



Älter werden in Uetikon am See

Angebote und Dienstleistungen
für Frauen und Männer in der zweiten Lebenshälfte

Gemeinde Uetikon am See



Liebe Leserin, lieber Leser

In dieser neu gestalteten Broschüre finden Sie eine Übersicht zu sportlichen und kulturellen Angeboten, die Sie jederzeit nutzen können. Zudem stellen wir Ihnen hilfreiche Informationen zu Beratungsdiensten und Unterstützungsangeboten zur Verfügung.

Auch ist eine kompakte Sammlung von Notfallnummern sowie eine Seite, die Platz für Ihre persönlichen Daten bietet, vorhanden. Zusätzlich haben wir eine Liste mit möglichen Einsatzmöglichkeiten für freiwillige Tätigkeiten zusammengestellt – wobei wir wissen, dass viele von Ihnen bereits aktiv als Großeltern, in der Familie oder in der Nachbarschaft tätig sind.

Unser Ziel bei den Sozialen Diensten ist es, allen – ob jung oder älter, mit oder ohne Einschränkungen – ein Umfeld zu bieten, in dem Sie sich unterstützt und wertgeschätzt fühlen. Wir hoffen, dass Sie die Herausforderungen des Älterwerdens mit Zuversicht und Kreativität angehen und dies in Übereinstimmung mit Ihren persönlichen Möglichkeiten tun können.

Bei Fragen oder Anliegen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Sie finden uns im 2. Stock des Gemeindehauses an der Bergstrasse 90 in Uetikon am See oder erreichen uns telefonisch.

Soziale Dienste, Fachbereich Alter, Bergstrasse 90, 8707 Uetikon am See
alter@uetikonamsee.ch / 044 922 72 40

Öffnungszeiten Gemeindeverwaltung:

Montag	08.30 - 11.30 Uhr	13.30 - 18.00 Uhr
Dienstag*	08.30 - 11.30 Uhr	
Mittwoch	08.30 - 11.30 Uh	13.30 - 16.30 Uhr
Donnerstag*	08.30 - 11.30 Uhr	
Freitag	07.30 - 14.00 Uhr	durchgehend

*Dienstag und Donnerstag 13.30 Uhr – 16.30 Uhr telefonisch und per E-Mail erreichbar.

Verantwortlich für die aktuelle Version und Ansprechperson, Julie Garita Gutierrez.

Persönliche Daten

Meine Personalien

Name

Vorname

Adresse

Ort

Telefonnummer

E-Mail

Meine Krankenkasse / AHV

Krankenkasse

Telefon

Ansprechperson

Meine AHV-Nr.

Mein Hausarzt / meine Hausärztin

Name, Vorname

Adresse

Telefon

E-Mail

Notfall-Nummern

Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanität/Ambulanz	144
Rega	1414
Vergiftungsnotfälle	145
Dargebotene Hand	143

Spital Männedorf	044 922 22 11
Kantonspolizei Meilen	044 925 51 17
Seerettungsdienst Region Meilen	044 925 90 00
Spitex Zürichsee	044 922 08 00
Ärztefon	0800 33 66 55
Todesfall	044 922 72 70

Inhaltsverzeichnis

Beratungsstellen

Sozialdienst der Gemeinde Uetikon am See	8
Zusatzleistungen zur AHV / IV	9
Arbeitsgruppe 60plus	9
Anlaufstelle für Alzheimerfragen	10
Alkohol- und Suchtberatung	10
Erbschaftsberatung	10
Rechtsberatung	10
Todesfall	10
Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Bezirk Meilen (KESB)	11
BKZ-Bauberatung für hindernisfreies Bauen	12
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)	12
Pro Senectute Kanton Zürich – Dienstleistungscenter Region Pfannenstiel	13
Friedensrichteramt Uetikon am See	14

Dienstleistungen, Gesundheit

Spitex Zürichsee	15
Pro Senectute Home	16
Senioren für Senioren Uetikon am See	17
Besuchsdienst zu Hause Oberer Zürichsee	18
Gipfeltreffen Zürichsee	18
Entlastungsdienst Kanton Zürich	19
Schweizerisches Rotes Kreuz	19
Entlastungsdienst Alzheimer Zürich	20
Spital Männedorf (mit Akutgeriatrie)	21
TIXI Zürich	22
Alterszentrum Lanzeln	23
Umzugshilfe	24
Casa Gusto	25
Gourmet Domizil	25
Samariterverein Uetikon am See	26
pro audito zürich – Organisation für Menschen mit Hörproblemen	26

Hobby, Sport, Weiterbildung

Senioren-Wandergruppe	27
Männerriege	28
Senioren-Riege Uetikon am See	29
Frauenturnverein – Wellnessturnen und Abendturnen	30
Fit / Gym leicht	31

Qigong für Seniorinnen und Senioren	31
Begleitetes Tanzen "Darf ich bitten?"	32
Everdance	32
Dalcroze Rhythmik für Senioren	33
Tennis für Senioren / Seniorinnen	34
Aqua-Fitness – Aqua Gymnastik	34
Nordic Walking Egg / Vorderer Pfannenstiel	35
Nordic Walking Meilen	35
Uetiker Treff	36
Seniorenchor am Zürichsee – Silberklang	36
Doppelquartett Uetikon	37
Computeria – Computerschule für Seniorinnen und Senioren	37
Bibliothek	38
Kurse – Literatur – Spielen	39
Jahrgänger Reiseverein	40
Forum für angewandte Gerontologie	41

Wohnen

Haus Wackerling	42
Clenia Bergheim – psychiatrische und somatische Langzeitpflege	43
Stöckli – Genossenschaft für Alterswohnungen	44

Lebenshilfe

Reformierte Kirchgemeinde	45
Katholische Pfarrei St. Stephan Männedorf-Uetikon	46
Freie Evangelische Gemeinde	47
Stiftung "Uetiker Tanne"	48
Hilfsverein	48
Winterhilfe	49

Freiwilligenarbeit

Eltern-Kind-Zentrum MEMORY	50
In der Schule mithelfen	50
Senioren für Senioren	50
Besuche im Heim	51
Besuch zu Hause	51
Sitzwache im Spital Männedorf	52
Gipfeltreffen Zürichsee	52

Verschiedenes

Brockenstube	53
Helsana Trail Uetikon-Männedorf	54

Beratungsstellen

Soziale Dienste der Gemeinde Uetikon am See

Dienstleistung

- Persönliche Hilfe und Beratung: Vermittlungsstelle für Kinder-, Jugend- und Familienfragen sowie Anlaufstelle für Altersfragen
- Abklärung und Sicherung des sozialen Existenzminimums: Wirtschaftliche Hilfe, Vermittlung an Sozialversicherungen

Fachbereich Alter

- Anlaufstelle für allgemeine Fragen
- Unterstützung beim Umgang mit Behörden
- Zusatzleistungen: Unterstützung bei der Anmeldung Bedarfsabklärung ZL-Verordnung (gültig ab 01.01.2025)

Zielgruppe

Einwohner und Einwohnerinnen von Uetikon am See

Trägerschaft

Gemeinde Uetikon am See

Kontakt

Soziale Dienste / Fachbereich Alter

Bergstrasse 90

8707 Uetikon am See

Telefon: 044 922 72 40

E-Mail: soziales@uetikonamsee.ch / alter@uetikonamsee.ch

Website: www.uetikonamsee.ch

Unterstützung bei verschiedenen Betreuungsleistungen

Seit Januar 2025 können Bezügerinnen und Bezüger von Zusatzleistungen zusätzliche Unterstützung erhalten, um länger selbstständig zu Hause leben zu können. Finanziert werden Betreuungsleistungen wie psychosoziale Unterstützung, Entlastungsdienste und Hilfe im Haushalt – vorausgesetzt, der individuelle Bedarf wird in einem Gespräch mit dem Fachbereich Alter festgestellt und bestätigt.

Beziehen Sie keine Zusatzleistungen, benötigen aber dennoch Unterstützung? Dann melden Sie sich gerne für ein Gespräch beim Fachbereich Alter.

Zusatzleistungen zur AHV / IV

Dienstleistung Zusatzleistungen zur AHV/IV sind Bedarfsleistungen, die gezielt für jene Bezügerinnen und Bezüger von AHV- und IV-Leistungen eingesetzt werden, die mit ihren Einnahmen die laufenden Ausgaben nicht decken können. Die Höhe der monatlichen Leistung wird individuell, das heisst auf die jeweiligen Verhältnisse zugeschnitten, ermittelt. Ziel dieser Leistungen ist es, den AHV-/IV-Rentnerinnen und -Rentnern ein festgesetztes Mindesteinkommen zu garantieren.

Zielgruppe Bezügerinnen und Bezüger von AHV- oder IV-Renten

Kontakt SVA Zürich
Röntgenstrasse 17
Postfach
8087 Zürich
Telefon: 044 448 50 00
Website: www.svazurich.ch

Arbeitsgruppe 60plus

Die Arbeitsgruppe 60plus unterstützt, fördert und initiiert Aktivitäten für die älteren Einwohnerinnen und Einwohner in Uetikon. Sie beobachtet die Entwicklung der Bedürfnisse für Seniorinnen und Senioren und die Anforderungen an die Pflege zu Hause sowie in Institutionen.

Peter Stämpfli	Mitglied der Sozialkommission Uetikon am See	peter.staempfli@outlook.com
Kathrin Portmann	Besuchsdienst Zuhause Oberer Zürichsee	kathrin.portmann@gmx.ch
Jutta Kriesel	Katholische Pfarrei St. Stephan Männedorf-Uetikon	j.kriesel@kath-maennedorf-uetikon.ch
Angela Abrach Naef	Pro Senectute Region Pfannenstiel	angela.abrach@pszh.ch
Dorothee Nadler	Reformierte Kirchgemeinde Uetikon am See	dorothee.nadler@ref-uetikon.ch
Miriam Sticher	Forum für angewandte Gerontologie	mosticher@bluewin.ch

Die Mitglieder der Arbeitsgruppe 60plus werden alle vier Jahre vom Gemeinderat ernannt.

Beratungsstellen

Anlaufstelle für Alzheimerfragen

Alzheimer Zürich
Telefon: 043 499 88 63
E-Mail: info@alz-zuerich.ch
Website: www.alz-zuerich.ch

Alkohol- und Suchtberatung

Bezirk Meilen
Bruechstrasse 16
8706 Meilen
Telefon: 044 923 05 30
E-Mail: info@asbm.ch
Website: www.asbm.ch

Erbschaftsberatung

Notariat
Bahnhofstrasse 20
8708 Männedorf
Telefon: 044 928 15 25
E-Mail: maennedorf@notariate-zh.ch

Rechtsberatung

Bezirksgericht, Untere Bruech 139/140, 8706 Meilen
Telefon: 044 924 21 21
Sprechstunde allgem., Montag und Mittwoch, 14.00 Uhr – 16.00 Uhr
Sprechstunde Mietsachen, Freitag, 14.00 Uhr – 16.00 Uhr
Website: www.gerichte-zh.ch

Frauenzentrale Zürich
8002 Zürich
Telefon: 044 206 30 20
Montag – Donnerstag, 08.30 Uhr – 11.30 Uhr
E-Mail: zh@frauenzentrale-zh.ch
Website: www.frauenzentrale-zh.ch

Todesfall

Bestattungsamt, Gemeinde Uetikon am See
Telefon: 044 922 72 70
E-Mail: bestattungsamt@uetikonamsee.ch

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Bezirk Meilen (KESB)

Dienstleistung	Die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) Bezirk Meilen ist für die Bewohnerinnen und Bewohner aller elf Bezirksgemeinden zuständig, unabhängig von Alter, Geschlecht und Religionszugehörigkeit. Sie ist neben anderem zuständig für die Abklärung und die Errichtung von Beistandschaften, im Weiteren beurteilt und vollzieht sie Vorsorgeaufträge und Patientenverfügungen. Ebenso beurteilt sie bewegungseinschränkende Massnahmen bei urteilsunfähigen Personen z.B. in Alters- und Pflegeheimen.
Zielgruppe	Einwohnerinnen und Einwohner des Bezirks Meilen
Trägerschaft	Zweckverband Kindes- und Erwachsenenschutz des Bezirks Meilen
Kontakt	KESB Bezirk Meilen obere Wiltisgasse 48, Postfach 332 8700 Küsnacht Telefon: 044 913 39 99 Website: www.kesbmeilen.ch FES Fachstelle für Erwachsenenschutz Bezirk Meilen Seestrasse 108 8707 Uetikon am See Telefon: 044 924 19 20 E-Mail: info@fesmeilen.ch Website: www.fesmeilen.ch

BKZ-Bauberatung für hindernisfreies Bauen

Dienstleistung	Die BKZ Bauberatung berät bei individuellen Wohnungsanpassungen im Bereich hindernisfreies Bauen. Sie klärt die individuellen Bedürfnisse ab und macht Vorschläge für bauliche Anpassungen.
Zielgruppe	Personen, welche aufgrund einer körperlichen Einschränkung im Alter in ihrer Wohnung oder ihrem Haus bauliche Anpassungen benötigen.
Trägerschaft	Behindertenkonferenz Kanton Zürich (BKZ)
Kontakt	Behindertenkonferenz Kanton Zürich (BKZ) Telefon: 043 243 40 04 E-Mail: bauberatung@bkz.ch

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)

Dienstleistung	• Klärung, Vermittlung, Schlichten bei Konfliktsituationen • Unterstützung bei Gewaltsituationen im Alter • Unterstützung Betroffener bei Verletzung der Würde und Selbstbestimmung • Gewaltprävention im Alter
Zielgruppe	Seniorinnen, Senioren, Angehörige, Leitungs-, Betreuungs- und Pflegepersonal sowie Personen, die in der Altersarbeit tätig sind
Trägerschaft	Verein UBA
Kontakt	Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA) Malzstrasse 10 8045 Zürich Montag – Freitag, 14.00 Uhr – 17.00 Uhr Telefon: 0848 00 13 13 E-Mail: info@uba.ch Website: www.uba.ch

Pro Senectute Kanton Zürich – Dienstleistungszentrum Region Pfannenstiel

Dienstleistung

- Sozialberatung
- Beratung bei finanziellen Fragen
- Auskunft über Entlastungsangebote
- Informationen zum Thema Wohnen
- Unterstützung in schwierigen Situationen
- Erfahrungsaustausch in Gesprächsgruppen

Unser Team besteht aus ausgewiesenen Fachpersonen, welche der Schweigepflicht unterstehen. Die Beratungen sind kostenlos und finden in unserem Dienstleistungszentrum in Meilen oder am Telefon statt. Es können auch Hausbesuche vereinbart werden.

Zielgruppe

Seniorinnen und Senioren sowie Angehörige

Trägerschaft

Pro Senectute Kanton Zürich

Kontakt

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Region Pfannenstiel
Dorfstrasse 78
8706 Meilen
Telefon: 058 451 53 20
E-Mail: dc.pfannenstiel@psz.ch
Website: www.psz.ch

Friedensrichteramt Uetikon am See

Dienstleistung

Der/die Friedensrichter/in versucht, in einem gemeinsamen Gespräch erstarnte Fronten zwischen den Parteien aufzuweichen, das gegenseitige Verständnis zu fördern und kann in folgenden Fällen beigezogen werden:

- Erbrechtliche Klagen
- Konsumentenstreitigkeiten
- Forderungsklagen
- Klagen aus Motorfahrzeug- und Fahrradunfällen
- Nachbarschaftsklagen
- Persönlichkeitsverletzungen
- Arbeitsstreitigkeiten

Der/die Friedensrichter/in kann den Parteien Urteilsvorschläge unterbreiten und in vermögensrechtlichen Streitigkeiten bis zu einem Streitwert von CHF 2'000.00 entscheiden, sofern die klagende Partei einen entsprechenden Antrag stellt.

Kontakt

Gemeinde Uetikon am See

Bergstrasse 90

8707 Uetikon am See

E-Mail: friedensrichter@uetikonamsee.ch

Website: www.uetikonamsee.ch

Dienstleistungen, Gesundheit

Spitex Zürichsee

Dienstleistung	Die Non-Profit-Organisation Spitex Zürichsee ermöglicht es Menschen zu Hause zu leben, die wegen Krankheit, Unfall, Behinderung, Altersgebrechen, Mutterschaft oder Überlastungssituationen auf Unterstützung angewiesen sind.
Pflegeleistungen	Abklärung und Beratung, Behandlungspflege, Grundpflege, Psychiatrische Pflege, Palliative Care, Wundpflege, Stomapflege
Hauswirtschaft	Reinigung, Waschen/Bügeln, Einkaufen, Essen zubereiten
Zusatzleistungen	Vermittlung von Mahlzeitendienst, Krankenmobilen, Reinigungsdienst, Entlastung Angehörige
Zielgruppe	Alle Einwohnerinnen und Einwohner der Gemeinden Herrliberg, Männedorf, Meilen und Uetikon am See
Trägerschaft	Verein Spitex Zürichsee
Kontakt	Spitex Zürichsee Stelzenstrasse 41 8706 Meilen Telefon: 044 922 08 00 E-Mail: info@spitex-zuerichsee.ch Website: www.spitex-zuerichsee.ch

Pro Senectute Home

Dienstleistung

Begleitung und Betreuung im Alltag:

- Pflegeleistungen (Körperpflege, Anziehen, Essen und Trinken)
- Nachtwachen / Entlastung der Angehörigen
- Unterstützung im Haushalt
- Begleitung und Gesellschaft
- Betreuung von Menschen mit einer dementiellen Entwicklung

Dienstleistungen werden auch in Zusammenarbeit mit den öffentlichen Spitex-Organisationen, Kliniken und Ärzten angeboten.

Zielgruppe

Menschen ab 60 Jahren, Behinderte und Langzeitpatienten sowie pflegende Angehörige

Trägerschaft

Pro Senectute Kanton Zürich

Kontakt

Pro Senectute Home

Dorfstrasse 78

8706 Meilen

Telefon: 058 451 53 22

E-Mail: home.pfannenstiel@pszh.ch

Website: www.pszh.ch/home

Senioren für Senioren Uetikon am See

Dienstleistung	Für ältere Personen bieten aktive Seniorinnen und Senioren folgende Dienstleistungen an: • Fahrdienst, Begleitung beim Einkaufen • Schriftliche Arbeiten und Steuererklärungen • Kleinere Reparaturen, Nähen, Bügeln • Hilfe im Garten • Unterhaltungsnachmittage • Besuche
Zielgruppe	Alle Einwohnerinnen und Einwohner aus Uetikon am See in der zweiten Lebenshälfte
Trägerschaft	Gemeinnütziger Frauenverein
Kontakt	Allgemein: Peter Stämpfli Tuntelnstrasse 22 8707 Uetikon am See Telefon: 079 207 18 40 E-Mail: sfs@frauenverein-uetikon.ch Website: www.frauenverein-uetikon.ch für Dienstleistungen: Telefon: 079 281 01 60

Besuchsdienst zu Hause Oberer Zürichsee

Dienstleistung	Wünschen Sie sich Besuch? Menschen, die regelmässig in ihrem Zuhause besucht werden möchten, laden wir herzlich ein, sich bei der Vermittlungsstelle zu melden. Freiwillige Besucherinnen und Besucher, die von Pro Senectute auf die Aufgabe vorbereitet wurden, schenken Ihnen gerne Zeit. Das Angebot ist kostenlos.
Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren aus Uetikon am See
Trägerschaft	Verein Besuchsdienst Zuhause Oberer Zürichsee
Kontakt	Gebietsvertretung: Kathrin Portmann, kathrin.portmann@gmx.ch Sigrid Daenzer-Brandtner (Leiterin Vermittlungsstelle) Im Russer 3e, 8708 Männedorf Telefon: 079 274 47 05 E-Mail: sr.daenzer@bluewin.ch Website: www.besuchsdienst-obererzuerichsee.ch

Gipfeltreffen Zürichsee

Dienstleistung	Eine wöchentliche Gesprächs- und Aktivierungsgruppe ermöglicht gemeinsame Aktivitäten wie spazieren, spielen, philosophieren, singen, basteln, gemeinsam essen u.a.m.. Die regelmässigen Kontakte unter Gleichgesinnten, die Anregungen und Erlebnisse tragen zur Erhaltung und Weiterentwicklung der individuellen Ressourcen der Teilnehmenden bei. Professionelle Anleitung und Begleitung durch freiwillig Mitarbeitende.
Zielgruppe	Frauen und Männer mit demenziellen Erkrankungen, mit Gedächtnis- oder Orientierungsschwierigkeiten.
Trägerschaft	Forum für angewandte Gerontologie
Kontakt	Miriam Sticher Telefon: 044 980 29 09 E-Mail: mosticher@bluewin.ch

Entlastungsdienst Kanton Zürich

Dienstleistung	Brauchen Sie Hilfe im Alltag? Oder betreuen Sie eine nahestehende Person und suchen Unterstützung? Wir bieten: • die Pflege von sozialen Kontakten ermöglichen • Gespräche führen • Spaziergänge unternehmen • Besuche im Pflegeheim machen • vorlesen • beim Einkauf und Essen zubereiten unterstützen • im Haushalt helfen
Zielgruppe	Menschen jeden Alters
Trägerschaft	Entlastungsdienst Kanton Zürich
Kontakt	Schaffhauserstrasse 358, 8050 Zürich Telefon: 044 741 13 30 E-Mail: zh@entlastungsdienst.ch Website: www.entlastungsdienst.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz

Dienstleistung	Kommt Ihnen Ihr Alltag manchmal wie ein Hindernislauf vor? Fällt es Ihnen schwer, das tägliche Leben allein zu meistern? Das Zürcher Rote Kreuz hilft Ihnen, ein selbständiges Leben zu führen. • Fahrdienst • Notruf-System • Rotkreuz-Duo (Unterstützung im Alltag) • Rotkreuz-Grüezi (telefonischeR Besuchsdienst)
Trägerschaft	SRK Kanton Zürich Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich
Kontakt	Telefon: 044 388 25 25 E-Mail: info@srk-zuerich.ch Website: www.srk-zuerich.ch

Entlastungsdienst Alzheimer Zürich

Dienstleistung

Alzheimer Zürich bietet betreuenden Angehörigen und allein lebenden Personen mit einer Demenzerkrankung eine regelmässige stundenweise Entlastung an. Der Alltagsablauf, die gewohnten Aktivitäten und die Vorlieben der Klienten sind die Grundlage der Betreuung. Vielfältige Angebote wie Spaziergehen, Einkaufen, gemeinsames Kochen, Hausarbeit, Gedächtnistraining, kreative Gestaltung, Ausflüge und Museumsbesuche werden angeboten.

Entlastung eröffnet neue Freiräume und steigert die Lebensqualität. Wir unterstützen mittels spezieller Tarife finanziell schwächer gestellte Familien.

Zielgruppe

Frauen und Männer mit Demenzerkrankungen und ihre Angehörigen

Kontakt

Alzheimer Zürich
Seefeldstrasse 62
8008 Zürich
Telefon: 043 499 88 63
E-Mail: info@alz-zuerich.ch
Website: www.alz-zuerich.ch

Spital Männedorf (mit Akutgeriatrie)**Dienstleistung**

Wir stellen die medizinische Grundversorgung in der Region sicher – von der medizinischen Erstversorgung bis zur Nachbehandlung und Rehabilitation. Unsere 750 Mitarbeitenden behandeln und betreuen jährlich rund 36'000 Menschen. Mit unserer pflegerischen und medizinischen Fachkompetenz sowie der modernen Infrastruktur erhalten alle Patienten und jede Patientin eine individuell abgestimmte Behandlung.

Seit Sommer 2015 bieten wir Komplexbehandlungen an für akutgeriatrische Patienten. Wenn sich der Gesundheitszustand bei älteren Menschen rapide verschlechtert und ein stationärer Aufenthalt in einer akutgeriatrischen Spitalabteilung angezeigt ist, gilt es, den Patienten und dessen Ressourcen sowie sein soziales Umfeld ganzheitlich zu erfassen. Ziel der akutgeriatrischen Massnahmen ist es, dem drohenden Verlust der Selbstständigkeit entgegenzuwirken. Nach dem Spitalaufenthalt sollen die Patienten in ihre alte Umgebung zurückkehren und ihre gewohnte Lebensweise wieder aufnehmen können.

Zielgruppe

Die Bevölkerung des rechten Zürichseeufers und der Pfannenstielregion

Trägerschaft

Aktiengesellschaft im Besitz der Gemeinden: Erlenbach, Herrliberg, Hombrechtikon, Küsnacht, Männedorf, Meilen, Stäfa, Uetikon am See

Kontakt

Spital Männedorf AG
Asylstrasse 10
8708 Männedorf
Telefon: 044 922 22 11
E-Mail: info@spitalmaennedorf.ch
Website: www.spitalmaennedorf.ch

TIXI Zürich

Dienstleistung

Die Aufgabe von TIXI ist der Betrieb eines Fahrdienstes für dauerhaft mobilitätseingeschränkte Menschen, welche den öffentlichen Verkehr nicht ohne Hilfe nutzen können. Der Fahrdienst ermöglicht die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben und die Pflege sozialer Kontakte.

Trägerschaft

TIXI Zürich – Fahrdienst für Menschen mit Behinderung
Mühlezelgstrasse 15
8047 Zürich

Kontakt

Information Mitgliedschaft:

Telefon: 044 404 13 80

E-Mail: info@tixi.ch

Website: www.tixi.ch

Fahrauftrag nur telefonisch:

Telefon: 0848 00 20 60

Alterszentrum Lanzeln

Dienstleistung

Das öffentliche Alterszentrum Lanzeln (AZL) in Stäfa bietet vorzugsweise (hoch-)betagten Einwohnerinnen und Einwohner der Gemeinde ein persönliches Zuhause. Neben den Langzeitaufenthalten bietet es auch Tagesaufenthalte an. Dieses Angebot richtet sich an Menschen, welche zu Hause leben und von ihren Angehörigen betreut und gepflegt werden. Eine bedürfnisgerechte und individuelle Betreuung und Pflege mit der Integration in die Tagesaktivitäten auf den Wohnbereichen gehören zu dieser Dienstleistung. Die Angehörigen erhalten so eine regelmässige Entlastung in ihren täglichen, pflegerischen Aufgaben.

Trägerschaft

Alterszentrum Lanzeln
Bahnhofstrasse 58
8712 Stäfa

Kontakt

Bewohneradministration Lanzeln
Telefon: 044 928 91 35 oder 044 928 91 38
E-Mail: bewohneradministration@lanzeln.ch
Website: www.lanzeln.ch

Umzugshilfe

Dienstleistung

Wenn Senioren umziehen: Wir planen und organisieren alles. Eine Ansprechperson, eine Rechnung.

- Planung, Organisation und Koordination
- Verpacken, Entsorgung
- Reinigung, Wohnungsabgabe
- Umzug, Auspacken und Einräumen
- Administrative Arbeiten: Umleitung Post, Telefon, TV usw.
- Individuelle Aufgaben

Zielgruppe

Die Dienstleistung richtet sich an Menschen, die ihre Wohnung verlassen und bei der Organisation und Koordination eine Hilfe wünschen oder benötigen.

Trägerschaft

Pro Senectute Kanton Zürich

Kontakt

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Pfannenstiel
Dorfstrasse 78
8706 Meilen
E-Mail: umzugshilfe@psz.ch
Website: www.psz.ch

Casa Gusto

Dienstleistung	Mit CasaGusto, dem neuen Mahlzeitenangebot von Pro Senectute Kanton Zürich, werden feine Gerichte, auf dem Teller angerichtet, innert 24 Stunden per Post direkt an die Haustür geliefert.
Zielgruppe	Einwohner/innen von Uetikon am See
Trägerschaft	Pro Senectute Kanton Zürich
Kontakt	Casa Gusto Pro Senectute Kanton Zürich Telefon: 058 451 50 50 Website: www.casa-gusto.ch

Gourmet Domizil

Dienstleistung	Die Mahlzeiten werden frisch produziert und portionenweise vakuumiert. Lieferung entweder im Beutel zur Erwärmung im Wasserbad oder angerichtet auf einem Kunststoffteller für die Mikrowelle. Die Kunden können täglich oder unregelmässig nach Bedarf bestellen. Beahlt wird Ende Monat mit Einzahlungsschein.
Zielgruppe	Einwohner/innen von Uetikon am See
Trägerschaft	Gourmet Domizil
Kontakt	Gourmet Domizil Oberglatterstrasse 35 8153 Rümlang Telefon: 044 271 55 66 E-Mail: mahlzeiten@gourmet-domizil.ch Website: www.gourmet-domizil.ch

Samariterverein Uetikon am See

Dienstleistung	• Ausleihe von Rollstühlen • Erteilen von Kursen "Notfälle im Alter" und "Pflege zu Hause"
Zielgruppe	• Für alle Interessierten • Gehbehinderte Personen und Personen, die zu Hause ältere Menschen betreuen oder teilweise pflegen
Trägerschaft	Samariterverein Uetikon am See
Kontakt	Susanne Hämmig (Präsidentin) Bergstrasse 210, 8707 Uetikon am See Telefon: 044 920 52 57 Mobile: 079 613 51 07 E-Mail: susanne.haemmig@gmx.ch

pro audito zürich – Organisation für Menschen mit Hörproblemen

Dienstleistung	• Hörtraining und Lippenlesen • Lautsprachbegleitende Gebärden • CI-Treffpunkte • Tinnitus-Treffpunkte • Gesellschaftliche Veranstaltungen und Ausflüge • Beratungen "Betroffene beraten Betroffene" • Referate zum Thema "Rund ums Hören"
Zielgruppe	Menschen jeden Alters mit einem Hörproblem, deren Angehörige sowie Interessierte
Trägerschaft	pro audito Zürich Oerlikonerstrasse 98 8057 Zürich
Kontakt	Pro audito Zürich, Seestrasse 45, Postfach, 8002 Zürich Telefon: 044 202 08 26 E-Mail: info@proaudito-zuerich.ch

Hobby, Sport, Weiterbildung

Senioren-Wandergruppe

Dienstleistung	• Leichtere Tages- und Nachmittagswanderungen • Besichtigungen • Anfang Dezember: Jahresend-Nachmittag aller Wanderteilnehmer
Zielgruppe	Alle wanderfreudigen Personen in der zweiten Lebenshälfte
Trägerschaft	Senioren-Wandergruppe Uetikon am See (kein Verein). Ein Team von sieben Leiterinnen und Leitern bilden den Kern der Gruppe. Wir benützen ausschliesslich öffentliche Verkehrsmittel.
Ort und Zeit	Aushang der Wanderprogramme im Schaukasten vor der Turnhalle Rossweid
Kosten	Günstiges SBB-Gruppenbillett, kleiner Unkostenbeitrag pro Person und Wanderung
Kontakt	Heinrich Stettler Rinderweid 3 8707 Uetikon am See Telefon: 044 920 20 82 oder Theo Willhelm Lindernstrasse 15 8707 Uetikon am See Telefon: 044 860 05 94 E-Mail: theo.wilhelm@bluewin.ch

Männerriege

Dienstleistung

Fitnessstraining unter Anleitung von ausgebildeten Fitnesstrainer/-innen. Anschliessend Spiele: Unihockey, Basketball, Badminton, etc. (freiwillig) anschliessend gemütliches Beisammensein.

- Nordic Walking jeden Dienstagmorgen (freiwillig)
- 2-tägige Vereinswanderung jährlich
- Neujahresessen mit Ehefrauen und Lebenspartnerinnen
Ausflüge und Besichtigungen während der Sommerferien
- Mithilfe an Veranstaltungen:
Verpflegungsstand Ironman Rapperswil-Jona
Bewirtschaftung des Raclettezeltes an der Chilbi

Zielgruppe

Männer ab 50 Jahren aufwärts

Trägerschaft

Männerriege Uetikon am See
Wir sind ein unabhängiger und selbständiger Fitness- und Freizeitverein.

Ort und Zeit

Turnhalle Rossweid, Uetikon am See
Fitnessstraining Donnerstags von 20.00 Uhr – 21.00 Uhr
Spiele von 21.00 Uhr – 21.30 Uhr

Nordic Walking Dienstagmorgen von 8.30 Uhr – ca. 10.00 Uhr
ab Nissan-Garage, Talstrasse, Uetikon am See

Kontakt

Franz Schälchli (Präsident)
Weidächerstrasse 20
8706 Meilen
Telefon: 079 686 86 44
E-Mail: fraese.schaelchli@bluewin.ch
Website: www.mrue.ch

Senioren-Riege Uetikon am See

Dienstleistung

Wir bieten dem Alter angepasste Turnstunden an.

Wir wollen:

- unserer Gesundheit Sorge tragen
- die Beweglichkeit und die Fitness fördern
- die Lebensqualität erhalten
- weder rosten noch rasten
- unsere Kontakte weiterhin pflegen

Einmal in der Woche fördern wir unsere Kondition bei Gymnastik, Spiel, Bewegung und Sport. Jeder entscheidet selbst, ob und wie weit er die Übungen mitmacht.

Zielgruppe

Männer im Pensionsalter

Trägerschaft

Als Untersektion des Turnvereins Uetikon am See sind wir dem Zürcher Turnverband (ZTV) und dem Schweizerischen Turnverband (STV) angeschlossen. In diesem Rahmen sind unsere Mitglieder gegen Unfälle versichert.

Ort und Zeit

Turnhalle Rossweid
Mittwoch, 15.30 Uhr – 17.00 Uhr
anschliessend freiwilliger, geselliger Höck

Kontakt

Urs Aepli (Präsident)
Schlosserrainstrasse 5
8707 Uetikon am See
Telefon: 044 923 40 34
E-Mail: urs.aepli@outlook.ch
Website: www.tv-uetikon.ch

Frauenturnverein – Wellnessturnen und Abendturnen

Dienstleistung

- Gymnastik
- Allgemeine Muskelkräftigung
- Beckenbodenübungen
- Dehnungs- und Entspannungsübungen

Dies alles steigert das körperliche Wohlbefinden der Frauen, die fit bleiben oder fit werden wollen.

Zielgruppe

Aktive, bewegungsfreudige Frauen

Trägerschaft

Frauenturnverein Uetikon

Ort und Zeit

Turnhalle Riedwies
Dienstag, 09.00 Uhr – 10.30 Uhr (Walking)
Mittwoch, 14.00 Uhr – 15.00 Uhr
Mittwoch, 20.00 Uhr – 21.30 Uhr
Schnuppertrainings jederzeit möglich

Kontakt

Marlies Rusch
Bergstrasse 140
8707 Uetikon am See
Telefon: 044 920 11 70
E-Mail: marlies.rusch@bluewin.ch
Website: www.ftvuetikon.ch

Fit / Gym leicht

Dienstleistung	Beschwingtes Bewegungsprogramm ohne Bodenübungen für Personen mit geringer Fitness (auch mit Bewegungseinschränkungen).
Zielgruppe	Frauen und Männer im Pensionsalter
Trägerschaft	Pro Senectute Kanton Zürich
Zeit	Freitag, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr siehe auch www.pszh.ch/aktivitaeten
Kursleitung	Susanna Schinzel
Kontakt	Pro Senectute Kanton Zürich Bewegung und Sport Telefon: 058 451 51 85 E-Mail: sport@pszh.ch

Qigong für Seniorinnen und Senioren

Dienstleistung	Gesundheitsübungen aus dem alten China, die das Gleichgewicht schulen und den Atem regulieren.
Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren
Ort und Zeit	Riedstegsaal Bergstrasse 111 8707 Uetikon am See jeweils Donnerstags 10.30 – 11.30 Uhr
Kontakt	Ursula Kuttner Telefon: 044 790 45 05 E-Mail: kuttu@bluewin.ch

Begleitetes Tanzen "Darf ich bitten?"

Dienstleistung	Tanznachmittage mit einer DJane, Gastgeberinnen und Taxidancern
Zielgruppe	Tanzfreudige Frauen und Männer, mit und ohne Gedächtnisschwierigkeiten
Ort und Zeit	Martinszentrum, Chilesaal, 2. Stock (rollstuhlgängig), Stelzenstrasse 27, 8706 Meilen Jeweils am letzten Montag im Monat, von 14.00 Uhr – 16.00 Uhr
Kontakt	Ernst Johannes Krapf Telefon: 044 793 10 20 E-Mail: kontakt@darf-ich-bitten.org Website: www.darf-ich-bitten.org

Everdance

Dienstleistung	Walzer, Cha-Cha-Cha oder Disco Fox ohne Partnerin oder Partner tanzen. Einfache Tanzschritte werden zu kleinen Choreografien verbunden, die Sie allein oder in der Gruppe tanzen.
Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren
Variante 1	Tanz Akademie, Seestrasse 117, 8707 Uetikon am See Donnerstag, 10.00 Uhr – 10.50 Uhr Kursleiterin: Verena Pickart Demont
Variante 2	Riedsteg Saal, Bergstrasse 111, 8707 Uetikon am See Dienstag, 14.30 Uhr – 15.20 Uhr oder www.pszh.ch/aktivitaeten
Kontakt	Pro Senectute Kanton Zürich, Bewegung und Sport Telefon: 058 451 51 85 E-Mail: sport@pszh.ch

Dalcroze Rhythmik für Senioren

Dienstleistung	In der Rhythmik nach Emilie Jaques-Dalcroze leitet eine professionell ausgebildete Lehrperson Bewegungsmuster an zu live Klaviermusik. Durch die erlebbare Wechselwirkung zwischen musikalischen, körperlichen und emotionalen Erfahrungen werden gleichzeitig Gehirn und Körperfunktionen trainiert.
Zielgruppe	Alle Frauen und Männer, welche Freude an der Bewegung zu Musik haben, gezielt das Sturzrisiko senken und die Multitaskfähigkeit des Hirns verbessern möchten.
Trägerschaft	Verein Erwachsenen- und Seniorenrhythmik nach Dalcroze
Ort und Zeit	Riedstegsaal Bergstrasse 111 8707 Uetikon am See jeweils Freitag, 11.20 Uhr – 12.10 Uhr
Kontakt	Susanne Guggisberg Telefon: 077 454 90 06 E-Mail: susanne.guggisberg@gmx.ch

Tennis für Senioren / Seniorinnen

Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren mit Tennispraxis, die ihre Fitness und Kondition für Psyche und physische Leistungsfähigkeit erhalten oder fördern möchten.
Trägerschaft	Pro Senectute Ortsvertretung Meilen
Ort und Zeit	Frühling bis Herbst: Tennisplätze beim Schulhaus Allmend, Meilen Winter: nach Absprache April & Oktober: Dienstag, Donnerstag, Freitag, 10.00 – 12.00 Uhr Mai – Sept.: Dienstag, Donnerstag, Freitag, 09.00 – 11.00 Uhr
Kontakt	Willy Atz General-Wille-Strasse 100 8706 Feldmeilen Telefon: 044 923 83 79 E-Mail: wilat@hispeed.ch

Aqua-Fitness – Aqua Gymnastik

Trägerschaft	Pro Senectute, Kanton Zürich
Beschreibung	Vielfältiges Training im Wasser für Personen mit leichter Fitness.
Ort und Zeit	Hallenbad Meilen, Toggwilerstrasse 38, 8707 Meilen Montag: 11.30 – 12.15 Uhr, 12.15 – 13.00 Uhr, 13.00 – 13.45 Uhr Hallenbad Männedorf, Haldenstrasse 55, 8708 Männedorf Donnerstag: 17.30 – 18.15 Uhr, 18.15 – 19.00 Uhr oder www.pszh.ch/aktivitaeten
Kontakt	Pro Senectute Kanton Zürich, Bewegung und Sport Telefon: 058 451 51 85 E-Mail: sport@pszh.ch

Nordic Walking Egg / Meilen Vorderer Pfannenstiel

Dienstleistung	Vielfältiges Nordic Walking für Personen mit leichter Fitness.
Zielgruppe	für alle ab 60 Jahren
Trägerschaft	Pro Senectute Kanton Zürich
Ort und Zeit	Parkplatz Vorderer Pfannenstiel Herrenweg / Pfannenstielstrasse, 8706 Meilen Donnerstag, 14.15 Uhr – 15.45 Uhr
Kursleitung	Chris Häfeli
Kontakt	Pro Senectute Kanton Zürich, Bewegung und Sport Telefon: 058 451 51 85 E-Mail: sport@pszh.ch oder www.pszh.ch/aktivitaeten

Nordic Walking Meilen

Dienstleistung	Vielfältiges Nordic Walking für Personen mit leichter Fitness.
Zielgruppe	für alle ab 60 Jahren
Trägerschaft	Pro Senectute Kanton Zürich
Ort und Zeit	Parkplatz (Hallenbadeingang) Sportzentrum Allmend Burgstrasse 160, 8706 Meilen Dienstag, 9.30 – 10.45 Uhr
Kursleitung	Brigitte Moser
Kontakt	Pro Senectute Kanton Zürich, Bewegung und Sport Telefon: 058 451 51 85 E-Mail: sport@pszh.ch oder www.pszh.ch/aktivitaeten

Uetiker Treff

Dienstleistung	Die offene Werkstatt ist eingerichtet für Holz- und Metallarbeiten sowie für Elektronik und Computer. Nach einer Einführung kann jedes Vereinsmitglied die Werkstatt nutzen zum Reparieren, Tüfteln und Gestalten. Wir helfen auch gerne, wo immer wir können.
Zielgruppe	Einwohnerinnen und Einwohner
Ort und Zeit	Bergstrasse 97 Mittwoch, 14.00 – 17.00 Uhr Samstag, 09.00 – 12.00 Uhr / 13.00 – 16.00 Uhr
Kontakt Verein	Cornelia Camenzind, Oeltrottenstrasse 54, 8707 Uetikon am See 044 920 57 65 (bitte Beantworter benutzen) www.uetikertreff.ch , info@uetikertreff.ch
Kontakt Werkstatt	Fredi Wymann, Lindenstrasse 67, 8707 Uetikon am See 078 821 36 07, info@uetikertreff.ch

Seniorenchor am Zürichsee – Silberklang

Dienstleistung	Singen von Werken quer durch die Jahrhunderte, verschiedene Stile, geistliche und weltliche Musik. Stimmbildung, Auftritte und Konzerte.
Zielgruppe	Frauen und Männer ab 60 Jahren
Ort und Zeit	Jeden zweiten Donnerstag 14.30 Uhr – 16.00 Uhr im Riedstegsaal, Bergstrasse 111, 8707 Uetikon
Kontakt	Daniela Guex-Joris Telefon: 079 464 31 22 E-Mail: chguexjo@bluewin.ch

Doppelquartett Uetikon

Dienstleistung	Singen fördert die Konzentration, Singen trainiert das Gedächtnis, Singen befreit vom Alltagsstress und stärkt die Abwehr. Unser Chörli besteht zur Zeit aus lauter Senioren und wir bieten Kameradschaft, Gemütlichkeit und ein breites Repertoire an Liedern.
Zielgruppe	Frauen und Männer jeden Alters mit Freude am Singen
Ort und Zeit	Haus Riedsteg, Vereinszimmer Riedsteg, 1. OG, Bergstrasse 109 variabel alle 14 Tage
Kontakt	Heinz Scherz Telefon: 044 920 12 26 E-Mail: scherz@goldnet.ch

Computeria – Computerschule für Seniorinnen und Senioren

Dienstleistung	Fachliche Unterstützung für Computer (PC und Mac), Tablets und Smartphones Wir bieten: • Diverse, individuelle Kurse für Einsteiger und Fortgeschrittene • Anlässe zu digitalen Themen • Technische Unterstützung in der Computeria oder bei Ihnen zuhause
Zielgruppe	Jung und Alt
Trägerschaft	Verein Computeria Meilen
Ort und Zeit	Schulhausstrasse 23, c/o Treffpunkt Meilen (DOP), 8706 Meilen
Kontakt	Computeria Meilen, c/o Treffpunkt Meilen, Schulhausstrasse 27 (Unterer Dorfplatz), 8706 Meilen Telefon: 076 309 45 52 E-Mail: info@computeriameilen.ch Website: www.computeriameilen.ch

Bibliothek

Dienstleistung

Ausleihe von

- Büchern: Romane, Biografien, Ratgeber, Sachbücher, Reiseführer, Kunstbände, Bildbände, Grossdruckbücher, Zeitschriften
- E-Books, Hörbücher, DVDs
- Sprachkurse

Zielgruppe

Personen jeden Alters

Trägerschaft

Gemeinde Uetikon am See

Ort und Zeit

Zentrum Riedsteg
Bergstrasse 105
8707 Uetikon am See

Öffnungszeiten:

Montag	12.00 Uhr – 19.00 Uhr
Dienstag	geschlossen
Mittwoch	08.00 Uhr – 18.00 Uhr
Donnerstag	12.00 Uhr – 18.00 Uhr
Freitag	12.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag	09.30 Uhr – 13.00 Uhr

In den Sommerferien jeden Montag von 12.00 Uhr – 19.00 Uhr offen.
In den anderen Schulferien Montag, Donnerstag und Samstag geöffnet.

Kosten

Jahresbeitrag CHF 60.00

Kontakt

Telefon: 044 922 71 81

E-Mail: bibliothek@uetikonamsee.ch

Onlinekatalog:

www.bibliotheken-zh.ch/uetikon-am-see

Kurse – Literatur – Spielen

Dienstleistung	• Sprachkurse: Englisch, Italienisch, Spanisch, Französisch • Weiterbildungskurse • Besichtigungen • Literaturclub • Kulturspass • Webatelier • Ludothek • Jass-Nachmittag • Frauenstamm
Zielgruppe	Einwohnerinnen und Einwohner von Uetikon am See
Trägerschaft	Frauenverein Uetikon
Ort und Zeit	Auf Anfrage
Kontakt	Regina Schellpeper-Kuhn Telefon: 043 928 30 28 E-Mail: praesidentin@frauenverein-uetikon.ch Website: www.frauenverein-uetikon.ch

Jahrgänger Reiseverein

Dienstleistung

Gemütliches Beisammensein, verbunden mit:

- drei Höcks und Generalversammlung
- 2 Reisen
- Jahresabschluss-, Advents- oder Chlausfeier

Zielgruppe

Altersgrenze spielt keine Rolle, ab 50 Jahren willkommen (jeder Jahrgang!)

Trägerschaft

Jahrgänger Reiseverein Uetikon am See

Kontakt

Alice Hämmig

Höbelistrasse 7

8707 Uetikon am See

Telefon: 044 920 36 82

E-Mail: alice.haemmig@gmx.ch

Forum für angewandte Gerontologie

Dienstleistung

Die Stiftung fördert den Transfer von wissenschaftlichen Erkenntnissen in praktischen Anwendungen für aktuelle Fragen der angewandten Gerontologie. Sie organisiert jährlich vier öffentliche Fachreferate zu alters- resp. gerontologischen Aspekten mit Diskussion und anschliessendem Apéro im Haus Wäckerling. Zusätzlich unterstützt sie Initiativen und Projekte, welche die Förderung der Lebensqualität zum Ziel haben.

Zielgruppe

alle Interessierten

Trägerschaft

Stiftung Forum angewandte Gerontologie

Kontakt

Forum angewandte Gerontologie
c/o Haus Wäckerling
Tramstrasse 55
8707 Uetikon am See
Telefon: 043 843 37 11
Website: www.forum-gerontologie.ch

Wohnen

Haus Wäckerling

Dienstleistung

Regionales Pflege- und Betreuungszentrum, welches auf Geriatrie, Menschen mit Demenz oder psychischen Behinderungen ausgerichtet ist. Merkmale sind die ausgebaute, regelmässige ärztliche psychiatrische Betreuung, die professionelle Physiotherapie, das Atelier und die geschützte Werkstätte sowie wöchentlich Gottesdienst, kulturelle Anlässe, Dentalhygiene und individuelle Betreuung in Gruppen.

Zielgruppe

Ältere und körperlich beeinträchtigte Personen aus dem Kanton Zürich mit primärer Aufnahme aus den Gemeinden Uetikon am See und Meilen

Trägerschaft

averecura holding AG
Tramstrasse 55
8707 Uetikon am See

Kontakt

Xaver Miethlich (Heimleitung)
Telefon: 043 843 37 11
E-Mail: info@hauswaeckerling.ch
Website: www.hauswaeckerling.ch

Clenia Bergheim – psychiatrische und somatische Langzeitpflege**Dienstleistung**

Unser Angebot ist ausgerichtet auf die psychiatrische sowie somatische Pflege und Betreuung für ältere Menschen. Eine fachlich kompetente medizinische und pflegerische Behandlung wird rund um die Uhr gewährleistet. Um auf die verschiedenen Bedürfnisse der zu betreuenden Menschen einzugehen, bieten wir einerseits Stationen mit offener Wohnform oder geschützte Stationen mit schöner Gartenanlage an. Unser Ziel ist es, Lebensqualität und Unabhängigkeit unserer Bewohner weitestmöglich zu erhalten. Unser öffentliches Restaurant "Panorama" ist ein beliebter Treffpunkt für alle und bietet mit der Sonnenterrasse einen unvergesslichen Blick auf den Zürichsee.

Trägerschaft

Hinderer Holding AG
8618 Oetwil am See

Kontakt

Clenia Bergheim
Telefon: 044 929 87 11
E-Mail: info.bergheim@clenia.ch
Website: www.clenia.ch

Stöckli – Genossenschaft für Alterswohnungen

Dienstleistung

Das Stöckli I wurde 1975 erstellt. Nur fünf Minuten vom Zentrum Uetikon am See entfernt, stehen 34 verschiedene Wohnungseinheiten zur Wahl (1 ½ und 2 ½ Zimmer). Den Bewohnern steht ein Aufenthaltsraum mit Küche und grosser Dachterrasse zur Verfügung.

Das Stöckli II wurde 2006 erstellt. Die Überbauung liegt in einem ruhigen Gebiet in der Nähe von Läden, Bushaltestelle und Naherholungsgebiet. Im Stöckli II stehen unterschiedlich grosse, hindernisfreie Mietwohnungen mit einem grosszügigen Gemeinschaftsraum zur Wahl.

Zielgruppe

Frauen und Männer ab +/- 60 Jahren, die eine persönliche Beziehung zu Uetikon am See haben.

Trägerschaft

Genossenschaft (durch Vorstand geführt)
8707 Uetikon am See

Kontakt

Katharina Hunziker (Vermietungen)
Kleindorfstrasse 14b
8707 Uetikon am See
Telefon: 044 920 17 18
E-Mail: kaethihunziker@sunrise.ch
Website: www.stoeckli-uetikon.ch

Lebenshilfe

Reformierte Kirchgemeinde

Dienstleistung

- Gottesdienste in der Kirche und in den Heimen
- Seelsorge und Besuchsdienst
- Seniorennachmittage und -ausflüge, ökumenisch
- Angebote für Begegnung und Gemeinschaft:
Mittwochs-Kafi wöchentlich
Poschti-Kafi monatlich
- Seniorenferien
- Diverse Erwachsenenbildungsangebote

Zielgruppe

- Vorwiegend reformierte Bevölkerung

Trägerschaft

Reformierte Kirchgemeinde Uetikon am See

Kontakt

Dorothee Nadler, Sozialdiakonin

Bergstrasse 107

8707 Uetikon am See

Mobile: 077 482 45 40

E-Mail: dorothee.nadler@ref-uetikon.ch

Website: www.ref-uetikon.ch

Katholische Pfarrei St. Stephan Männedorf-Uetikon

Dienstleistung

- Seelsorge
- Besuche
- Seniorennachmittage und -ausflüge
- Gottesdienste in den Altersheimen
- Bildungsangebote

Zielgruppe

- Vorwiegend katholische Bevölkerung
- Diverse Angebote werden ökumenisch veranstaltet

Trägerschaft

Katholische Pfarrei St. Stephan Männedorf-Uetikon

Kontakt

Jutta Kriesel
Franziskus-Zentrum
Tramstrasse 32
8707 Uetikon am See
Telefon: 044 922 00 53
E-Mail: j.kriesel@kath-maennedorf-uetikon.ch
Website: www.kath-maennedorf-uetikon.ch

Freie Evangelische Gemeinde

Dienstleistung

- Jeweils am Sonntag treffen wir uns um 10.00 Uhr zum Gottesdienst
- Es gibt in unregelmässigen Abständen Senioren-Nachmittage, an denen Begegnung und Gemeinschaft im Mittelpunkt stehen
- Bei Bedarf steht der Pastor jedem und jeder als Seelsorger zur Verfügung
- Weitere Veranstaltungen und Informationen sind unter www.feg-uetikon.ch ersichtlich

Zielgruppe

Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren

Trägerschaft

Freie Evangelische Gemeinde Männedorf / Uetikon
Bühlstrasse 3
8707 Uetikon am See
Website: feg-uetikon.ch

Kontakt

E-Mail: pastor@feg-uetikon.ch
Telefon: tagsüber: Stefan Schmid, 077 450 49 14
abends: Stefan Kunz, 076 370 31 86

Stiftung "Uetiker Tanne"

Dienstleistung	Finanzielle Unterstützung von öffentlichen und privaten gemeinnützigen Organisationen sowie Einzelpersonen in den Bereichen Gesundheit, Fürsorge und Kultur
Zielgruppe	Personen jeden Alters in Uetikon am See
Trägerschaft	Stiftung "Uetiker Tanne" der ehemaligen Sparkasse Uetikon am See
Kontakt	Martin Meier Blumentalstrasse 49 8707 Uetikon am See Telefon: 079 422 28 60 E-Mail: martin.meier8707@bluewin.ch

Hilfsverein

Dienstleistung	Finanzielle Unterstützung in Notfällen
Zielgruppe	Bedürftige Personen mit Wohnsitz in Uetikon am See
Trägerschaft	Hilfsverein Uetikon am See
Kontakt	Ruth Schaub Kirchenrainweg 7 8707 Uetikon am See Telefon: 044 920 00 01 / 079 617 59 72 E-Mail: ruthli.schaub@bluewin.ch

Winterhilfe

Dienstleistung	Finanzielle unbürokratische Soforthilfe
Zielgruppe	In Uetikon am See wohnhafte Personen in Notsituationen
Trägerschaft	Winterhilfe Zürich
Kontakt	Winterhilfe Zürich Limmatstrasse 114 8005 Zürich Telefon: 044 271 26 48 E-Mail: zuerich@winterhilfe.ch Website: www.zh.winterhilfe.ch

Freiwilligenarbeit

Eltern-Kind-Zentrum MEMORY

Dienstleistung

"Kinderhüeti im MEMORY": Unter fachkundiger Leitung Kleinkinder bis ins Kindergartenalter betreuen.

"Wir sprechen Deutsch": Als Moderator/-in ein Gespräch von fremdsprachigen, Deutsch lernenden Erwachsenen leiten.

Kontakt

Betriebsleiterin

Alexandra Gerlof

Telefon: 044 922 72 47

E-Mail: memory@uetikonamsee.ch

In der Schule mithelfen

Dienstleistung

In einer Schulklasse der Unter-, Mittelstufe oder Sek als Assistenz der Lehrperson mithelfen.

Kontakt

Sandra Fischer

Telefon: 044 922 71 10

E-Mail: sandra.fischer@schule-uetikon.ch

Senioren für Senioren

Dienstleistung

Mitarbeit bei Senioren für Senioren (Fahrdienst, Hilfe im Haus und Garten usw.)

Kontakt

Peter Stämpfli

Telefon: 079 207 18 40

E-Mail: sfs@frauenverein-uetikon.ch

Besuche im Heim

Dienstleistung Regelmässige Besuche von Bewohnerinnen und Bewohnern im Heim (Spaziergänge, Kaffeetrinken, spielen, vorlesen usw.)

Kontakt Haus Wackerling
Telefon: 043 843 37 11
Website: www.hauswaeckerling.ch
E-Mail: info@hauswaeckerling.ch

Clenia Bergheim
Larissa Matyas
Telefon: 044 929 87 11
Website: www.clenia.ch

Besuch zu Hause

Dienstleistung Regelmässige Besuche bei älteren Frauen und Männern, die in ihren eigenen vier Wänden wohnen, aber oft alleine sind. (Spaziergänge, Kaffeetrinken, spielen, vorlesen usw.)

Kontakt Besuchsdienst Zuhause Oberer Zürichsee
Sigrid Daenzer
Telefon: 079 274 47 05
E-Mail: sr.daenzer@bluewin.ch

Sitzwache im Spital Männedorf – wachen und begleiten!

Dienstleistung Unruhige, schwerkranke oder sterbende Menschen im Spital Männedorf abends und in der Nacht begleiten, damit sie nicht alleine sind und die Angehörigen entlastet werden.

Kontakt Verein Sitzwache
Verena Fässler, Präsidentin
Telefon: 043 843 59 81
E-Mail: verena-faessler@bluewin.ch
vereinsitzwache@spitalmaennedorf.ch

Gipfeltreffen Zürichsee

Dienstleistung Mitarbeit beim Gipfeltreffen, der Gesprächs- und Aktivierungsgruppe für Menschen mit Gedächtnis- und Orientierungsschwierigkeiten.

Kontakt Miriam Sticher
Telefon: 044 980 29 09
E-Mail: mosticher@bluewin.ch

Weitere sinnvolle Betätigungsfelder finden Sie via den Kontaktpersonen der reformierten und katholischen Kirche oder via Pro Senectute unter www.pszh.ch/ihr-engagement/freiwillig-engagiert. Freiwilligenarbeit vermittelt ebenfalls das Rote Kreuz unter 044 388 25 25.

Verschiedenes

Brockenstube

Dienstleistung	Annahme und Verkauf von gebrauchten Gegenständen und Möbeln
Zielgruppe	Gesamte Bevölkerung
Trägerschaft	Frauenverein Uetikon am See
Ort und Zeit	Dollikerstrasse 60 8707 Uetikon am See Mittwoch 16.00 Uhr – 19.00 Uhr Samstag 10.00 Uhr – 13.00 Uhr
Kontakt	Während der Öffnungszeiten Margrit Zollinger Telefon: 079 258 29 26 E-Mail: brocki@frauenverein-uetikon.ch Website: www.frauenverein-uetikon.ch

Helsana Trail Uetikon-Männedorf

Starttafeln

Bushaltestelle Bergheim (Endstation) oder Schützenhaus Uetikon am See (Parkplätze)

Es gibt drei verschiedene Walking-Trails:

Blaue Schilder: 3.8 km

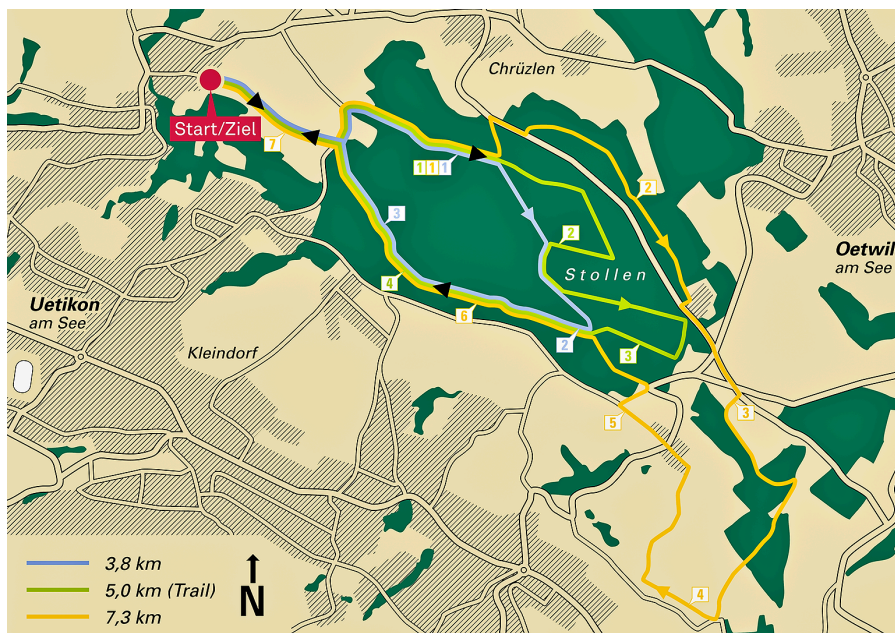
Grüne Schilder: 5.0 km

Gelbe Schilder: 7.3 km

Der blaue Trail ist so angelegt, dass man in einer Stunde wieder zurück bei der Bushaltestelle ist.

Weitere Informationen und GPX-Download unter:

www.helsana.ch/trails



Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

