fuer-menschen-in-not

Ökumenische Besuchsgruppe Richterswil

- *Regelmässige Besuche zu Hause bzw. im Altersheim*
- *Vorlesen aus Buch oder Zeitung • Begleitung beim Spaziergang*
- *Zusammen spielen • regelmässiger telefonischer Kontakt*

Auskunft: Ruth Theiler, Ref. Kirche

044 784 96 82

Auskunft: Franziska Widmer, Kath. Kirche

044 784 01 57

Ortsvertretung Richterswil

044 784 25 14

Pro Senectute Kanton Zürich

- *Mittagstisch • Ausflüge/Anlässe • Gratulationen*

Auskunft: Ruth und Hans Diem

E-Mail rhdiem@bluewin.ch

UBS-Helpetica

www.ubs-helpetica.ch





Fahrdienste

Rotkreuz-Fahrdienst Richterswil/Samstagern

044 388 25 00

Anfragen: Montag–Freitag 08.00–12.00 und 14.00–17.00 Uhr

ProMobil Behindertentransport linkes Zürichseeufer

044 781 49 49

Zugerstrasse 1, 8805 Richterswil

Procap Schweiz. Invalidenverband

044 680 25 92

Sektion Wädenswil und Umgebung

Tixi Fahrdienst für Menschen mit Behinderung

Mühlezelgstrasse 15, 8047 Zürich

Auskunft

044 404 13 80

Fahrbestellung: Montag–Freitag 08.00–19.00 Uhr

0848 00 20 60



Finanzen und Rechtsfragen

AHV-Zweigstelle Gemeinde Richterswil Zusatzleistungen zur AHV/IV, Prämienvverbilligung Chüngengass 6, 8805 Richterswil	044 787 12 35
Büroassistent Pro Senectute Kanton Zürich	058 451 52 20
Freiwilliger Treuhanddienst Pro Senectute Kanton Zürich	058 451 52 20
Steuererklärungsdiens t Pro Senectute Kanton Zürich	058 451 52 20
Individuelle Finanzhilfen Pro Senectute Kanton Zürich InfoPunkt•Alter Richterswil	044 687 13 32
Stiftung Pflägifonds Richterswil Präsidentin Kathrin Weidenmann-Wengle	044 715 09 35
Fachstelle für Schuldenfragen Kanton Zürich Schaffhauserstr. 550, 8052 Zürich www.schulden-zh.ch	043 333 36 86
Notariat, Grundbuch- und Konkursamt Zugerstrasse 16, 8820 Wädenswil E-Mail waedenswil@notariate.zh.ch www.notariate.zh.ch/waedenswil	044 859 25 50
Bezirksgericht Horgen Rechtsauskünfte Burghaldenstrasse 3, 8810 Horgen www.gerichte-zh.ch	044 728 52 22
SVA Sozialversicherungsanstalt Zürich Röntgenstrasse 17, 8087 Zürich www.svazuerich.ch	044 448 50 00

Vorsorgedokumente

Patienten-Verfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnungen Todesfall

Pro Senectute Docupass: InfoPunkt•Alter	044 687 13 32
Dialog Ethik Zürich	044 252 42 01
Krebsliga Zürich	044 388 55 00
Schweizerisches Rotes Kreuz SRK	044 388 25 25
SPO Patientenorganisation	044 252 54 22



Medizinische Versorgung, Gesundheitsförderung, Prävention

Ärztlicher Notfalldienst	0800 33 66 55
Ernährungsberatung am See-Spital Asylstrasse 19, 8810 Horgen E-Mail erb@see-spital.ch www.see-spital.ch/fachgebiete/therapien-und-beratungen/ #ernaehrungsberatung	044 728 13 92
Podologie Hüppin (Medizinische Fusspflege) Staldenbachstrasse 12, 8808 Pfäffikon SZ www.podologie-hueppin.ch	055 410 57 13
Podologie Steiner (Medizinische Fusspflege) Etelstrasse 17, 8808 Pfäffikon SZ www.podologie-steiner.ch	055 420 44 33
Podospa GmbH (Medizinische Fusspflege) Schönenbergstrasse 28, 8820 Wädenswil www.podospa.ch	044 780 66 77
Podologie RHS (Medizinische Fusspflege) Seestrasse 194, 8820 Wädenswil www.rhs-podologie.ch	077 527 67 69
Podologie Pedrazzini (Medizinische Fusspflege) Roosstrasse 40, 8832 Wollerau SZ www.pedrazzini-podologie.ch	079 456 88 32
Psychiatrische Klinik Sanatorium Kilchberg Alte Landstrasse 70, 8802 Kilchberg www.sanatorium-kilchberg.ch	044 716 42 42

samowar Suchtpräventionsstelle Bezirk Horgen

044 723 18 17

Bahnhofstrasse 24, 8800 Thalwil

www.samowar.ch

See-Spital Horgen

044 728 11 11

Asylstrasse 19, 8810 Horgen

www.see-spital.ch

Sturzprävention

www.gesundheitsfoerderung.ch

<https://pszh.ch/sport-und-bildung/indoorsport/sturzpraevention/>

Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch



Hilfen & Begleitung zu Hause

Spitex Richterswil/Samstagern

044 787 53 30

Schwyzerstrasse 29, 8805 Richterswil

E-Mail info@spitex-richterswil.chwww.spitex-richterswil.ch

Pro Senectute Home Zimmerberg

058 451 52 35

E-Mail home.zimmerberg@pszh.chwww.pszh.ch/hilfen-zu-hause/begleitung-und-betreuung

Nachbarschaftshilfe Richterswil/Samstagern

043 888 05 51

Vermittlungsstelle

Freiwillige Betreuung von Personen mit Alzheimer

079 529 32 55

Brigitte Giger

044 784 16 90

bri.gj@bluewin.ch

Reinigung

Etcetera Thalwil

044 721 01 22

Projekt des Schweizerischen Arbeiterhilfswerks

Haushalt, Umzüge, Reinigungen, Räumungen, Garten etc.

www.etcetera-sah-zh.ch

Senioren-Unterhaltsreinigung GmbH

044 830 43 33

E-Mail info@senioren-unterhaltsreinigung.chwww.senioren-unterhaltsreinigung.ch

Hilfsmittel

Hilfsmittelverleih Samariter-Verein Richterswil

044 536 32 70

Magazin Sunnengartenstrasse 10

Vitarum AG

Zugerstrasse 29, 8820 Wädenswil

www.vitarum.ch

044 780 11 22

Mahlzeitendienst

Mahlzeitendienst

Spitex Richterswil/Samstagern

079 682 87 77

Pro Senectute CasaGusto

www.casa-gusto.ch

058 451 50 50





Entlastung und Betreuung

Alzheimervereinigung Kanton Zürich Entlastungsdienst, Seefeldstrasse 62, 8008 Zürich www.alz-zuerich.ch	043 499 88 63
Entlastungsdienst Schweiz Kanton Zürich Schaffhauserstrasse 358, 8050 Zürich Vermittlung Region Horgen www.entlastungsdienst.ch	044 741 13 30
Tagaktiv Serata Thalwil Zentrum für Tagesaufenthalte Asylstrasse 2, 8800 Thalwil www.serata.ch	043 810 44 25
Tagesbetreuung Stiftung Amalie Widmer Horgen Amalie Widmerstrasse 11, 8810 Horgen www.sawh.ch	043 336 44 44
Tageszentrum Regenbogenhaus Tabea Ambulantes Angebot für Menschen mit gerontopsychiatrischen Erkrankungen Schärbächlistrasse 2, 8810 Horgen, www.tabea.ch	044 718 44 44
Zürcher Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker 8000 Zürich www.zvbs.ch	079 670 51 50
Palliaviva Spezialisierte Palliative Care Dörflistrasse 50, 8050 Zürich E-Mail palliaviva@hin.ch / www.palliaviva.ch	043 305 88 70
Stiftung Orbetan – Organisation für betreuende Angehörige (Nachtspitex) Tuhrtalstrasse 15, 8478 Thalheim E-Mail info@orbetan.ch / www.orbetan.ch	052 338 11 57 079 642 80 14 0840 40 40 40

Pflegezentren

Wisli am See

043 888 16 16

Im Wisli 20, 8805 Richterswil

E-Mail: kontakt@wisliamsee.ch

www.wisliamsee.ch

Wisli am See

Wohngruppe Drei Eichen

Stationsstrasse 32, 8833 Samstagern



Tertianum Etzelblick Gartenstrasse 15, 8805 Richterswil	044 787 47 11
Alters- und Pflegeheim Au Schellerstrasse 5, 8804 Au	043 833 28 88
Alters- und Pflegeheim Stapfer Stiftung Lindenstrasse 1, 8810 Horgen	044 725 41 63
Alterszentrum Haus Tabea Schärbächlistrasse 2, 8810 Horgen	044 718 44 44
Stiftung Amalie Widmer Horgen Amalie Widmerstrasse 11, 8810 Horgen www.sawh.ch	043 336 44 44
Pflegezentrum Nidelbad Eggrainweg 3, 8803 Rüschlikon www.pz.nidelbad.ch	044 724 74 11
Serata Thalwil Tischenloostrasse 55, 8800 Thalwil	044 723 71 71
Frohmatt Wädenswil Bürgerheimstrasse 8 –12, 8820 Wädenswil	044 789 21 11
Wohnzentrum Fuhr Fuhrstrasse 42, 8820 Wädenswil	044 780 39 39
Sonnweid AG Bachtelstrasse 68, 8620 Wetzikon	044 931 59 31

Vollständige Liste Pflegeheime Kanton Zürich
<https://gd.zh.ch>

Wohnen

Tertianum Etzelblick	044 787 47 11
Gartenstrasse 15, 8805 Richterswil	
E-Mail etzelblick@tertianum.ch	
www.tertianum.ch	
Wohnen für Hilfe	058 451 50 00
Generationenübergreifende Wohnpartnerschaften	
Pro Senectute Kanton Zürich	
Wohnungsanpassungen	044 240 20 60
Felix Bohn, Architekt, Ergotherapeut, Gerontologe	076 432 01 04
Fabrikstrasse 31, 8005 Zürich	
www.wohnenimalter.ch	

Umzug, Wohnungsauflösung

Etcetera Thalwil	044 721 01 22
Projekt des Schweizerischen Arbeiterhilfswerks	
Haushalt, Umzüge, Reinigungen,	
Räumungen, Garten etc.	
www.etcetera-sah-zh.ch	
homeManagement GmbH	044 831 02 55
Tödistrasse 3, 8304 Wallisellen	
Soziales Netz Horgen SNH	044 718 25 45
Seestrasse 238, 8810 Horgen	079 669 00 14
www.snh-zv.ch	
Umzugshilfe	058 451 50 44
Pro Senectute Kanton Zürich	

Spiritualität, Sterben und Tod

Sterbe- und Trauerbegleitung

044 784 16 90

Brigitte Giger, 8805 Richterswil

079 529 32 55

E-Mail brigitte.giger@sensis-support.ch

Healing Room

079 395 38 46

Yvonne Felchlin, 8805 Richterswil

E-Mail info@healing-room.chwww.healing-room.ch

Hospiz St. Antonius

055 415 50 80

Hurdnerstrasse 104, 8640 Hurden

E-Mail hospitz@st-antonius-hurden.chwww.st-antonius-hurden.ch

Hospiz Eternita

044 786 78 70

Alterszentrum Am Etzel, Dorfstrasse 55, 8835 Feusisberg

E-Mail maja.sollie@az-etzel.chwww.az-etzel.ch

Verein FährFrauen

044 865 47 44

Postgasse 14, 8427 Rorbas

info@faehrfrauen.chwww.faehrfrauen.ch

Bevölkerungsdienste Gemeinde Richterswil

044 787 12 21

Bestattungen

Leitfaden für den Todesfall und das Musterformular
für einen letztwilligen Bestattungswunsch:www.richterswil.ch

Wissenswertes von A–Z

Alter, das Alter Bezeichnet die Lebensspanne von 60–100 oder mehr Jahren und ist somit von einer deutlichen Heterogenität, das meint Vielfalt, Ungleichheit, Unterschiedlichkeit gekennzeichnet. Dieser Heterogenität im Alter ist mit geschärftem Blick für die ganz unterschiedlichen Bedürfnisse der älteren Menschen zu begegnen.

AHV/IV-Ergänzungsleistungen Diese Beiträge zur AHV oder IV helfen dort, wo die Renten und das Einkommen nicht die minimalen Lebenshaltungskosten decken. Sie sind ein rechtlicher Anspruch und keine Sozialhilfe und werden individuell geprüft. Die AHV-Zweigstelle Richterswil hilft Ihnen gerne weiter.

Begleiterkarte Damit sind Reisende mit einer Behinderung berechtigt, eine Begleitperson und/oder einen Blindenhund in der gleichen Klasse kostenlos mitzunehmen. Die Begleiterkarte ist auf den Strecken der beteiligten schweizerischen Transportunternehmen gültig. Für die Ausgabe ist das Statthalteramt Horgen zuständig.

Beistandschaft Kann eine volljährige Person ihre persönlichen, finanziellen und rechtlichen Angelegenheiten nur noch teilweise oder gar nicht mehr selbständig erledigen, bietet eine individuell auf die Bedürfnisse der Betroffenen ausgerichtete Beistandschaft Hilfe an. Zuständig ist die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB Bezirk Horgen.

Bevölkerungsdienste Gemeinde Richterswil Erhältlich ist ein «Leitfaden für den Todesfall» sowie eine Mustervorlage «Letztwilliger Bestattungswunsch». Für weitere Auskünfte wenden Sie sich an Bevölkerungsdienste Einwohnerwesen.

Care-Migration Als Care-Migration wird das Phänomen bezeichnet, welches sich im transnationalen Arbeitsmarkt für Pflegekräfte zeigt. In der Schweiz sind es vor allem Frauen aus Deutschland und aus osteuropäischen Ländern, die pflegebedürftige Personen in ihrem Zuhause betreuen und oftmals bei ihnen wohnen.

Demenz Ist der allgemeine Begriff für Erkrankungen, die zum Verlust von Hirnleistungsfähigkeiten führen. Typisch ist eine Verminderung der Gedächtnisleistung, des Denkvermögens, der Sprachfindung und der Geschicklichkeit, jedoch keine Trübung des Bewusstseins und der Emotionalität. Um Gewissheit zu erlangen, ob es sich um eine dementielle Entwicklung handelt, empfiehlt sich eine hausärztliche Konsultation und anschliessende Abklärung in einer Memory-Klinik.

Entlastung Pflegende Angehörige und Bezugspersonen leisten enorme Unterstützungsarbeit, was einerseits befriedigend sein, andererseits sich negativ auf die eigene Lebensgestaltung oder Gesundheit auswirken kann. Regelmässige Entlastung und Unterstützung sind unerlässlich. Beratung bieten InfoPunkt•Alter und die Alzheimer-Vereinigung an.

Erwachsenenschutzrecht Nach der Teilrevision des Schweizerischen Zivilgesetzbuches ZGB werden im Abschnitt Erwachsenenschutz folgende Bereiche gestärkt: Selbstbestimmungsrecht, Solidarität in der Familie, Schutz urteilsunfähiger Personen.

Freiwilligentätigkeit Ohne diese ist der soziale Zusammenhalt unmöglich. Unzählige freiwillige, unbezahlte Arbeitsstunden werden von engagierten Frauen und Männern geleistet, sei es

im privaten oder öffentlichen Dienst. Viele Organisationen sind interessiert an Ihren Fähigkeiten und Ihrer zur Verfügung stehenden Kapazität. Melden Sie sich.

Gutes Altern meint die Fähigkeit zur Persönlichkeitsentwicklung im Angesicht von Verletzlichkeit und Endlichkeit sowie eine Versöhnlichkeit mit der eigenen Lebensgeschichte. Sich einbringen können, persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten einsetzen, eigene Interessen vertreten und Hilfe annehmen können – das trägt zu einem gelingenden Altern bei.

Hilflosenentschädigung Wer bei alltäglichen Lebensverrichtungen wie Ankleiden, Aufstehen, Hinsetzen, Essen, Körperpflege auf Unterstützung angewiesen ist, kann bei der Sozialversicherungsanstalt Zürich, IV-Stelle, Hilflosenentschädigung beantragen. InfoPunkt•Alter berät Sie gerne.

Kur Eine Kur dient der Erholung, häufig nach einem Spitalaufenthalt. Für eine allfällige Rückvergütung des in der Krankenkasse-Zusatzversicherung vereinbarten Betrages, für einen Aufenthalt in einem anerkannten Kurhaus, ist eine ärztliche Verordnung notwendig.

Lebensqualität Die Schweiz ist ein sehr sicheres Land und bietet höchste Lebensqualität. In internationalen Vergleichen der Lebensqualität sind Schweizer Städte immer wieder auf den vordersten Rängen. Auch in den ländlichen Regionen erhält die Schweiz bei Kriterien wie Einkommen, Gesundheitswesen, Sicherheit, persönlicher Freiheiten sowie Familien- und Gesellschaftsleben hervorragende Noten.

Notruf-Systeme Erhältlich als Armband fürs Handgelenk oder als Uhr (SRK Rotes Kreuz, Swisscom).

Patientenverfügung Darin kann eine urteilsfähige Person jederzeit festhalten, wie sie zu medizinischen Behandlungsfragen steht, falls sie ihren Willen eines Tages nicht äussern kann und/oder nicht mehr über die nötige Urteilsfähigkeit verfügt, um bestimmten Behandlungen zuzustimmen oder sie abzulehnen. Zur Vertretung bei Verlust der Urteilsfähigkeit wird in der Regel eine Vertrauensperson bestimmt. Empfohlen wird die Abgabe einer Kopie der Verfügung an Ihre Hausärztin und Ihre Bezugsperson(en). Beratung erhalten Sie beim InfoPunkt•Alter.

Pflegeheim Zu Fragen des Angebotes und der Finanzierung von Pflegeheim-Aufenthalten, können Sie sich an InfoPunkt•Alter wenden.

Rehabilitation Versicherungstechnisch ist darunter eine Hospitalisation, das heisst ein Klinik-Aufenthalt mit dem Zweck zur Wiederherstellung der Gesundheit zu verstehen, welcher ärztlicher Aufsicht und Verordnung bedarf.

Testament Sofern die gesetzliche Erbfolge erwünscht wird, ist kein Testament notwendig. Vorschriftsgemäss muss das Testament von Anfang bis Ende handschriftlich verfasst, datiert und unterschrieben sein. Ist dies nicht möglich, muss es notariell beglaubigt sein.

Überbrückungs-, Übergangspflege Es besteht ein vorübergehender pflegerischer Unterstützungsbedarf, welcher in einer Pflegeinstitution geleistet wird und als temporärer Aufenthalt zeitlich an die Notwendigkeit angepasst werden kann. Die sogenannten Hotellerie-Kosten sind keine Pflichtleistung der Krankenkasse.

Vorsorgeauftrag Der Vorsorgeauftrag ist ein Dokument, es regelt die Angelegenheiten zu Lebzeiten und kommt bei Eintreten einer länger andauernden Urteilsunfähigkeit zum Zug. Der Vorsorgeauftrag kann für Teile oder für die gesamte Personen- und Vermögenssorge sowie die Vertretung im Rechtsverkehr erteilt werden.

Zum Schluss finden Sie nebenstehend eine Liste mit Büchertipps (Romane und Sachbücher) – eine persönliche Auswahl der Altersbeauftragten.



Büchertipps rund ums Altern

Abel Susanne	Stay away from Gretchen. Eine unmögliche Liebe
Balzano Marco	Wenn ich wiederkomme
Brater Jürgen	Pfeif drauf – morgen hast du's eh vergessen. Vom Vergnügen, entspannt alt zu werden
Horat Ernst	Wenn die Sehkraft nachlässt. Ein problemorientierter Ratgeber für sehbehinderte Menschen, erarbeitet aufgrund der Erfahrungen im Alltag eines Betroffenen
Kast Verena	Vertrauen braucht Mut. Was Zusammenhalt gibt
Kruse Andreas	Lebensphase hohes Alter. Verletzlichkeit und Reife
Kruse Andreas	Resilienz bis ins hohe Alter – Was wir von Johann Sebastian Bach lernen können
Linde Désirée	Lebensbalance im Alter. Das eigene Altern positiv beeinflussen
Mogi Ken	Ikigai. Die japanische Lebenskunst
Muri Franziska	Selbstfürsorge
Poschenrieder Christoph	Mauersegler
Riedel Ingrid	Vom Entdecken der inneren Welt. Horizonte der Tiefenpsychologie heute
Rüegger Heinz	Über selbstbestimmtes Sterben: Zwischen Freiheit, Verantwortung und Überforderung
Von Flüe Karin	Letzte Dinge regeln: Fürs Lebensende vorsorgen – mit Todesfällen umgehen
Wood Charlotte	Ein Wochenende

Notfall

Ärztlicher Notfalldienst	0800 33 66 55
Sanität	144
Polizei	117
Feuerwehr	118
Die Dargebotene Hand	143
Tox Info (Vergiftungen)	145
Rettungsflugwacht Rega	1414
Psychiatrische Klinik Sanatorium Kilchberg	044 716 42 42
See-Spital Horgen	044 728 11 11
Spitex Richterswil/Samstagern	044 787 53 30
Benu-Apotheke Richterswil	044 784 60 60
Kinderärztlicher Notfalldienst	0900 575 757
See-Polizei	044 722 58 00
See-Rettungsdienst	044 720 70 21
Zahnärztlicher Notfalldienst Bezirk Horgen	0840 401 401

Wir sind bestrebt, diese Broschüre auf dem aktuellen Stand zu halten und danken Ihnen deshalb für Ihre Mithilfe. Allfällige Änderungen teilen Sie uns bitte mit.

Impressum

Herausgabe: InfoPunkt•Alter, Richterswil

Konzeption, Texte: Gabriela Giger, InfoPunkt•Alter, Richterswil

Layout: Peter Wild, www.peterwild.ch

Druck: Horizonte Druckzentrum, 8800 Thalwil

© 2014, InfoPunkt•Alter, Richterswil

2022 Aktualisierung

InfoPunkt•Alter

**PRO
SENECTUTE**
Rationen Zürich

richterswil