



WISSENSWERTES

FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN SOWIE IHRE ANGEHÖRIGEN

Oktober 2022

www.60plus-ilef.ch

Kontaktperson

Judith Hartmann Direkt 052 354 24 21 judith.hartmann@ilef.ch

Stadthaus

Märtplatz 29 Postfach 8307 Effretikon

Öffnungszeiten

Mo 08.00 - 11.45 13.30 - 19.00 Di - Do 08.00 - 11.45 13.30 - 16.30 Fr 07.00 - 14.00

Telefon 052 354 24 40 gesellschaft@ilef.ch www.60plus-ilef.ch facebook.com/stadtilef





MITWIRKENDE ORGANISATIONEN















IMPRESSUM

Stadt Illnau-Effretikon Gesellschaft, Alter und Gesundheit Märtplatz 29 Postfach 8307 Effretikon

Telefon 052 354 24 21 gesellschaft@ilef.ch www.ilef.ch www.60plus-ilef.ch facebook.com/stadtilef

Bildquelle: fotolia.com



Je nach Lebenssituation, gesundheitlicher Verfassung und Interessen sind die Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren sehr verschieden. In Illnau-Effretikon gibt es eine Vielfalt an Angeboten und Aktivitäten für Menschen in der nachberuflichen Lebensphase. Für Personen, die Unterstützung benötigen, stehen hilfreiche Dienstleistungen zur Verfügung. Die Stadt Illnau-Effretikon unterstützt die Freiwilligen-Organisationen und deren Angebote finanziell und fördert die Koordination und Vernetzung untereinander.

Im Netzwerk Alter und Gesundheit arbeiten professionelle Dienstleister und zahlreiche ehrenamtliche Akteure in verschiedenen Organisationen zusammen. Ein besonderer Dank gilt all den freiwillig engagierten Personen, die dieses umfassende Angebot in unserer Stadt ermöglichen!

INHALTSVERZEICHNIS

1.	GESUNDHEIT		
	1.1	WICHTIGE TELEFON-NUMMERN	4
	1.2	SPITÄLER / KLINIKEN	5
2.	BEF	RATUNG LEBENSLAGEN	6 - 8
3.	UN ⁻	TERSTÜTZUNG HILFE IM ALLTAG	9 - 12
4.	BEV	VEGUNG FREIZEITAKTIVITÄTEN BILDUNG UND KULTUR	13
	4.1	BEWEGUNG	13,14
	4.2	GEMEINSAM MUSIZIEREN	144
	4.3	AUSFLÜGE	155
	4.4	SPASS, SPIEL UND GESELLIGKEIT	155
	4.5	BILDUNG UND KULTUR	166
5.	WO	HNEN PFLEGE BERATUNG	18
	5.1	, 12 12 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13	
		AMBULANTE PFLEGE / SPITEX	
		STATIONÄRE PFLEGEPLÄTZE	
	5.4	PFLEGENDE ANGEHÖRIGE	20
6.	WE	ITERFÜHRENDE INFORMATIONEN	21
	6.1	FREIWILLIGEN-ORGANISATIONEN	21
	6.2	PATIENTENORGANISATIONEN	21 - 23



1. GESUNDHEIT



1.1 WICHTIGE TELEFON-NUMMERN

Ärztlicher Notfalldienst (Ärzte, Zahnärzte, Apotheken)	0800 33 66 55
Rettungsdienst	144
Feuerwehr	118
Polizei	117
Frauennottelefon	052 213 61 61
Dargebotene Hand	143
Kantonsspital Winterthur	052 266 21 21
Universitätsspital Zürich	044 255 11 11
Tierambulanz	0800 55 70 10
Tierspital	044 635 81 14
Giftinformationszentrum	145
Spitex Kempt (Illnau-Effretikon und Lindau)	052 354 12 00
Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen	052 355 56 56
Seniorenzentrum Oase	052 354 54 54



1.2 SPITÄLER / KLINIKEN

Kantonsspital Winterthur (KSW) Brauerstrasse 15, 8400 Winterthur www.ksw.ch	052 266 21 21
Spital Uster Brunnenstrasse 42, 8610 Uster www.spitaluster.ch	044 911 11 11
GZO Spital Wetzikon Spitalstrasse 66, 8620 Wetzikon www.gzo.ch	044 934 11 11
Universtitätsspital Zürich Rämistrasse 100, 8091 Zürich www.usz.ch	044 255 11 11
Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (IPW) Wieshofstrasse 102, 8408 Winterthur www.ipw.ch	052 264 33 33



2. BERATUNG LEBENSLAGEN



AHV-IV Zweigstelle

Stadt Illnau-Effretikon

Zusatzleistungen AHV/IV Märtplatz 29 8307 Effretikon

Tel. 052 354 24 35 zusatzleistungen_AHV_IV@ilef.ch

Auskunftsstelle über alle Fragen zur AHV/IV und Zusatzleistungen.

Fachstelle Alter

Stadt Illnau-Effretikon

Abteilung Gesellschaft Judith Hartmann Märtplatz 29 8307 Effretikon

Tel. 052 354 24 21 judith.hartmann@ilef.ch

Sozialberatung 65+

Stadt Illnau-Effretikon

Abteilung Gesellschaft Donjeta Muqa Märtplatz 29 8307 Effretikon

Tel. 052 354 32 19 donjeta.muga@ilef.ch

Beratungs- und Sozialdienst

der Ev.-ref. Kirchgemeinde

Hagenacherstrasse 21 8307 Effretikon

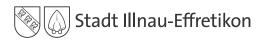
Tel. 052 343 20 41 fabian.wiesmann@zh.ref.ch

Auskunft und Vermittlung von Dienstleistungen und Angeboten für Seniorinnen und Senioren. Beratung und Information zur ambulanten Pflege, zu Pflegeplätzen und deren Finanzierung. Familiengespräche und Coaching in anspruchsvollen Lebenssituationen.

Beratung und Begleitung bei Fragen bezüglich

- Finanzen und Sozialversicherungen
- Unterstützung im Alter
- Wohnen und Lebensgestaltung
- Gesundheit und Entlastung von betreuenden Angehörigen

Beratung und Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen, praktischen und administrativen Fragen des Alltags, persönlichen Notlagen, Lebens- und Sinnkrisen.



KESB Bezirk Pfäffikon ZH

Schmittestrasse 10 8308 Illnau

Tel. 052 355 27 77 info@kesb-bp.ch

Vertretungsrechte Beistandschaften Gefährdungsmeldungen

Pro Senectute Kanton Zürich

Dienstleistungscenter Winterthur

Lagerhausstrasse 3 8400 Winterthur

Tel. 052 354 24 21 dc.winterthur@pszh.ch

Treuhanddienst
Rentenverwaltung
Individuelle Finanzhilfe
Steuerklärungsdienst
Sozialberatung

Sozialdienst

der Pfarrei St. Martin

Birchstrasse 20 8307 Effretikon

Tel. 052 355 11 14, DI/MI/DO d.lautner@pfarrei-effretikon.ch

Kostenlose Beratung und Begleitung für Lebensprobleme im persönlichen und sozialen Bereich.

Fachstelle Sucht

Obermattstrasse 40 8330 Pfäffikon 7H

Tel. 044 951 15 15 sucht@sdbp.ch

Information und Beratung für Betroffene und Angehörige

Einzel- Paar- und Familiengespräche Abklärungen und Vermittlung zu Therapien

Das Lebensende gestalten

Information und Beratung

Stadt Illnau-Effretikon Abteilung Gesellschaft Judith Hartmann Tel. 052 354 24 21 judith.hartmann@ilef.ch Eine kostenlose Mappe "Das Lebensende gestalten – Wünsche an die Angehörigen" bietet Informationen und Vorlagen für die Regelung wichtiger Angelegenheiten (z.B. Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung, Bestattungswünsche, etc.)



Todesfall

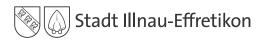
Was tun im Todesfall? Information und Beratung

Stadt Illnau-Effretikon Stadtbüro Tel. 052 354 24 24 stadtbuero@ilef.ch www.ilef.ch In der Broschüre "Was tun im Todesfall" sind alle wichtigen Informationen und Kontaktdaten zusammengestellt. Sie kann kostenlos im Stadtbüro bezogen werden.

Trauer

Trauercafé

Reformierte Kirche Illnau-Effretikon Pfrn. Annemarie Geiger Tel. 076 391 84 88 annemarie.geiger@refilef.ch Im Trauercafé treffen sich Menschen, die einen Verlust erlitten haben und gehen einfach ein Stück Weg miteinander. Erfahrungen teilen, nicht allein sein mit seinen Gefühlen...



3. UNTERSTÜTZUNG HILFE IM ALLTAG



Behinderten-Transport Winterthur

Tel. 052 202 22 44 info@btw-winti.ch

Fahrdienst für Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer zum Arzt, Therapie und Freizeitaktivitäten in der ganzen Schweiz und im nahen Ausland.

Besuchsdienst

Silvia Bruinink Tel. 079 451 60 15 besuchsdienst.effretikon@bluewin.ch Freiwillig engagierte Personen machen regelmässig Besuche bei älteren Menschen in Illnau-Effretikon.

Computeria

Verein lebensphase3

Peter Rauh 8307 Effretikon

Tel. 052 346 19 14

Hilfe bei Fragen und Problemen rund um den Computer.

Fahrdienst lebensphase3

Tel. 079 390 85 87

Ein Team von freiwilligen Fahrerinnen und Fahrern bringt Sie zu ihren Terminen.

Fahrdienst Rotes Kreuz

Einsatzkoordination Tel. 044 388 25 00 Fahrten zu Ärzten, Spitälern und Therapien

Haushilfe

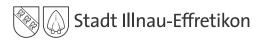
Spitex Kempt Märtplatz 15/17 8307 Effretikon

Tel. 052 354 12 00 info@spitexkempt.ch

Unterstützung von Menschen, die aus verschiedenen Gründen nicht in der Lage sind ihren Haushalt selbständig zu führen.

Rollatour

Rollstuhltransport Tel. 079 408 79 79 rollatour@gmail.com Fahrdienst für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer



Hilfe in Haushalt und Garten

Etcetera Glattbrugg Europa-Strasse 9 8152 Glattbrugg

Tel. 044 403 35 10 etcetera.glattbrugg@sah-zh.ch

Die soziale Auftragsvermittlung organisiert Arbeitshilfen für Reinigung, Haushalt, Garten Räumungen, etc.

Mahlzeitendienst

Pro Senectute Kanton Zürich Ortsvertretung Illnau-Effretikon

Tel. 079 594 16 17 mahlzeiten-prosenectute-ilef.ch

Der Mahlzeitendienst der Pro Senectute bringt ausgewogene und gesunde Menüs direkt nach Hause.

Mittagessen in Gesellschaft

im Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen Märtplatz 19 8307 Effretikon

Tel. 052 355 56 62 restauration@apzb.ch

Gemeinsames Mittagsessen im Restaurant für Personen, die nicht im Alters- und Pflegezentrum wohnen.

Mittagstisch

in den Alterssiedlungen Effretikon und Illnau

Spitex Kempt Märtplatz 15/17 8307 Effretikon

Tel. 052 354 12 00

Die Spitex organisiert 2x wöchentlich ein gemeinsames Mittagessen in den Gemeinschaftsräumen.

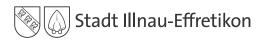
Nachbarschaftshilfe

Effretikon und Lindau Tel. 079 150 16 93 effretikon@nachbarschaftshilfeilef.ch

Illnau
Tel. 079 584 09 63
Illnau@nachbarschaftshilfe-ilef.ch
www.nachbarschaftshilfe-ilef.ch

Punktuelle Unterstützung und kleine Hilfen im Alltag

Die Teams der Nachbarschaftshilfe Illnau-Effretikon stellen den Kontakt her zwischen Personen, die im Alltag Unterstützung brauchen, und Menschen aus ihrem jeweiligen Ortsteil, die diese Hilfe gegen eine Spesenpauschale gerne anbieten.



Rotkreuz-Notruf

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich Drahtzugstrasse 18 8008 Zürich Tel. 044 388 25 35

notruf@srk-zuerich.ch www.srk-zuerich/notruf

Repair-Shop

Reparaturwerkstatt

Verein lebensphase3

Jeweils Mittwoch 13.30 - 16.30 Tel. 079 916 05 94 Mit dem Rotkreuz-Notruf sind viele Dienstleistungen und Hilfestellungen verbunden, die sowohl die notruf-Kunden als auch deren Angehörige entlasten.

Der Notrufknopf eignet sich für Personen, die zuhause7oder unterwegs zusätzliche Sicherheit wünschen.

Das freiwillige Team (Senioren mit handwerklichem Geschick) erledigt in der Werkstatt im Jugendhaus Effretikon Reparaturen aller Art.

Senioren Notruf Sawires

Senioren Notruf Sawires AG Schäggibuckstrasse 6b 8444 Henggart

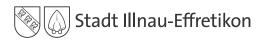
Tel. 052 304 17 17 info@senioren-notruf.ch www. Senioren-notruf.ch

Notruf-Lösung und Soforthilfe rund um die Uhr. Das modular ausbaubare System eignet sich für Personen, die Dank Sicherheit auf Knopfdruck den Alltag in ihrer vertrauten Umgebung gestalten wollen.

Treffpunkt Mittwoch

Tel. 079 530 41 26

Zentrum Rebbuck Rebbuckstrasse 1, 8307 Effretikon Gemeinsames Mittagessen, Kaffee und Kuchen. Abholdienst steht zur Verfügung



Treuhanddienst Steuerklärungsdienst

Pro Senectute Kanton Zürich DC Winterthur Lagerhausstrasse 3 8400 Winterthur Tel. 052 354 24 21 dc.winterthur@pszh.ch

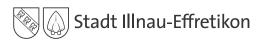
Entlastung in finanziellen und administrativen Angelegenheiten für Menschen ab 60 Jahren.

Wähenzmittag

Kath. Pfarrei St. Martin Birchstrasse 20 8307 Effretikon

Tel. 052 355 11 11

Wähenbuffet für alle am letzten Donnerstag des Monats.



4. BEWEGUNG FREIZEITAKTIVITÄTEN BILDUNG UND KULTUR



4.1 BEWEGUNG

Line Dance

Verein lebensphase3 Ursi Studer

Tel. 079 637 83 50 www.lebensphase3.ch

In einem Line Dance Kurs tanzen Sie in Linien oder Gruppenformationen zu fetziger Musik.

Turnen Männer

Pro Senectute Kanton Zürich Ruedi Markwalder

Tel. 052 346 18 08 www.pszh.ch/sport-und-bildung

Bewegungsangebot für Männer der Pro Senectute Kanton Zürich.

Turnen und Walking Frauen

Pro Senectute Kanton Zürich Vroni Fehr

Tel. 052 346 18 08 www.pszh.ch/sport-und-bildung

Pro Senectute Kanton Zürich bietet in Illnau-Effretikon verschiedene Walkingund Turngruppen an.

Velo / Mountainbike

Pro Senectute Kanton Zürich Velogruppe Effretikon Margrit Obrist

Tel. 052 345 28 92 / 079 247 58 55 www.pszh.ch

Die Velogruppe der Pro Senectute Kanton Zürich bietet von April bis Oktober Bike-Touren an.



Wandern

Verein lebensphase3 Lothar Annaheim

Tel. 052 343 47 90 www.lebensphase3.ch Die Wandergruppe des Vereins lebensphase3 lädt zu abwechslungsreichen Wanderungen ein.

Zämegolaufe

Leiter Zämegolaufe Illnau-Effretikon und Lindau

Hugo Meier 052 343 25 92 wuerglen18@bluewin.ch Beim ZÄMEGOLAUFE treffen sich Menschen im Alter von 60+ und gehen gemeinsam rund um ihren Wohnort spazieren. Sie machen neue Bekanntschaften und bleiben dank dem Laufen körperlich aktiv.

4.2 GEMEINSAM MUSIZIEREN

Seniorenchor

Verein lebensphase3 Alwin Bachmann

Tel. 079 211 06 39 www.lebensphase3.ch

Unter der Leitung einer Dirigentin werden diverse Volkslieder eingeübt und aufgeführt.

Senioren-Ensemble

Verein lebenphse3 in Zusammenarbeit mit der Musikschule Alato Tagelswangerstrasse 8, Effretikon

Tel. 052 354 23 30 www.ms-alato.ch

Gemeinsames Musizieren in einem der drei Senioren-Ensembles der Musikschule Alato.



4.3 AUSFLÜGE

Carfahrten

Pro Senectute, Ortsvertretung Illnau-Effretikon Tel. 077 475 47 94 www.pro-senectute-ilef.ch Das Team der Pro Senectute stellt ein abwechslungsreiches Programm an begleiteten Carfahrten zusammen.

Gemeinsam etwas erleben

Pro Senectute, Ortsvertretung Illnau-Effretikon Tel. 079 921 91 08 www.pro-senectute-ilef.ch Das Team der Ortsvertretung organisiert an verschiedenen Nachmittagen interessante Ausflüge, Besichtigungen oder Führungen.

4.4 SPASS, SPIEL UND GESELLIGKEIT

Jass-Nachmittage

Pro Senectute, Ortsvertretung Illnau-Effretikon www.pro-senectute-ilef.ch Montags-Jass in Illnau:

13.30 Uhr, Restaurant Löwen Beatrice Früh, Tel. 076 533 01 14

Freitags-Jass in Effretikon:

13.30 Uhr, Cafeteria Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen

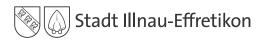
Erika Neuenschwander Tel. 052 343 38 76

Kafi 65

Ref. Kirchgemeinde Illnau-Effretikon, Rebbuckstrasse 1 8307 Effretikon

Tel. 052 343 21 17 www.ref-ilef.ch

Im Kafi 65 treffen sich Menschen, die gerne zusammen austauschen und Neues entdecken. Ein Vortrag, ein Reisebericht, Musik, Kaffee und etwas Süsses.



PÉTANQUE-TREFF

Verein lebensphase3 Christian Meyer

Tel. 052 346 24 17 www.lebensphase3.ch

Pétanque (Boule), ein Kugelspiel für alle, bietet Spass und Geselligkeit.

Spielnachmittage

Ref. Kirchgemeinde Illnau-Effretikon, Rebbuckstrasse 1 8307 Effretikon

Tel. 052 343 21 17 www.ref-ilef.ch

Im Restaurant Villa Barone, Effretikon, trifft sich regelmässig eine spielfreudige Gruppe zu diversen Gesellschaftsspielen.

Treffpunkt Garten

Ref. Kirchgemeinde Illnau-Effretikon, Pia Fisler Hagenacherstrasse 21 8307 Effretikon

Tel. 052 343 21 17 www.ref-ilef.ch

Den Garten bebauen, ins Gespräch kommen, Kaffee trinken, Feste feiern.

4.5 BILDUNG UND KULTUR

Gruppe Geburtstagsgrüsse

Verein lebensphase3 Gloria Rauh

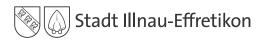
Tel. 052 346 19 14 www.lebensphase3.ch Zwei gesellige Gruppen basteln kreative Geburtskarten in Effretikon und in Illnau.

Männerapéro

Ref. Kirchgemeinde Illnau-Effretikon, Rebbuckstrasse 1 8307 Effretikon

Tel. 052 343 21 17 www.ref-ilef.ch

Der Männerapéro ist ein offenes Gesprächsforum von Männern für Männer. Ein ökumenisches Team lädt Referenten ein oder bereitet das Gespräch über ein männer-spezifisches Thema vor.



Sprachkurse

Verein lebensphase3 Erica Dietrich-Bader

Tel. 044 836 84 33 www.lebensphase3.ch Der Verein lebensphase3 bietet diverse Sprachkurse mit professionellen Lehrerinnen an.

Vorträge / Veranstaltungen

Verein lebensphase3 Gruppe Bildung und Kultur Gloria Rauh

Tel. 052 346 19 14 www.lebensphase3.ch

Die Gruppe Bildung und Kultur stellt ein attraktives Programm mit Vorträgen und Veranstaltungen zu diversen Themen zusammen.



5. WOHNEN PFLEGE BETREUUNG



5.1 ALTERSWOHNUNGEN

Oase Effretikon

Bietenholzstrasse 1 8307 Effretikon

Tel. 052 354 54 54 www.oaseeffretikon.ch

Alterswohnen mit modularen Dienstleistungen im Seniorenzentrum Oase.

Wohnbaugenossenschaft Effretikon-Illnau

Heinrich Mäder Wiesenstrasse 13 8307 Effretikon

Tel. 076 347 28 20 www.wohnbaugenossenschaft.ch

Hindernisfreie Alterswohnungen an der Wiesenstrasse 13, Effretikon und im Chrummenacher 9, Illnau

5.2 AMBULANTE PFLEGE / SPITEX

SPITEX Kempt

Märtplatz 15/17 8307 Effretikon

Tel. 052 354 12 00 www.spitexkempt.ch

Abklärung und Beratung Pflege Hauswirtschaft Erweiterte Dienstleistungen Pflegematerial und Hilfsmittel



5.3 STATIONÄRE PEI EGEPI ÄTZE

Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen

Märtplatz 19 8307 Effretikon

Tel. 052 355 56 56

Barbara Klötzli Tel. 052 355 56 52 www.apzb.ch Zwei Häuser und eine dezentrale Wohngruppe mit unterschiedlichen Wohn- und Betreuungsformen, spezialisierte Wohngruppen für Menschen mit Demenz

Oase Effretikon

Bietenholzstrasse 1 8307Effretikon

Tel. 052 354 54 54 www.oaseeffretikon.ch

15 Plätze in der Pflegeabteilung für Menschen mit höherem Pflegebedarf, 9 Pflegestudios

INFORMATIONEN ZUR WAHL EINER AUSWÄRTIGEN EINRICHTUNG

Wenn Sie sich bei der Wahl eines Pflegeplatzes für eine auswärtige Institution interessieren, ist es zu empfehlen, sich mit unserer Fachstelle Alter in Verbindung zu setzen. Sie erhalten wichtige Informationen darüber, was im Zusammenhang mit der Pflegefinanzierung zu beachten ist. Judith Hartmann, Tel. 052 354 24 21, Fachverantwortliche Alter und Gesundheit, Stadt Illnau-Effretikon.



5.4 PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Ferien-und Entlastungsaufenthalt

Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen Märtplatz 19 8307 Effretikon

Tel. 052 355 57 07 www.apzb.ch

Pflegebedürftigen Menschen können temporär, ab 1 Woche Aufenthaltsdauer, Zeit im Alters-und Pflegezentrum verbringen.

Tagesaufenthalt

Im Zentrum für Begegnung und Tagesgestaltung (ZBT) Alters- und Pflegezentrum Bruggwiesen Märtplatz 19 8307 Effretikon

Tel. 052 355 57 07 www.apzb.ch

Durch diese Entlastungsmöglichkeit können pflegende Angehörige ihrer eigenen Gesundheit Sorge tragen und Kraft für den Alltag tanken.

Das Angebot umfasst flexible Tagesaufenthalte, Betreuung, Pflege und Aktivierung.

Treff betreuende Angehörige

Stadt Illnau-Effretikon Beratungsstelle 60+ Judith Hartmann

Tel. 052 354 24 21 judith.hartmann@ilef.ch

In Illnau-Effretikon findet in einem zeitlichen Abstand von acht Wochen ein Treff für betreuende und pflegende Angehörige statt. Bearbeitung von fachlichen Themen und persönlichen Austausch.

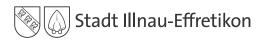
Barrierefreie Ferien und Reisen Schweiz

Claire & George Falkenplatz 9

3012 Bern

Tel. 031 301 55 65 079 949 10 26

www.claireundgeorge.ch kontakt@claireundgeorge.ch Unterstützung bei der Auswahl eines geeigneten Hotels und bei Bedarf Organisation von notwendigen Services (z.B. Hotelspitex, Begleitung bei Ausflügen, Hilfsmittel und Transport)



6. WEITERE INFORMATIONEN



6.1 FREIWILLIGEN-ORGANISATIONEN

Pro Senectute Kanton Zürich

Ortsvertretung Illnau-Effretikon Ruth Hildebrand, Leiterin

Tel. 052 346 10 81 / 079 644 61 55 ruth.hildebrand@pro-senectute-ilef.ch

Allgemeine Informationen zur Pro Senectute Ortsvertretung Illnau-Effretikon

www.pro-senectute-ilef.ch

Verein lebensphase3

Seniorennetzwerk Illnau-Effretikon Bruno Lobsiger, Präsident

Tel. 052 347 13 33 / 079 500 13 55 bruno.lobsiger@bluewin.ch www.lebensphase3.ch

Allgemeine Informationen zu den Angeboten des Seniorennetzwerkes und zum Verein.

6.2 PATIENTENORGANISATIONEN

Alzheimervereinigung Kanton Zürich

Seefeldstrasse 62 8008 Zürich

Tel. 043 499 88 63 www.alz-zuerich.ch info@alz-zuerich.ch

Information und Beratung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

alzheimerpunktch

www.alzheimer.ch Tel. 079 962 54 62 Informationsplattform des Vereins Podium Demenz Wetzikon



Blindenbund (Schweizerischer)

SICHTBAR Winterthur Wartstrasse 12 8400 Winterthur

Tel. 052 212 92 29 www.blind.ch

Information und Beratung für blinde und sehbehinderte Menschen und ihre Angehörige

Diabetesberatung Zürich

Kompetenzzentrum Winterthur c/o Moniva Gesundheitszentrum
Bahnhofplatz 12
8400 Winterthur

Tel. 044 383 24 12 www.diabeteszuerich.ch

Beratung für Personen mit Diabetes und ihre Angehörigen

Krebsliga Zürich

Tel. 044 388 55 00

krebsligazuerich.ch

Turmhaus Winterthur Haldenstrasse 69 8400 Winterthur

Tel. 052 214 80 00 www.zuerich.krebsliga.ch

Information und Beratung für Betroffene, Angehörige und Freunde, Fachleute und andere am Thema Krebs Interessierte.

Lungenliga Kanton Zürich Beratungsstelle Winterthur

Rudolfstrasse 29 8400 Winterthur

Tel. 0800 07 08 09 www.lunge-zuerich.ch

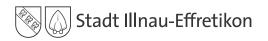
Die Lungenliga berät und betreut Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen.

Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129 8005 Zürich

MS Infoline 0844 674 636 www.multiplesklerose.ch

Information und Beratung für Menschen mit Multiple Sklerose per Mail, telefonisch oder persönlich.



Parkinson Schweiz

Gewerbestrasse 12a 8132 Egg

Tel. 043 277 20 77

Information, Beratung, Kurse Parkinson

Tel. 0800 80 30 20

Mittwoch 17.00 - 19.00 Uhr

Rheumaliga Zürich

Badenerstrasse 585

8048 Zürich

T 044 405 45 50 www.rheumaliga.ch/zh info.zh@rheumaliga.ch

Kurse, Beratung, Alltagshilfen, Selbsthilfegruppen

Sehhilfe (Zürcher)

Lagerhausstrasse 3 8400 Winterthur

Tel. 052 202 25 80 www.zuercher-sehhilfe.ch info@zkbv.ch

Fachstelle für Information, Beratung und Rehabilitation von sehbehinderten und blinden Menschen.