



ÄLTER WERDEN IN USTER NÜTZLICHE ADRESSEN FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN



IMPRESSUM

Herausgeberin und Bezugsadresse

Stadt Uster
Fachstelle Alter
Bahnhofstrasse 17
8610 Uster
Telefon 044 944 74 59
gesundheit@uster.ch

Elektronische Version: www.uster.ch/fachstelle-alter

Titelbild

Christian Merz, Fotografie, Mönchaltorf

Druck

FO-Fotorotar, Egg

2. Auflage, Dezember 2019
7000 Exemplare

VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser



Die Vielfalt seiner Einwohnerinnen und Einwohner und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben zählt zu den Qualitäten von Uster. In Uster soll jede und jeder dazu gehören, Uster ist eine Stadt für alle. So steht es in der «Strategie 2030» des Stadtrats geschrieben.

Für eine hohe Lebensqualität von Menschen im Alter sorgen in Uster bereits heute zahlreiche städtische und private Organisationen und damit viele unterschiedliche Berufsangehörige sowie ehrenamtlich tätige Menschen. Ihnen allen danke ich an dieser Stelle herzlich für ihr grosses Engagement zugunsten der älteren Menschen. Sie alle machen Uster damit schon heute zu einer Stadt für alle. Die Stadt Uster setzt alles daran, dass dies auch in Zukunft so bleiben wird.

Die vorliegende Broschüre soll Ihnen einen Überblick über das vielfältige Dienstleistungsangebot in Uster für Menschen im Alter verschaffen. Sie finden darin nützliche Adressen ebenso wie eine kurze Beschreibung der jeweiligen Leistungen. Die Broschüre können Sie auch unter www.uster.ch/fachstelle-alter herunterladen. Dort oft in einer aktualisierten Version.

Wenden Sie sich bei Fragen oder Anregungen ungeniert direkt an die Fachstelle Alter der Stadt Uster, Telefon 044 944 74 59 oder direkt an die einzelnen Anbieter.

Wir alle sind sehr gerne für Sie da.



Karin Fehr

Abteilungsvorsteherin Gesundheit, Stadträtin

INHALTSVERZEICHNIS

BERATUNG

Alter • Altersangebote
Heimeintritt • Gesundheit
Sozialberatung • Seelsorge
Finanzen • Sozialversicherung
Recht • Schutz
Pensionierung

WOHNEN

Auskunft • Beratung
Alterswohnungen
Wohnungssuche • Umzug
Alters- und Pflegezentren

HILFE ZU HAUSE

Auskunft • Beratung
Hauswirtschaftliche Dienste • Betreuung
Unterstützung im Alltag
Administration • Finanzen
Mahlzeitendienste
Fahrdienste
Notrufsysteme
Hilfsmittel
Sicherheit • Ordnung

PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

Spitex
Hilfsmittel • Physiotherapie

FREIZEIT

Auskunft • Beratung
Freizeitangebote

FREIWILLIGES ENGAGEMENT

Auskunft • Beratung
Einsatzmöglichkeiten

GESUNDHEIT

Spitäler • Ambulatorien
Patientenorganisationen
Selbsthilfegruppen

VORSORGE UND TODESFALL

Vorsorge
Trauer
Todesfall • Was tun bei einem Todesfall

STICHWORTVERZEICHNIS

Alphabetisches Stichwortverzeichnis

NOTFALL-NUMMERN

Verzeichnis auf der Rückseite

Fachstelle Alter

Stadthaus Uster
Bahnhofstrasse 17
8610 Uster
044 944 74 59
www.uster.ch/fachstelle-alter

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster ist Ansprechpartnerin für ältere Menschen, Angehörige und Fachpersonen. Sie gibt

- Auskunft zu den verschiedenen Angeboten im Altersbereich,
- Beratung und Unterstützung bei der Suche nach passenden Lösungen,
- Informationen zu Themen, die im Alter beschäftigen.

Rufen Sie an oder vereinbaren Sie einen Termin für ein persönliches Gespräch. Silvia Angst, die Leiterin der Fachstelle Alter, berät Sie gerne und individuell. Dieses Angebot ist kostenlos.

Die Fachstelle Alter ist telefonisch erreichbar:
Mo–Fr 8.00–11.30 / 13.30–16.30

Heimeintritt • Gesundheit

Beratung und Aufnahme

Heime Uster
Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 11 19
www.heime-uster.ch

Persönliche Beratung und Unterstützung bei Fragen rund um den Eintritt in die Heime Uster (Wohnheim, Altersheim, Pflegezentren, geschützte Abteilungen, temporäre Abteilung, Ferienaufenthalte); umfassende Informationen zum Angebot; Terminvereinbarung für eine unverbindliche Besichtigung der Räumlichkeiten

Beratung und Aufnahme

Spitex Uster
Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Ambulante Hilfe und Pflege, Hilfsmittelberatung, Krisenintervention, Familienkonferenz, ambulante psychiatrische Pflege, Kontinenz- und Stomaberatung, Spitex Plus: zusätzliche Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung

Sozialberatung • Seelsorge

Sozialberatung

Pro Senectute
Kanton Zürich
Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 43
www.pszh.ch

Beratung von Menschen ab 60 und ihrem Umfeld zu Finanzen, Wohnen, Gesundheit, Recht, Lebensgestaltung; Individuelle Finanzhilfe an Einzelne und Paare; Beratung, Abklärung und Vermittlung zu administrativen Hilfen wie Treuhanddienst, Büroassistentz, Steuererklärungsdienst und Massnahmen des Erwachsenenschutzes

Seelsorge

Evangelisch-reformierte
Kirche Uster
Zentralstrasse 40
8610 Uster
044 943 15 15
www.refuster.ch

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren

Seelsorge

Katholische Pfarrei
St. Andreas
Neuwiesenstrasse 17
8610 Uster
044 944 85 44
www.pfarrei-uster.ch

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren, Mittagstische für alle

Finanzen

AHV-IV Zweigstelle/ Zusatzleistungen

Abteilung Soziales
Stadthaus Uster
Bahnhofstrasse 17
8610 Uster
044 944 73 51
www.uster.ch

Auskunftsstelle für Fragen zur AHV/IV, Hilflosenentschädigungen, Krankenversicherung, Prämienverbilligung und Zusatzleistungen zur AHV/IV

Sozialberatung

Pro Senectute
Kanton Zürich
Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 43
www.pszh.ch

Beratung und Unterstützung bei Anträgen auf Ergänzungs-/ Zusatzleistungen und Hilflosenentschädigung zur AHV

Schuldenberatung Kanton Zürich

Schaffhauserstrasse 550
8059 Zürich
www.schulden-zh.ch

Beratung, Budgetoptimierung, Schuldensanierung, Kurse

Recht • Schutz

Friedensrichter

Winterthurerstrasse 18A
8610 Uster
044 944 70 20
www.uster.ch

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

Notariat, Grundbuch- und Konkursamt Uster

Zürichstrasse 1
8610 Uster
044 752 39 90
www.notariate.zh.ch

Unentgeltliche Rechtsauskunft

Bezirksgericht Uster
Gerichtsstrasse 1
8610 Uster
043 366 33 00
www.gerichte-zh.ch

KESB

Kindes- und
Erwachsenenschutzbehörde
Zürichstrasse 7
8610 Uster
044 944 75 20
www.uster.ch
www.kesb-zh.ch

KESCHA

Anlaufstelle Kindes- und Er-
wachsenenschutz
Limmatstrasse 35
8005 Zürich
www.kescha.ch

**Fachstelle
Gewaltprävention
Zürcher Oberland**

Gerichtsstrasse 4
8610 Uster
043 399 10 98
www.gewalt-praevention.ch

Beurkundung von Rechtsgeschäften
(Ehe-/Erbverträge, Grundstückskauf-
verträge), erbrechtliche Beratung,
Testament

Auskünfte zum Miet-, Arbeits- und
Familienrecht für Personen, die im
Bezirk Uster wohnen
Mi + Fr 14.00–15.30 Uhr
Ohne Voranmeldung.
Telefonische oder schriftliche Aus-
künfte werden nicht erteilt.

Die Kindes- und Erwachsenenschutz-
behörden (KESB) stellen den Schutz
von Personen sicher, die nicht in der
Lage sind, die für sie notwendige Un-
terstützung einzuholen. So beispiels-
weise, wenn sie geistig oder psychisch
beeinträchtigt oder schwer suchtkrank
sind oder sie noch minderjährig sind
und die Eltern sich nicht um sie küm-
mern können.

Die Anlaufstelle Kindes- und Erwach-
senenschutz (KESCHA) ist ein Infor-
mations- und Beratungsangebot für
Personen, die von einer Massnahme
des Kindes- oder Erwachsenenschut-
zes betroffen sind.

Kostenlose und unverbindliche Erstbe-
ratung und Vermittlung zu passenden
spezialisierten Fachstellen rund um
das Thema Konflikte und Gewaltprä-
vention, insbesondere zu Prävention
von häuslicher Gewalt im Alter und zu
Gewaltprävention in der Altenpflege
für alle Einwohner und alle Institutio-
nen im Kanton Zürich

UBA
Unabhängige Beschwerde-
stelle für das Alter

Malzstrasse 10
8045 Zürich
0848 00 13 13
www.uba.ch

Fachpersonen bieten Hilfe zur Selbsthilfe bei Konflikten in verschiedensten Bereichen wie Betreuung, Pflege, Wohnen, Finanzen, Krankenkasse, Familie. Sie leisten Hilfe für ältere Menschen, die von jeglicher Form von Gewalt betroffen sind.

Pensionierung

Pensionierungsvorbereitung

AvantAge
Forchstrasse 145
8032 Zürich
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.

WOHNEN

Auskunft und Beratung

Fachstelle Alter

Stadt Uster

044 944 74 59

www.uster.ch

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Wohnangebote im Alter.

Alterswohnungen

Genossenschaften

Genossenschaft

Sonnenbühl

Sonnentalweg 8

8610 Uster

079 316 56 24

www.sonnenbuehl-uster.ch

Wohnsiedlung Sonntal

Sonnentalweg 8, Uster

42 Wohnungen (1½ und 2½ Zimmer),

eine 3½ Zimmer-Wohnung;

Bistro, Gemeinschaftsraum

Wohnsiedlung Rehbühl

Rehbühlstrasse 10, Uster

Ersatzneubau ca. 2022/2023 geplant.

Projekt: ca. 50 Wohnungen (2½ und

3½ Zimmer), Gästezimmer, Bistro,

Gemeinschaftsraum

Vermietung nur an Genossenschaftsmitglieder (minimales Anteilscheinkapital Fr. 1000). Anmeldung unter www.sonnenbuehl-uster.ch

Wohnsiedlung Kreuz

Apothekerstrasse 17

8610 Uster

043 305 95 73

www.wohnsiedlung-kreuz.ch

46 Wohnungen (1 bis 4½ Zimmer), Verpflegungsmöglichkeit, 24-Stunden-Notrufsystem, Spitex und Pflegeplätze im Hause, Gemeinschaftsraum mit div. Anlässen, Genossenschaft (Minimum Anteilschein Fr. 500 für Anmeldung; Warteliste). Anmeldung unter www.wohnsiedlung-kreuz.ch

Wohnsiedlung Post

Gerichtsstrasse 4
8610 Uster
Wohn- und Siedlungs-
genossenschaft Zürich
044 317 99 00
www.wsgz.ch

27 Wohnungen (1 bis 4 Zimmer),
Genossenschaft (Minimum Anteil-
schein Fr. 1200)

Private Angebote

Tertianum Residenz Brunnehof

Industriestrasse 10
8610 Uster
044 905 26 26
www.brunnehof.tertianum.ch

32 Appartements (1 bis 3½ Zimmer),
Verpflegung, Gemeinschaftsraum,
Aktivitäten, Veranstaltungen, 24-Stun-
den-Notrufdienst, hauseigene Spitex
und Pflegewohnbereich mit 18 Einzel-
zimmern im Hause

Überbauung Lichthof

Oberlandstrasse 58
8610 Uster
www.livit.ch

54 Wohnungen (1½ bis 4½ Zimmer)
bei Bedarf auch mit Servicewohnen
mit Leistungen durch das Wohn- und
Pflegezentrum Lichthof

Residenz Stadtpark (ab 2023)

Zürichstrasse/
Theaterstrasse
8610 Uster
044 233 33 55
www.stadtpark.ch

Rund 80 moderne, generationenge-
rechte Wohnungen (2½, 3½ und 4½
Zimmer) mit Dienstleistungen (24/7).
Hauseigene Spitex und Pflegeabtei-
lung mit 24 Einzelzimmern. Integrierte
öffentliche Gastronomie mit Terrasse
und Gartenanlage am Stadtpark

Wohnungssuche • Umzug

Wohnungssuche

www.homegate.ch
www.immoscout24.ch
www.comparis.ch
usw.

Uster verfügt über ein grosses Ange-
bot an altersgerechten Wohnungen.
Diese werden auf Internetportalen
ausgeschrieben. Wohnungssuchende
können sich ein Suchabonnement ein-
richten.

Schreibdienst Uster

Familienzentrum Uster
Zentralstrasse 32
8610 Uster
www.familienzentrum-uster.ch

Umzugshilfe

Pro Senectute
Kanton Zürich
Forchstrasse 145
8032 Zürich
058 451 50 44
www.pszh.ch

Ein Team von Freiwilligen hilft beim Ausfüllen von Formularen und Schreiben von Bewerbungsschreiben bei der Wohnungssuche. Das Angebot ist kostenlos. Es braucht keine Anmeldung.

Mi 10-12 und 17-19 Uhr

Zügel-Sorglos-Paket: Alles aus einer Hand. Organisation und Koordination des Umzuges in eine andere Wohnung oder ins Altersheim

Alters- und Pflegezentren

Städtische Angebote

Heime Uster

Beratung und Aufnahme

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 11 19
www.heime-uster.ch

Persönliche Beratung und Unterstützung bei Fragen rund um den Eintritt in die Heime Uster (Wohnheim, Altersheim, Pflegezentren, geschützte Abteilungen, temporäre Abteilung, Ferienaufenthalte); umfassende Informationen zum Angebot; Terminvereinbarung für eine unverbindliche Besichtigung der Räumlichkeiten

Heime Uster

Wohnheim Im Grund

Wagerenstrasse 18
8610 Uster
044 905 11 11
www.heime-uster.ch

22 Einzimmer- und drei Zweizimmer-Wohnungen mit Teeküche, Bad/WC und Balkon für ein selbständiges Wohnen bei leichtem Pflegebedarf; Vollpension, Wäscheservice und Reinigung; Veranstaltungen, Ausflüge; Ferienwohnung

**Heime Uster
Altersheim Im Grund**

Asylstrasse 15
8610 Uster
044 905 11 11
www.heime-uster.ch

**Heime Uster
Pflegezentrum Im Grund**

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 11 11
www.heime-uster.ch

**Heime Uster
Pflegezentrum Dietenrain**

Dietenrainweg 15
8616 Riedikon
044 905 83 00
www.heime-uster.ch

28 Einbett-Zimmer mit Dusche/WC für betreutes Wohnen bei leichtem bis mittlerem Pflegebedarf; Vollpension, Wäscheservice, Reinigung; Veranstaltungen, Aktivierungstherapie, Ausflüge; Ferienzimmer

80 Plätze in Einer- und Zweier-Zimmer für Menschen mit mittlerem bis hohem Pflegebedarf; geschützte Abteilung für Menschen mit Demenz; Abteilung für temporäre Aufenthalte; Ferienzimmer; Coiffure, Podologie, Aktivierungstherapie, Veranstaltungen, Ausflüge; öffentliches Restaurant

80 Plätze in Einer- und Zweier-Zimmer für Menschen mit mittlerem bis hohem Pflegebedarf; geschützte Abteilung für Menschen mit Demenz; Ferienzimmer; Coiffure, Podologie, Aktivierungstherapie, Veranstaltungen, Ausflüge; öffentliches Restaurant

Weitere Angebote

**Alterszentrum
Rosengarten**

Aathalstrasse 21
8610 Uster
044 414 01 01
www.stadt-zuerich.ch

62 Appartements (1er-Zimmer) mit Nasszelle, 12 Appartements (1er-Zimmer) mit Nasszelle und Kochnische und Dienstleistungen des Alterszentrums, 15 Appartements in Wohngruppe für Menschen mit Demenz, Spezialität: Aufnahme von Ehepaaren mit unterschiedlichem Gesundheitszustand. Gemeinschaftsraum, Restaurant, Aktivierungstherapie, Ausflüge, Veranstaltungen

**Pflege im Zentrum
Prix Santé**

Neuwiesenstrasse 1
8610 Uster
043 466 94 64
www.prixsante.ch

**Pflegewohngruppe
Tertianum
Residenz Brunnehof**

Industriestrasse 10
8610 Uster
044 905 26 26
www.brunnehof.tertianum.ch

**Residenz Stadtpark
(ab 2023)**

Zürichstrasse/
Theaterstrasse
8610 Uster
044 233 33 55
www.stadtpark.ch

**Stiftung Lichthof
Wohn- und Pflegezentrum**

Oberlandstrasse 56
8610 Uster
044 944 51 00
www.stiftung-lichthof.ch

Gartenwohnung Lichthof

Apothekerstrasse 19
8610 Uster
044 944 51 00
www.stiftung-lichthof.ch

26 Pflegeplätze, 1er- und 2er-Zimmer mit Nasszelle, teilweise mit Balkon oder Sitzplatz, 1er- und 2er- Studios mit Kochnische. Langzeitpflege für alle Pflegestufen, Kuzzeitpflege zur Entlastung pflegender Angehöriger, Akut- und Übergangspflege, Aktivierung, Beschäftigung, Gemeinsamer Wohnbereich, zentrale Lage

20 Einzel-Pflegezimmer mit eigener Nasszelle, teilweise mit Balkon, gemeinsamer Wohnbereich und Restaurant Rialzato

Rund 80 moderne, generationengerechte Wohnungen (2½, 3½ und 4½ Zimmer) mit Dienstleistungen (24/7). Hauseigene Spitex und Pflegeabteilung mit 24 Einzelzimmern. Integrierte öffentliche Gastronomie mit Terrasse und Gartenanlage am Stadtpark

52 Pflegeplätze, Einzel- und Ehepaar-Doppelzimmer mit Nasszelle und Balkon, Demenzabteilung, Akut- und Übergangspflege, Ferienzimmer, Tagesaufenthalt, Gemeinschaftsräume, Aktivierungstherapie, vielfältiges Veranstaltungsprogramm

11 Einzel-Pflegezimmer mit eigener Nasszelle und Balkon, gemeinsamer Wohnbereich

Für Genossenschafter: 24-Stunden-Notruf, Spitexleistungen, Mahlzeiten und Wäscheservice

HILFE ZU HAUSE

Auskunft und Beratung

Fachstelle Alter

Stadt Uster
044 944 74 59
www.uster.ch

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Unterstützungs- und Entlastungsangebote und hilft bei der Suche nach einer passenden Lösung.

Hauswirtschaftliche Dienste • Betreuung

Städtische Spitex (Non Profit)

Spitex Uster

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Abklärung, Beratung und Koordination, hauswirtschaftliche Unterstützung, Entlastung von Angehörigen, Spitex Plus: bedürfnisorientierte Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung, Behandlungs-, Kranken-, Grund- und Körperpflege, psychiatrische Pflege, Spitex Shop: Hilfsmittelverkauf- und -vermietung, Akut- und Übergangspflege, Ambulatorium, Anlauf und Beratungsstelle, Kontinenz- und Stomaberatungsstelle, Vermittlung von weiteren Dienstleistungen (z. B. Mahlzeiten- und Fahrdienst, Fusspflege)

Weitere

Hauspflege24 GmbH

Winterthurerstrasse 44
8610 Uster
043 536 62 66
www.hauspflege24.ch

Abklärung, Beratung, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Gesundheitsberatung

Spitex BajRon GmbH

Florastrasse 42

8610 Uster

044 202 33 22

www.spitexzentrum.ch

Spitex Lichthof

Oberlandstrasse 56

8610 Uster

044 944 51 00

www.stiftung-lichthof.ch

Spitex MeGaherz

Loren Allee 22

8610 Uster

043 344 40 40

www.spitexmegaherz.ch

Spitex Prix Santé AG

Pflege im Zentrum

Neuwiesenstrasse 1

8610 Uster

043 466 94 64

www.prixsante.ch

Perle**Pro Senectute****Kanton Zürich**

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

058 451 53 85

www.pszh.ch/perle

Abklärung, Beratung, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Begleitung bei Demenz, Sucht oder psychischen Erkrankungen, Anleitung zur Selbsthilfe, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, Nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Gesundheitsberatung

Haushaltsunterstützung, 24-Stunden-Betreuung, Fahrdienste, Grund- und Behandlungspflege insbesondere für die Genossenschafter der Wohnsiedlung Kreuz und der Mieter in der Überbauchung Lichthof; Teilnahmemöglichkeiten an Veranstaltungen des Wohn- und Pflegezentrums und der Gartenwohnung Lichthof

Abklärung, Beratung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Begleitung bei Demenz Grund- und Behandlungspflege, Akut- und Übergangspflege, Palliative Care, Psychiatrische Betreuung

Abklärung, Beratung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, 24 Stunden-Notruf, Mahlzeiten-dienst (Frischmahlzeiten). Grund- und Behandlungspflege, 24 Stunden Pflege und Betreuung

Beratung und Abklärung, Unterstützung im Haushalt, Begleitung und Gesellschaft, Betreuung bei Menschen mit Demenz, 24-Stunden-Betreuung, Grundpflege

**Entlastungsdienst
Alzheimervereinigung
Kanton Zürich**

Seefeldstrasse 62
8008 Zürich
044 380 01 02
www.alz-zuerich.ch

**In guten Händen
Caritas Schweiz**

Adligenswilerstrasse 15
6002 Luzern
www.caritas/ingutenhaenden

Ferienbetten

Alters- und Pflegezentren
8610 Uster

Unterstützung im Alltag

Besuchsdienst Uster

Florastrasse 42
8610 Uster
044 941 72 82
www.besuchsdienst-uster.ch

Nachbarschaftshilfe

Genossenschaft Zeitgut Uster
Zentralstrasse 32
8610 Uster
079 292 73 63
www.zeitgut-uster.ch

Senioren für Senioren

Senioren-Netz Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
044 940 24 77
www.seniorennetz-uster.ch

Der Entlastungsdienst von Alzheimer Zürich bietet betreuenden Angehörigen und alleinlebenden Personen mit Demenz eine regelmässige stundenweise Entlastung an.

Vermittlung von sorgfältig ausgewählten 24h-Betreuerinnen und -Betreuern aus dem europäischen Raum mit Anstellung nach Schweizer Arbeitsrecht

Verschiedene Alters- und Pflegezentren in Uster bieten Ferienbetten an (s. S. 12–14)

Gesellschaft leisten mit Gesprächen, Spielen, Vorlesen; Begleitung bei Spaziergängen und beim Einkaufen

Nachbarschaftshilfe mit Zeitgut-schrift: Besuche zu Hause und in Heimen, Gesellschaft leisten, leichte Hausarbeiten, Einkäufe erledigen, gemeinsames Kochen, Begleitung zu Terminen, etc. Mitgliedschaft erforderlich

Senioren helfen Senioren: Einkaufen, Botengänge, leicht Haus- und Gartenarbeiten, Hund ausführen, Betreuung von Haustieren und Pflanzen, PC-Tipps, Schreibearbeiten, Begleitdienste etc.; Mitgliedschaft erforderlich

Spitex Plus

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Zusätzliche bedürfnisorientierte Leistungen der Spitex Uster im Haushalt sowie in der Betreuung zur Unterstützung der Lebensqualität oder bei speziellen Herausforderungen. Z.B. Begleitung zum Einkaufen, Unterstützung beim Kochen, gesellschaftliche Betreuung, ergänzende Reinigungsleistungen

Administration • Finanzen

Schreibdienst Uster

Familienzentrum Uster
Zentralstrasse 32
8610 Uster
www.familienzentrum-uster.ch

Unterstützung beim Verstehen und Schreiben von Briefen, beim Ausfüllen von Formularen und Online-Anmeldungen und bei anderen administrativen Herausforderungen. Das Angebot ist kostenlos. Ihr Anliegen wird vertraulich behandelt. Es braucht keine Anmeldung. Mi 10-12 und 17-19 Uhr

Büroassistenz

Pro Senectute
Kanton Zürich
Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 42
www.pszh.ch

Temporäre, kurzfristige und unkomplizierte administrative Unterstützung. Bearbeiten von Korrespondenz und Erledigung allgemeiner administrativer Aufgaben. Im Vordergrund stehen die individuellen Bedürfnisse und die Hilfe zur Selbsthilfe

Treuhanddienste

Pro Senectute
Kanton Zürich
Dienstleistungscenter
Oberland
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 42
www.pszh.ch

Freiwillige unterstützen und beraten in sämtlichen finanziellen und administrativen Angelegenheiten. Sie erledigen den Zahlungsverkehr, schreiben Briefe an Ämter und Institutionen und erledigen die Steuererklärung.

Steuererklärungsdienst

Pro Senectute
Kanton Zürich
Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 42
www.pszh.ch

Unterstützung beim Ausfüllen der
Steuererklärung

Anmeldung von Februar bis April
unter 058 451 53 48

Mahlzeitendienste

Mahlzeitendienst

Stiftung Lichthof
Wohn- und Pflegezentrum
Oberlandstrasse 56
8610 Uster
044 944 51 00
www.stiftung-lichthof.ch

Tägliche Lieferung von frisch zu-
bereiteten Mittag- und Abendessen
(Fleisch-, Vegi- und Spezialvarianten)

Die Mahlzeiten werden zwischen
11 und 13 Uhr warm geliefert und zu
Hause serviert.

Mahlzeitendienst

Frauenverein Uster
Seestrasse 7
8610 Uster
044 994 50 10
www.frauenverein-uster.ch

Wöchentliche Lieferung von fertig
zubereiteten Mahlzeiten mit wö-
chentlich wechselndem, vielseitigem
Menüplan (Normalkost, Schonkost,
fleischlos). Die Mahlzeiten werden in
der Mikrowelle oder im Wasserbad
aufgewärmt.

Mahlzeitendienst

Pro Senectute
Kanton Zürich
Forchstrasse 145
8032 Zürich
058 451 50 50
www.casa-gusto.ch

Lieferung von frisch zubereiteten,
gesunden Mahlzeiten per Post. Alle
Gerichte sind auf dem Teller ange-
richtet. Einfaches Erwärmen in der
Mikrowelle oder im Backofen. Bestel-
lung online oder telefonisch anhand
einer Menü-Karte.

Mahlzeitendienst

Pflege im Zentrum
Prix Santé
Neuwiesenstrasse 1
8610 Uster
Telefon 043 466 94 64
www.prixsante.ch

Tägliche Lieferung von frisch zube-
reiteten Mahlzeiten (7 Tage/Woche),
inkl. ein alkoholfreies Getränk
Mittag und Abendessen. Täglich zwei
Menüs zur Auswahl. Spezialwünsche
können berücksichtigt werden. Ver-
zehrereife Mahlzeiten, kein Aufwär-
men nötig.

Fahrdienste

Patientenfahrdienst

Frauenverein Uster
Seestrasse 7
8610 Uster
044 994 50 10
www.frauenverein-uster.ch

Medizinisch bedingte Fahrten zum Arzt, ins Spital, zur Therapie, usw. Mind. 2 Arbeitstage im Voraus anmelden

Fahrdienst

Senioren-Netz Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
044 940 24 77
www.seniorennetz-uster.ch

Fahrdienste zum Einkaufen, Coiffeur etc., keine Arztbesuche, Mitgliedschaft erforderlich

Pro Mobil

Zürcher Stiftung
für Behindertentransporte
Gasometerstrasse 9
8031 Zürich
044 278 90 00
www.promobil.ch

Bei Pro Mobil können Menschen mit einer Mobilitätseinschränkung Mitglied werden und von vergünstigten Fahrten mit den Partner-Taxiunternehmen profitieren.

Tixi Taxi

Mühlezelgstrasse 15
8047 Zürich
Auskunft: 044 404 13 80
Bestellung: 0848 00 20 60
www.tixi.ch

Nur Fahrten für TIXI-Fahrgast-Vereinsmitglieder; Mitglied kann werden, wer dauerhaft mobilitätsbehindert ist und jährlich einen Mitgliederbeitrag von 100 Franken bezahlt.

Verein Rollstuhlbus Zürcher Oberland

Zürcherstrasse 29
8620 Wetzikon
044 932 64 64
www.rollstuhlbus.ch

Für Fahrten im Rollstuhl und mit Begleitperson; frühzeitig anmelden

Welte

Personen Transporte
Postfach 44
8614 Bertschikon
044 932 39 59
www.personen-transporte.ch

Spezialtransporte mit Liegebetten/ Sauerstoff; frühzeitig anmelden

Notrufsysteme

Rotkreuz-Notruf

SRK Kanton Zürich
Drahtzugstrasse 18
8008 Zürich
044 388 25 35
www.srk-zuerich.ch

Verschiedene Notrufgeräte zur Erhöhung der Sicherheit für zu Hause und unterwegs mit Anbindung an die 24-Stunden-Rotkreuz-Notrufzentrale; der Interventions- und Schlüsseldepot-Service stellt sicher, dass der Zugang zu Ihrer Wohnung auch dann gewährleistet ist, wenn die Kontaktpersonen einmal nicht erreichbar sein sollten.

Notrufzentrale Uster

Überlandfunk
Peterstrasse 21
8610 Uster
044 905 35 11
www.ueberland-funk.ch

Notrufsystem mit Notrufsender und Zusatzgerät zum Telefon

Hilfsmittel

Spitex-Shop

Spitex Uster
Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Kompetente Hilfsmittelberatung, Verkauf und Vermietung von Hilfsmittel und Alltagshelfer.

Öffnungszeiten:

Mo 14.00–16.00 Uhr

Di 09.00–11.00 Uhr

Mi 17.00–19.00 Uhr

Fr 14.00–16.00 Uhr

Sicherheit • Ordnung

Concierge-Service

Stationsstrasse 50
8606 Nänikon
076 746 84 29
www.ihr-concierge-service.ch

Wir übernehmen: Administratives, Formalitäten, Besorgungen, Beratungen, Abklärungen, Neutrale Interessensvertretung gegenüber Ämtern, Firmen, Organisationen; Alltagsarbeiten, Haus, Garten, Hobby. Wir unterstützen bei Problemen und Kauf von PC/Telefon/TV, Kleingeräten.

**Dienstleistungen
im und ums Haus**

Forchstrasse 6a

8610 Uster

044 940 07 62

078 876 27 53

www.imundumshaus.ch

Stolperfallen

Grundstrasse 4

8610 Uster

079 349 99 39

www.stolperfallen.ch

Recycling-Abholservice

Mr. Green

044 271 30 30

www.mr-green.ch

Anna's mobiler Coiffeur

079 386 21 25

www.annas-mobiler-coiffeur.ch

Unterstützung beim Räumen, beim Umzug in eine andere Wohnung oder ins Altersheim und bei Arbeiten im und rund ums Haus.

Individuelle Beratung vor Ort zu möglichen Stolperfallen und deren Behebung im Aussen- und Wohnbereich

In speziellen Recycling-Säcken können Wertstoffe wie Papier, Karton, Glas, PET etc. gesammelt und gegen Anmeldung einmal monatlich abgeholt werden; für über 75-Jährige ist dieser Service kostenlos.

Coiffeur-Home-Service für Damen und Herren. Haare schneiden, färben, tönen, legen, föhnen

PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

Städtische Spitex (Non Profit)

Spitex Uster

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Abklärung, Beratung und Koordination, Behandlungs-, Kranken-, Grund- und Körperpflege, psychiatrische Pflege, hauswirtschaftliche Unterstützung, Entlastung von Angehörigen, Spitex Plus: bedürfnisorientierte Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung, Spitex Shop: Hilfsmittelverkauf- und vermietung, Akut- und Übergangspflege, Ambulatorium, Anlauf und Beratungsstelle, Kontinenz- und Stomaberatungsstelle, Vermittlung von weiteren Dienstleistungen (z. B. Mahlzeiten- und Fahrdienst, Fusspflege)

Private

Hauspflege24 GmbH

Winterthurerstrasse 44
8610 Uster
043 536 62 66
www.hauspflege24.ch

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Gesundheitsberatung

Spitex BajRon GmbH

Florastrasse 42
8610 Uster
044 202 33 22
www.spitexzentrum.ch

Abklärung, Grund- und Behandlungspflege, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Nachtdienst, Nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Begleitung bei Demenz, Sucht oder psychischen Erkrankungen, Begleitung, Hauswirtschaft, Gesundheitsberatung

Spitex Lichthof

Oberlandstrasse 56
8610 Uster
044 944 51 00
www.stiftung-lichthof.ch

Spitex MeGaherz

Loren Allee 22
8610 Uster
043 344 40 40
www.spitexmegaherz.ch

Spitex Prix Santé AG

Pflege im Zentrum
Neuwiesenstrasse 1
8610 Uster
043 466 94 64
www.prixsante.ch

Perle**Pro Senectute
Kanton Zürich**

Bahnhofstrasse 182
8620 Wetzikon
058 451 53 85
www.pszh.ch/perle

Allegra**Freiberufliche Pflege**

Sonnenbergstr. 86
8610 Uster
076 497 59 24
www.allegra-freiberufliche-pflege.ch

Grund- und Behandlungspflege, 24-Stunden-Betreuung, Haushaltsunterstützung, Fahrdienste, insbesondere für die Genossenschafter der Wohnsiedlung Kreuz und der Mieter in der Überbauchung Lichthof; Teilnahmemöglichkeiten an Veranstaltungen des Wohn- und Pflegezentrums und der Gartenwohnung Lichthof

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, Akut- und Übergangspflege, Palliative Care, Psychiatrische Betreuung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Begleitung bei Demenz

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, 24 Stunden Pflege und Betreuung, 24 Stunden-Notruf, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Mahlzeitendienst (Frischmahlzeiten)

Beratung und Abklärung, Grundpflege, Unterstützung im Haushalt, Begleitung und Gesellschaft, Betreuung bei Menschen mit Demenz, 24-Stunden-Betreuung

Einfache bis komplexe Pflege zu Hause (Grundpflege, Behandlungspflege, Abklärung und Beratung), Palliative Care, Wundversorgung, Fusspflege bei Diabetes, Ernährungsberatung, sozialpsychiatrische Pflege, komplexär-medizinische Anwendungen, Beratung pflegender Angehörige

Hilfsmittel • Physiotherapie

Spitex Uster **Spitex-Shop**

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Persönliche Beratung im Ausstellungsraum zum vielfältigen Sortiment an Hilfsmittel für Pflege und Alltag. Viele Artikel können auch gemietet werden.

Öffnungszeiten:

Mo 14.00–16.00 Uhr

Di 09.00–11.00 Uhr

Mi 17.00–19.00 Uhr

Fr 14.00–16.00 Uhr

Physiotherapie zu Hause

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster
044 944 74 59 gibt Auskunft.

FREIZEIT

Auskunft und Beratung

Fachstelle Alter
Stadt Uster
044 944 74 59
www.uster.ch

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Freizeitmöglichkeiten und unterstützt bei der Suche nach einem passenden Angebot.

Freizeitangebote

Agenda60plus

www.uster.ch

In der Stadt Uster gibt es für Seniorinnen und Senioren ein vielfältiges Angebot an Veranstaltungen, Treffpunkten, Kursen und Bewegungs- und Sportangeboten. Diese werden von der Fachstelle Alter in der «Agenda60plus» übersichtlich publiziert. Die «Agenda60plus» erscheint jeweils im Januar und Juni. Sie wird im Eingangsbereich des Stadthauses Uster aufgelegt und kann unter www.uster.ch heruntergeladen oder bei der Fachstelle Alter bestellt werden. (044 944 74 59)

Die folgenden Organisationen sorgen mit Unterstützung vieler freiwilligen Mitarbeitenden für das vielfältige Freizeitangebot:

Evangelisch-reformierte Kirche Uster, Fachstelle Alter Stadt Uster, Frauenverein Uster, Jahrgängervereine Uster, Katholische Pfarrei St. Andreas, Pro Senectute Kanton Zürich, qtopia kino+bar, Rheumaliga, Senioren-Netz Uster, Verein Vivagym, Zämegolaufe, sowie weitere private Anbieter aus Uster

FREIWILLIGES ENGAGEMENT

Auskunft und Beratung

Fachstelle Alter
Stadt Uster
044 944 74 59
www.uster.ch

Die Fachstelle Alter informiert und unterstützt alle Menschen, die ein sinnvolles freiwilliges Engagement in der Stadt Uster suchen.

Aktuelle Einsatzmöglichkeiten

Jobbörse Benevol

www.uster.ch/freiwillig

In der Jobbörse von Benevol werden laufend aktuelle Einsatzmöglichkeiten in der Stadt Uster ausgeschrieben.

Einsätze im Alters- und Gesundheitsbereich

Besuchsdienst Uster

Florastrasse 42
8610 Uster
044 941 72 82
www.besuchsdienst-uster.ch

Gesellschaft leisten mit Gesprächen, Spielen, Vorlesen; Begleitung bei Spaziergängen und beim Einkaufen

Frauenverein Uster

Seestrasse 7
8610 Uster,
044 994 50 10
www.frauenverein-uster.ch
Mo-Fr 8.00-11.00h

Fahrer-/in beim Patientenfahrdienst, Mithilfe in der Brockenstube, im Brocki-Kafi, beim Uster-Märt-Kafi «plus», Uster Markt, Mitarbeit im Vorstand

Genossenschaft

Zeitgut Uster

Zentralstrasse 32
8610 Uster
079 292 73 63
www.zeitgut-uster.ch

Freiwilligenarbeit gegen Zeitgutschrift. Mitglieder der Genossenschaft Zeitgut Uster unterstützen einander im Sinne der Nachbarschaftshilfe. Für die geleisteten Stunden erhalten Sie eine Zeitgutschrift, die Sie bei Bedarf selber in Anspruch nehmen oder weiter verschenken können.

Senioren-Netz Uster

Amtsstrasse 3
8610 Uster
044 940 24 77
www.seniorennetz-uster.ch

**Pro Senectute
Kanton Zürich**

Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 42
www.pszh.ch

**Evangelisch-reformierte
Kirche Uster**

Zentralstrasse 40
8610 Uster
044 943 15 15
www.refuster.ch

**Katholische Pfarrei
St. Andreas**

Neuwiesenstrasse 17
8610 Uster
044 944 85 44
www.pfarrei-uster.ch

Zämegolaufe

www.zaemegolaufe.ch

Mitarbeit gegen kleines Entgelt bei «Senioren für Senioren – Hilfe im Haus»; Näh-, Flick- und Bügelarbeit, leichte Gartenarbeit, Begleitdienst, Besorgungen, Botengänge, Hilfe bei Steuererklärungen, Unterstützung am PC, Fahrdienst

Mitarbeit im Treuhand-, Steuererklärungsdienst, Büroassistent; Übernahme von privaten Beistandschaften; Organisation und Durchführung von Bewegungs- und Sportangeboten; Ortsvertretung: Gratulationsbesuche, Geburtstagsfeiern, Organisation von Anlässen usw.

Begleitung Seniorenferien/-reisen, Gesprächsgruppen; Gastgeber und Mitarbeit Spielnachmittage, Kultur und Kaffee, Sonntag-Treff, Taxi-Dancer Tanzcafé; Begleitdienst Heim-gottesdienst; Wegbegleiter, Personen ein zu eins betreuen; Mitarbeit beim Gottesdienst und weiteren kirchlichen Veranstaltungen

Gastgeber und Mitarbeit Spielnachmittage, Kultur und Kaffee, Chilekafi u.a.; Fahrdienste für Menschen mit Beeinträchtigung
Mitarbeit am «Mittagstisch»; Begleitdienst Gottesdienste in den Heimen; Mitarbeit beim Gottesdienst und weiteren kirchlichen Veranstaltungen

ParcoursleiterInnen für Spaziergänge in Uster

Tertianum Brunnehof

044 905 26 26

www.brunnehof.tertianum.ch

Wohnsiedlung Kreuz

043 305 95 73

www.wohnsiedlung-kreuz.ch

Alterszentrum Rosengarten

044 414 01 30

www.stadt-zuerich.ch

Heime Uster

044 905 11 11

www.heime-uster.ch

Stiftung Lichthof

Wohn- und Pflegezentrum

044 944 51 00

www.neuwies.ch

Spital Uster

Brunnenstrasse 42

8610 Uster

044 911 22 66

www.spitaluster.ch/freiwillige

Werkheim Uster

Friedhofstrasse 3a

8610 Uster

044 943 17 00

www.werkheim-uster.ch

Stiftung Wagerenhof

Heime für Menschen mit
geistiger Behinderung

Asylstrasse 24

8610 Uster

044 905 13 38

www.wagerenhof.ch

Besuche bei Bewohnenden in Alters-
wohnungen und in Alters- und Pfl-
egezentren in Uster:

Gesellschaft leisten, Gespräche
führen, zuhören, spielen, vorlesen

Begleitung und Unterstützung bei
Aktivitäten und Ausflügen

Besuche bei und Begleitung von
Patientinnen und Patienten;
Mitarbeit beim Bücherwagendienst;
Unterstützung beim Essen; Sitz-
wachen tags und nachts; Gottes-
dienstbegleitung

Besuche bei Bewohnenden: Gesell-
schaft leisten, Gespräche führen,
zuhören, spielen, vorlesen

Begleitung und Unterstützung bei
Aktivitäten und Ausflügen
Fahrer für Transportfahrten

GESUNDHEIT

Spitäler • Ambulatorien

Spital Uster

Brunnenstrasse 42
8610 Uster
044 911 11 11
www.spitaluster.ch

Notfallpraxis

im Spital Uster
044 911 23 23

Clienia Schlössli AG

Psychiatriezentrum Wetzikon
Bahnhofstrasse 196
8620 Wetzikon
044 931 39 39
www.clenia.ch

Universitäts Spital Zürich

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

Spitex Uster

Wagerenstrasse 20
8610 Uster
044 905 70 80
www.spitex-uster.ch

Erreichbar:

Werktage 19.30–22.30 Uhr
Wochenende 10.30–22.30 Uhr

Ambulante Alterspsychiatrie, Memory Clinic mit Demenzabklärung, kognitives Training (Gruppenangebot), Angehörigengruppe Demenz

Beratung pflegende Angehörige, Kontinenz- und Stomaberatung, psychiatrische Pflege, Behandlungs- und Wundpflege

Patientenorganisationen

Alzheimervereinigung Kanton Zürich

Informationsstelle
Seefeldstrasse 62
8008 Zürich
043 380 01 02
www.alz-zuerich.ch

Information und Beratung zum Thema Demenz/Alzheimer für Menschen mit Demenz und deren Angehörige sowie für alle Interessierte

diabeteszürich

Hegarstrasse 18
8032 Zürich
044 383 00 60
www.diabetesgesellschaft.ch

**Fachstelle Sucht
Soziale Dienste**

Bezirk Uster
Industriestrasse 27
8604 Volketswil
044 801 99 20
www.sdbu.ch

Krebsliga Schweiz

www.krebsliga.ch
Krebstelefon 0800 11 88 11

Lunge Zürich

Beratungsstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
0800 07 08 09
www.lunge-zuerich.ch

palliative zh+sh

Arterstrasse 28
8032 Zürich
044 240 16 20
www.pallnetz.ch

pallifon 0844 148 148

www.pallifon.ch

Parkinson Schweiz

Gewerbestrasse 12a
8132 Egg
043 277 20 77

Parkinfon 0800 80 30 20

www.parkinson.ch

Information und Beratung für Menschen mit Diabetes und deren Angehörige

Information und Beratung/Therapie für Menschen mit Suchtproblemen (Alkohol, Medikamente etc.) und deren Angehörige

Information und Beratung für Menschen mit Krebs, deren Angehörige und Fachpersonen

Information, Beratung und Kurse für atembehinderte, lungen- sowie tuberkulosekranke Menschen

Informationen und Beratung zu Palliative Care, Adressen von Angeboten in der Nähe

Pallifon ist eine telefonische 24h-Notfallberatung für Palliativepatienten und deren Angehörige

Information und Beratung für Menschen mit Parkinson und deren Angehörige.

Parkinfon: Grathotline
Neurologen beantworten Fragen
Mittwoch 17–19 Uhr

pro auditio zürich

Organisation für Menschen
mit Hörproblemen
Feldeggstrasse 69
8008 Zürich
044 363 12 00
www.proauditio-zuerich.ch

Rheumaliga Zürich

Badenerstrasse 585
8048 Zürich
044 405 45 50
www.rheumaliga.ch

**Schweizerischer Blinden-
und Sehbehindertenverband**

Sektion Zürich Schaffhausen
Oberlandstrasse 105
8610 Uster
044 940 93 10
www.sbv-fsa.ch

**Suchtpräventionsstelle
Zürcher Oberland**

Gerichtsstrasse 4
8610 Uster
043 399 10 80
www.sucht-praevention.ch
Info-Hotline 043 399 10 99

Zürcher Aids-Hilfe

Kanzleistrasse 80
8004 Zürich
044 455 59 00
www.zah.ch

Zürcher Sehhilfe

Lutherstrasse 14
8004 Zürich
043 322 11 70
www.zuercher-sehhilfe.ch

Information, Kurse und Sozialberatung
für Menschen mit Hörproblemen

Information, Beratung, Kurse, Selbst-
hilfegruppe und Hilfsmittel für den
Alltag für Menschen mit Rheuma

Information und Beratung für blinde
und sehbehinderte Menschen und
deren Angehörige

Unentgeltliche Information und Be-
ratung für Menschen jeden Alters und
ihrer Angehörigen bei Fragen zu Alko-
hol, Medikamenten, Tabak etc. sowie
zur Prävention von Abhängigkeit

Di 14-17 Uhr und Do 9-12 Uhr

Information, anonyme Schnelltests
und Beratung

Beratung, Rehabilitation und Hilfsmit-
tel für Sehbehinderte und blinde Men-
schen und deren Angehörige

Selbsthilfegruppe

Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland

Im Werk 1

8610 Uster

Tel. 044 941 71 00

www.selbsthilfezentrum-zo.ch

Selbsthilfegruppen zu verschiedenen
Themen

VORSORGE UND TODESFALL

Vorsorge

DOCUPASS

Pro Senectute
Kanton Zürich
Fachstelle Uster
Amtsstrasse 3
8610 Uster
058 451 53 43
www.pszh.ch

Der DOCUPASS ist ein Vorsorge-dossier (Patientenverfügung, Anordnungen im Todesfall, Vorsorgeauftrag und Testament), das persönliche Anliegen, Bedürfnisse, Forderungen und Wünsche im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Sterben und Tod umfassend festhält.

Patientenverfügung Vorsorgeauftrag

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster 044 944 74 59 informiert über die verschiedenen erhältlichen Patientenverfügungen und Vorsorgeaufträge.

Testament und Erbvertrag

Notariat, Grundbuch- und
Konkursamt Uster
Zürichstrasse 1
8610 Uster
044 752 39 90
www.notariate.zh.ch

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

Vorsorgemöglichkeiten

Beratungen zu individuellen Vorsorgemöglichkeiten erfolgen durch Banken, Versicherungs- und Vermögensberater.

Trauer

Evangelisch-reformierte Kirche Uster

Zentralstrasse 40
8610 Uster
044 943 15 15
www.refuster.ch

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren

**Katholische Pfarrei
St. Andreas**

Neuwiesenstrasse 17
8610 Uster
044 944 85 44
www.pfarrei-uster.ch

**Schweizerischer Verband
freischaffender Theologen**

www.svft.ch

Todesfall

Bestattungsamt

Stadt Uster
Bahnhofstrasse 17
8610 Uster
044 944 72 21
www.uster.ch

Todesanzeigen

Druckerei Zimmermann
Strickstrasse 7
8610 Uster
044 944 35 34
print@zimmidruck.ch

**Erbschaftskanzlei
Bezirksgericht Uster**

Gerichtsstrasse 1
8610 Uster
043 366 33 00
www.gerichte-zh.ch

**Grabunterhalt
Friedhof Stadt Uster**

Friedhofsallee 2
8610 Uster
044 940 16 77

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren, Mittagstische für alle

Konfessionell freie Zeremonien zur Bestattung und zum Abschied

Meldestelle für Todesfälle (siehe auch S. 36). Unterstützung der Hinterbliebenen bei der Koordination mit den Kirchenbehörden und bei den Vorbereitungen für die Erdbestattung oder Kremation. Wir nehmen uns gerne Zeit für das Bestattungsgespräch. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Anlaufstelle für Todesanzeigen. Beratung, Weiterleitung der Todesanzeige an die Zürcher Oberland Medien AG, Druck von Todesanzeigekarten

Die Erbschaftskanzlei gibt Auskunft über Erbscheine und Testamentseröffnungen.

Die Anpflanzung der Gräber erfolgt durch das Friedhofpersonal. Bepflanzungsaufträge bzw. Verträge können direkt beim Friedhofgärtner in Auftrag gegeben werden.

Was tun bei einem Todesfall?

Bei Eintritt des Todes zu Hause

Informieren Sie Ihren Arzt. Dieser bestätigt den Tod und stellt die ärztliche Todesbescheinigung zuhänden des zuständigen Zivilstandsamtes aus.

Bei Eintritt des Todes im Spital oder Heim

Die ärztliche Todesbescheinigung wird direkt dem zuständigen Zivilstandsamt zugestellt.

Todesfall melden

Todesfälle sind innert 2 Tagen dem Bestattungsamt des Wohnortes der verstorbenen Person zu melden. An Wochenenden und allgemeinen Feiertagen kann bis zum nächsten Arbeitstag gewartet werden. Nach Möglichkeit sind folgende Dokumente mitzubringen:

Ärztliche Todesbescheinigung sofern der Tod zu Hause eingetreten ist.
Bei Ausländerinnen und Ausländern Ausländerausweis und Pass sowie weitere Zivilstandsdokumente (detaillierte Auskunft erteilt das Zivilstandsamt).

Transport

Das Leichenauto kann von Montag bis Freitag während den üblichen Arbeitszeiten über Telefon 079 571 22 33 (Bestattungsdienst der Stadt Uster) oder 044 944 72 21 (Bestattungsamt Uster) angefordert werden. An Wochenenden und Feiertagen erreichen Sie den Pikettdienst über 044 710 99 70.

Bestattung

Das Bestattungsamt veranlasst in Absprache mit den Hinterbliebenen das Einsargen, die Kremation und/oder die Aufbahrung im Friedhofsgebäude sowie den Urnentransport, bespricht die Art der Bestattung und setzt den Bestattungstermin fest. Es ist dabei wertvoll, wenn Sie bereits wissen, wie sich die/der Verstorbene Bestattungsart und Abdankung gewünscht hat.

Schriftliche Bestattungswünsche können beim Bestattungsamt kostenlos hinterlegt werden. Ein entsprechendes Formular kann beim Bestattungsamt gestellt werden.

Was tun bei einem Todesfall?

Beisetzung

Die Beisetzung am Grab, oft im engeren Familienkreis, findet eine Viertelstunde vor der Abdankungsfeier statt.

Abdankung

Für die Abdankung steht die Friedhofkapelle zur Verfügung (ca. 250 Sitzplätze).

Grabmale

Über die Grabdenkmale bestehen Vorschriften in Bezug auf Grösse, Material und Bearbeitung. Vor Ausführung eines Grabmales ist die Bewilligung des Friedhofvorstehers einzuholen.

Testament

Hat eine verstorbene Person ein Testament hinterlassen, so sind die Hinterbliebenen verpflichtet, dieses unverzüglich der Nachlassbehörde (Bezirksgericht des letzten Wohnortes des Verstorbenen) zur Eröffnung einzureichen.

STICHWORTVERZEICHNIS

24-h-Pflege, -Betreuung, -Notfallpikett	15–16, 23–24
A	
AHV/IV Beratung	7
Aktivitäten für Senioren	26
Altersheim	6, 12–13, 22
Alterspsychiatrie, Clienia	30
Altersturnen	26
Alterswohnungen	10–11, 29
Alters- und Pflegezentren	6, 12, 17, 29
Alzheimer, Information	17, 30
Angebotsberatung, Fachstelle Alter	5
Ausflüge für Senioren	26
B	
Begegnungsmöglichkeiten	26
Beistandschaften	28
Beratung zum Alter	5–8
Beschwerdestellen für das Alter	8–9
Bestattung	35–37
Besuchsdienst	17, 27
Betreuung im Alltag, 24-h-Betreuung	15–16, 23–24
Bewegungsangebote	26
Bildungsangebote	26
Büroassistenz	18
C	
Computer- und Handykurse	26
Concierge-Service	21

Coiffeure mobil	22
D	
Demenz, Abklärung / Angehörigengruppe	30
Demenz, Entlastung und Information	15–18, 30
Demenz, Pflege und Betreuung	23–25
Diabetes	31
Dienstleistungen zu Hause	15–22
E	
Entlastung, Angehörige	15–23
Erbvertrag	8
Ergänzungsleistungen, Zusatzleistungen	7
Erwachsenenschutz (KESB)	9
F	
Fachstelle Alter, Auskunft und Beratung	5
Fahrdienste	20
Ferienplatz in Alters- und Pflegezentren	12–14
Ferien für Senioren	26
Freiwilliges Engagement	27–29
Freizeit	26
Friedensrichter	7
G	
Gesundheit	30–33
Gesundheitsberatung Spitex Uster	6
Grabunterhalt	35
Gymnastikangebote	26
H	
Handy- und Computerkurse	26

Hauswirtschaftliche Dienste	15–17
Heimeintritt, Auskunft und Beratung Heime Uster	12
Hilfe zu Hause	15–22
Hilflosenentschädigung	7
Hilfsmittel, Rollatoren, Alltagshilfen, etc.	21
Hörprobleme, Information	32
K	
Kontinenzberatung Spitex Uster	6
Krankenmobilien	25
Krebsliga	31
Kurse für Senioren	26
L	
Lungenprobleme, Information	31
M	
Mahlzeitendienste	19
N	
Nachbarschaftshilfe	17
Nachtdienst, -betreuung	23–24
Notariat	8, 34
Notfallpikett, 24h	23–24
Notrufsysteme	21
P	
Palliative Care	23–24, 31
Parkinson, Information	31
Patientenfahrdienste	20
Patientenorganisationen	31–33
Patientenverfügung	34

Pensionierungsvorbereitung	9
Pflege und Betreuung zu Hause	23–25
Pflegezentren	12–14
Physiotherapie zu Hause	25
Pro Senectute Kanton Zürich	6
Psychiatrie Spitex	23–24
Psychiatriezentrum, Clienia	30
R	
Rechtsauskunft	8
Recycling-Abholdienst	22
Rheumaliga	32
Rollstuhlbus	20
Rotkreuz Notruf	21
S	
Schreibdienst	12, 18
Seelsorge	6–7, 34–35
Sehprobleme, Information	32
Selbsthilfegruppen	33
Senioren für Senioren, Unterstützung im Alltag	17
Seniorenachmittage	26
Sozialberatung Pro Senectute	6
Sozialversicherung	7
Spielnachmittage, Jassen, Bridge	26
Spitäler	30
Spitex / Spitex Plus	15–18, 23–25
Spitex Shop, Hilfsmittel	21
Sportangebote	26

Sprachkurse	26
Sterben, Tod	34–37
Steuererklärungsdienst	19
Stomaberatung	6
Stolperfallen, Sturzprävention	22
Sucht im Alter, Information	32
T	
Tagesaufenthalt	14
Testament	8
Todesfall, was tun?	35–37
Trauer, Trauergruppe	34
Treffpunkte	26
Treuhanddienst	18
Turnen für Senioren	26
U	
Umzugshilfe	12
Unterstützung im Alltag	17–22
V	
Veranstaltungen für Senioren	26
Vorsorge, Vorsorgeauftrag	34
W	
Wohnen im Alter	10–14
Wohnheim	6, 12
Wohnungssuche	11–12
Z	
Zeitvorsorge	27
Zusatzleistungen zur AHV/IV	7

NOTFALL-NUMMERN

Sanität/Rettungsdienst

144

**Ärztlicher Nofalldienst
«Ärztefon»**

0800 33 66 55

Apotheken-Notfalldienst

0900 55 35 55

Spital Uster

044 911 11 11

Notfallpraxis am Spital

044 911 23 23

Nur zu den folgenden Zeiten:
Werktage 18.00–22.00 Uhr
Wochenende 09.30–22.00 Uhr

Spitex Uster

044 905 70 80

**Psychiatrischer
Notfalldienst**

044 931 39 39

Rega

1414

Polizei

117

Feuerwehr

118

Vergiftungen

145

Die Dargebotene Hand

143

**Zahnärztlicher
Notfalldienst**

079 358 53 66