uessikon | aesch | maur | ebmatingen | binz

gemeinde maur

ANGEBOTE UND INFORMATIONEN 60+

Anlaufstelle 60+ der Gemeinde Maur
Gemeindeverwaltung Maur
Altersbeauftragte: Brigitte Graf, 043 366 13 11
E-Mail: alter@maur.ch
Zürichstrasse 10, 8124 Maur (Nebengebäude)

Beratung von Einwohnerinnen und Einwohnern sowie Angehörigen.
Rufen Sie an und vereinbaren Sie einen Termin für ein persönliches Gespräch bei der Anlaufstelle 60+ oder bei Ihnen zu Hause.
Dieses Angebot ist kostenlos.

Titelseite: Schiffsteg Maur, Schiff Heimat, August 2023

Inhalt

Gesundheit 4

Beratungsdienste im Bereich Gesundheit 6

Wohnen 8

Mahlzeitendienste 8

Fahrdienste 8

Weitere Informations- und Auskunftsstellen 9

Hilfsmittel für den Alltag 12

Entlastungsangebote 13

Unterstützende Dienstleistungen 14

Gesellschaftlicher Zusammenhalt 16

GESUNDHEIT

Ärzte

Acamed Binz AG 044 980 21 21
Gassacherstrasse 12, 8122 Binz

Doktorhuus Praxis Forch 044 980 88 11
Aeschstrasse 8a, 8127 Forch

Hausarztpraxis Maur 044 980 32 31
Dr. Ruedi Rothenbühler, Rellikonstrasse 7, 8124 Maur

Dr. med. Hanspeter Seiler 044 980 47 80
Facharzt FMH für Allgemeinmedizin und Homöopathie
Seestrasse 3, 8124 Maur

Ärztefon, bei der Abwesenheit Ihres Hausarzts 0800 33 66 55
24 Stunden, 365 Tage. Bei akuter Lebensgefahr wählen Sie sofort die Notrufnummer 144.

Spitäler

Spital Zollikerberg 044 397 21 11
Trichtenhauserstrasse 20, 8123 Zollikerberg
365 Tage im Jahr, 24 h geöffnet

Spital Uster 044 911 11 11
Brunnenstrasse 42, 8610 Uster
365 Tage im Jahr, 24 h geöffnet

Notfälle

Medizinischen Notfälle in der ganzen Schweiz 144

Vergiftungen Toxinfo 24 Std. Notfallnummer 145

Die Dargebotene Hand
Ein Gespräch hilft oft weiter – jederzeit, anonym und kostenlos. 143

Psychiatrischer Notfalldienst

Psychiatrischer Notfalldienst Oetwil am See
Triage Klinik Schlössli, 8.00 bis 16.45 Uhr 044 929 83 33
Notfalldienst Klinik Schlössli, ausserhalb der Bürozeiten 044 929 81 11
nachts, an Wochenenden und Feiertagen

Apotheke

Benu Apotheke 044 887 28 60
Unterdorfstrasse 2a, 8117 Fällanden
Kostenloser Hauslieferdienst in der Gemeinde Maur

Ambulante Dienstleistungen und Pflege zuhause

Spitex Pfannenstiel 044 980 02 00
Aeschstrasse 8, 8127 Forch

Über weitere individuelle Angebote von ambulanten Dienstleistungen gibt Ihnen die Anlaufstelle 60+ Auskunft.

Stationäre Dienstleistungen und Pflege im Pflegezentrum

Zollinger Stiftung 044 806 14 14
Pflegezentrum Forch, Aeschstrasse 8, 8127 Forch

Über weitere individuelle Angebote von stationären Dienstleistungen gibt Ihnen die Anlaufstelle 60+ Auskunft.

Pflegeversorgungskonzept

Das Pflegeversorgungskonzept der Gemeinde Maur gibt Auskunft über das konkrete Pflegeleistungsangebot der Gemeinde Maur. Das Konzept kann bei der Anlaufstelle 60+ bezogen werden und ist auf der Webseite der Gemeinde Maur elektronisch abrufbar.

BERATUNGSDIENSTE IM BEREICH GESUNDHEIT

Fachstelle Sucht SDBU 044 801 99 20
Industriestrasse 27, 8604 Volketswil
Beratung Betroffener und Angehöriger im Zusammenhang mit Alkohol- und Suchtproblematik

---

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland (vdzo) 043 399 10 80
Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster
Verein für Prävention und Drogenfragen

Zürcher Sehhilfe 043 322 11 70
Lutherstrasse 14, 8004 Zürich
Persönliche Beratung und Hilfsmittel für sehbehinderte Menschen

---

Schweizerischer Blindenbund 043 317 18 41
Stauffacherstrasse 143 8004 Zürich
Beratung, Anleitung und Training, Kurse, Anpassung von Sehhilfen

---

Rheumaliga Zürich 044 405 45 50
Badenerstrasse 585, 8048 Zürich
Sozialberatung und Alltagshilfen für rheumabetroffene Menschen

---

Alzheimer Zürich 043 499 88 63
Seefeldstrasse 62, 8008 Zürich
Beratung, Unterstützung, Begleitung und Schulung von Menschen mit Demenz, deren Angehörigen und deren Umfeld

---

Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft 043 444 43 43
Josefstrasse 129, 8005 Zürich
Beratung von MS-Betroffenen und Angehörigen 0844 67 46 36
MS Infoline, 9.00 bis 13.00 Uhr

Parkinson Schweiz 043 277 20 77
Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg
Information, Beratung und Unterstützung für Parkinsonbetroffene

Krebsliga Zürich 044 388 55 00
Freiestrasse 71, 8032 Zürich
Drehscheibe sowie persönliche Beratung und Unterstützung

Lungenliga des Kantons Zürich 044 268 20 00
Amtsstrasse 3, 8610 Uster
Kostenlose Beratung und Betreuung

Schweizerische Epilepsie-Liga 043 488 67 77
Seefeldstrasse 84, 8008 Zürich
Informationen, Auskünfte und Beratung für
Betroffene und Angehörigen

Pro Audito Schweiz 044 363 12 00
Feldeggstrasse 69, 8008 Zürich
Beratung und Informationen rund um die Hörbehinderung

Beratungsstelle für Schwerhörige und Gehörlose Zürich 043 311 79 79
Oerlikonstrasse 98, 8057 Zürich
Individuelle Beratung und Begleitung

Zürcher Diabetes Gesellschaft 044 383 00 60
Hegarstrasse 18, 8032 Zürich
Unterstützung im Umgang mit Diabetes

Schweizer Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker (ZVBS) 079 670 51 50
Seilergraben 61, 8001 Zürich
Beratung und Begleitung von schwerkranken Menschen
und ihrer Angehörigen

Patientenstelle Zürich 044 361 92 56
Hofwiesenstrasse 3, 8057 Zürich
Rat und Hilfe im gesamten Bereich des Gesundheitswesens
sowieAufklärung der Patientinnen und Patienten über
deren Rechte

WOHNEN

Residenz Forch, Zollinger Stiftung 044 806 14 14
Aeschstrasse 8a, 8127 Forch
Alterwohnungen mit Serviceleistungen

MAHLZEITENDIENSTE

Spitex Pfannenstiel 044 980 02 00
Informationen und Bestellungen
Aeschstrasse 8, 8127 Forch

Pro Senectute Mahlzeitendienst «Casa Gusto» 058 451 50 50
Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Gourmet Domizil GmbH 044 271 55 66
Althardstrasse 60, 8105 Regensdorf

FAHRDIENSTE

Rotkreuzfahrdienst Maur, Spitex Pfannenstiel 043 541 11 59
Termine nach Vereinbarung
bis 3. Dezember 2023

Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK) Zürich, Fahrdienst 044 388 25 00
Montag bis Freitag, 8.00 bis 12.00 Uhr / 14.00 bis 17.00 Uhr
ab 4. Dezember 2023

Ruftaxi 044 910 06 00
Termine nach Vereinbarung
Es gelten die definierten Betriebszeiten gemäss Fahrplan. Informationen sind auf der Webseite der Gemeinde Maur abrufbar. Die Fahrt muss bis spätestens 60 Minuten vor Antritt angemeldet werden.

Verein Nachbarschaftshilfe Maur 079 870 55 16
8124 Maur, Termine nach Vereinbarung

Tixi Zürich 0848 00 20 60
Mühlezelgstrasse 15, 8047 Zürich
Gemeinnütziger Fahrdienst für dauerhaft
mobilitätsbehinderte Menschen

Pro Mobil 044 278 90 00
Gasometerstrasse 9, 8031 Zürich
Zürcher Stiftung für Behindertentransporte
Individuelle Transportmöglichkeiten für Menschen
mit einer Mobilitätsbehinderung

WEITERE INFORMATIONS- UND AUSKUNFTSSTELLEN

Anlaufstelle 60+ Maur 043 366 13 11
Beratung von Einwohnerinnen und Einwohnern
sowie Angehörigen
Persönliche Beratung und Unterstützung
– Wohnen und Wohnformen
– Informationen über stationäre und ambulante Einrichtungen
– Unterstützung beim Eintritt in eine Pflegeinstitution
– Entlastungsangebote für pflegende Angehörige
– Vermittlung von Dienstleistungsangeboten
– Informationen zu Themen, die das Alter betreffen

Abteilung Gesellschaft der Gemeinde Maur 043 366 13 10
Zürichstrasse 8, 8124 Maur
Persönliche Beratungen und Hilfe
– Abklärung eines Anspruchs auf Sozialhilfe
– Persönliche Hilfe

Zusatzleistungen – Stadtverwaltung Uster 044 944 76 40
Bahnhofstrasse 17, 8610 Uster
– Persönliche Unterstützung bei der Abklärung eines Anspruchs
  auf Zusatzleistungen
– Anmeldung Zusatzleistungen

Bestattungsamt der Gemeinde Maur 043 366 13 03
Zürichstrasse 8, 8124 Maur
Beratung der Angehörigen bei Todesfällen und Bestattungen

Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Maur 044 980 03 50
Leeacherstrasse 31, 8123 Ebmatingen
– Gottesdienste
– Beratung und Seelsorge
– Besuchsdienst usw.

Katholisches Pfarrvikariat Maur – Kirche St. Franziskus 044 980 18 21
Bachtelstrasse 13, 8123 Ebmatingen
– Gottesdienste
– Beratung und Seelsorge
– Besuchsdienst usw.

Sozialversicherungsanstalt des Kantons Zürich (SVA) 044 448 50 00
Röntgenstrasse 17, 8087 Zürich
– Prämienverbilligung Krankenkasse
– Anmeldung für Altersrenten
– Anmeldung für Hilflosenentschädigung
– Anmeldung/Auskünfte bezüglich Leistungen für Hilfsmittel

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde des Bezirk Uster (KESB) 044 801 60 80
Bettlistrasse 22, 8600 Dübendorf
Die Kindes- und Erwachsenschutzbehörde (KESB) Dübendorf ist zuständig für Kinder und Erwachsene der Gemeinde Maur.

KESCHA Anlaufstelle zum Kindes- und Erwachsenenschutz 044 273 96 96
Dorfstrasse 50, 8005 Zürich
Informations- und Beratungsangebot für Personen, die von einer Massnahme des Kindes- oder Erwachsenenschutzes betroffen sind.

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA) 0848 00 13 13
Malzstrasse 10, 8045 Zürich
Montag bis Freitag, 14.00 bis 17.00 Uhr
– Vermittlung und Schlichtung bei verschiedenen Konfliktsituationen
– Unterstützung bei Gewaltsituationen im Alter
– Gewaltprävention im Alter

Soziale Dienste Bezirk Uster 044 801 99 20
Sozialberatung SDBU
Industriestrasse 27, 8604 Volketswil
Persönliche Beratung und Betreuung bei persönlichen, sozialen und finanziellen Problemen

---

Unentgeltliche Rechtsauskunftsstelle Zürcher Oberland 044 930 04 27
Bahnhofstrasse 10, 8620 Wetzikon
Telefon für Auskunft: täglich 10.00 bis 12.00 Uhr
Persönliche Termine nach Vereinbarung
Schwerpunkt: Arbeitsrecht, Mietrecht, Ehe- und Familienrecht, Erbrecht

---

Ombudsstelle Krankenversicherung 041 226 10 10
Morgartenstrasse 9, 6003 Luzern
täglich 9.00 bis 11.30 Uhr
Beratung und Vermittlung bei Problemen mit ihrer Krankenkasse oder ihrem Zusatzversicherer. Die Auskunft ist unentgeltlich.

Notariat Uster 044 752 39 90
Zürichstrasse 1, 8610 Uster
– Beurkundung von Rechtsgeschäften
– Ehe- und Erbverträge, Grundstückskaufverträge, Gesellschaftsgründungen
– Erbrechtliche Beratung
– Beglaubigung von Unterschriften etc.

Kantonspolizei Kanton Zürich
Polizeiposten Fällanden 058 648 65 60
Schwerzenbachstrasse 10, 8117 Fällanden
Notruf 117

Fachstelle Gewaltprävention Zürcher Oberland 043 399 10 98
Gerichtsstrasse 4, Postfach, 8610 Uster
– Für Fragen rund um Gewalt, Drohungen, Konflikte, Mobbing, etc.
– Vertraulich
– Vernetzung und Triage zu spezialisierten Unterstützungsangeboten

---

Gewalt im Alter, Schweizerische Kriminalprävention 031 511 00 09
Speichergasse 6, 3001 Bern
– Diebstahl, Gewalt, Sexuelle Übergriff, Internet, Betrug und Einbruch

---

Schuldenberatung Kanton Zürich 043 333 36 86
Schaffhauserstrasse 550, 8052 Zürich
– Budgetberatung, Schuldensanierung

HILFSMITTEL FÜR DEN ALLTAG

Spitex Pfannenstiel 044 980 02 00
Aeschstrasse 8, 8127 Forch
– Vermietung von Krankenmobilien und Hilfsmitteln

Rotkreuz-Notruf SRK 044 388 25 35
Schweizerisches Rotes Kreuz, Kanton Zürich
Drahtzugstrasse 18, 8008 Zürich
– Armbanduhren mit Notrufknopf
– Verschiedene Geräte zur Erhöhung der Sicherheit

Sicherheit Daheim 044 929 02 41
Tradoris GmbH, Willikon 53, 8618 Oetwil am See
– Täglicher telefonischer Kontakt um sicherzustellen, dass alles in Ordnung ist

Rheumaliga Zürich 044 405 45 50
Badenerstrasse 585, 8048 Zürich
– Sozialberatung
– Beratung für Hilfsmittel zu Hause
– Sturzprävention

Pflegebetten Heimelig 071 672 70 80
Einfangstrasse 9, 8575 Bürglen
– Miete und Kauf von Pflegebetten

ENTLASTUNGSANGEBOTE

Tagesplätze in Pflegeheimen

Residenz Neumünster Park, 044 397 30 38
Wohn- und Pflegehaus Magnolia
Neuweg 16, 8125 Zollikerberg
Für Menschen mit Demenz bei regelmässigen Besuchen
von Montag bis Donnerstag

Im Will Alters- und Spitexzentrum Dübendorf 044 802 83 00
Fällandenstrasse 22, 8600 Dübendorf
Tages- und Nachtklinik für regelmässige Besuche

Alters- und Gesundheitszentrum Tägerhalde 044 913 71 98
Tägermoosstrasse 27, 8700 Küsnacht
Tagesheim für regelmässige Besuche von Montag bis Freitag

Vita Futura 043 399 36 00
In der Au 5, 8604 Volketswil
Für regelmässige Besuche Tages- und Nachtbetreuung

Heime Uster Dietenrain und Im Grund 044 905 11 19
Aufnahme und Beratung Uster, 8610 Uster
Für regelmässige Besuche Tages- und Nachtbetreuung

Ferienplätze in Pflegeheimen

Pflegezentrum Forch 044 806 14 14
Aeschstrasse 8, 8127 Forch
Mindestaufenthalt 2 Wochen

Alterszentrum Sunnetal 043 355 31 00
Sunnetalstrasse 2a, 8117 Fällanden
Mindestsaufenthalt 1 Woche

Heime Uster Dietenrain und Im Grund 044 905 11 19
Aufnahme und Beratung Uster, Wagernstrasse 20, 8610 Uster
Aufenthaltsdauer nach Absprache

Tertianum Residenz Zollikerberg 044 396 12 12
Sennhofweg 23, 8125 Zollikerberg
Aufenthaltsdauer nach Absprache

Zumipark, Alters- und Pflegeresidenz 044 919 85 00
Küsnachterstr. 7, 8126 Zumikon
Mindestaufenthalt 1 Woche

UNTERSTÜTZENDE DIENSTLEISTUNGEN

Spitex Pfannenstiel 044 980 02 00
Aeschstrasse 8, 8127 Forch
– Leistungen der Hauswirtschaft
– Spitex Digital
– Vermittlung von Fusspflege, Podologie, Coiffeur und Physiotherapie zu Hause

---

Cura Mia, Zollingerstiftung 044 534 60 16
Aeschstrasse 8, 8127 Forch
– Unterstützung im Alltag
– Entlastung für pflegende Angehörige

Pro Senectute des Kantons Zürich 058 451 51 00
Forchstrasse 145, 8032 Zürich
– Sozialberatung
– «Wenn Senioren umziehen»: Planung und Organisation
– «Wohnen für Hilfe»: Vermittlung von Wohnraum bei älteren Menschen an Studierende
– «Generationen im Klassenzimmer»
– «Treuhanddienst»: Administrative Unterstützung
– Vorsorgemappe «Docupass»
– Vielseitiges Kursangebot

Praxis 60+ Wald 055 246 16 61
Claridapark 4, 8636 Wald
Kontakt: Regula Bockstaller, Gerontopsychologin
– Beratung in schwierigen Lebenslagen im Alter
– Begleitung und Betreuung von Angehörigen

Büro-Spitex AG 0848 000 161
Webereistrasse 59, 8134 Adliswil
– Administrative Unterstützung
– Treuhanddienste
– Rechtliche Vorsorge

Verein Nachbarschaftshilfe Maur 079 870 55 16
8124 Maur
– Besorgung von Einkäufen
– Betreuung von Tieren und Pflanzen
– Hilfe im Garten und Haus
– Computerhilfe
– Gemeinsam kochen und essen
– Besuche und Gesellschaft
– Fahrdienste

Entlastungsdienst Schweiz, Kanton Zürich 044 741 13 30
Schaffhauserstrasse 358, 8050 Zürich
– Begleitung zu Terminen
– Betreuung von Angehörigen während Abwesenheiten
– Unterstützung in der Alltagsbewältigung
– Stunden- oder tageweise, kontinuierlich oder nur in den Ferien

Pontesano, Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich 044 360 28 62
Kronenstrasse 10, 8006 Zürich
– Sozialer Kontakt und administrative Unterstützung für psychisch belastete und beeinträchtige Personen

---

ALZ-Gipfeltreffen 043 499 88 63
Ref. Kirchgemeindehaus,
Hohfurrenstrasse 2, 8125 Zollikerberg
Aktivierungs- und Gesprächsgruppe für Menschen mit Gedächtnisschwierigkeiten,
jeweils am Dienstag von 11.30 bis 16.30 Uhr

Umzugshilfe für Betagte Zürich 076 779 19 65
Seefeldstrasse 285, 8008 Zürich
Individuelle Unterstützung bei Räumungen und Umzug

GESELLSCHAFTLICHER ZUSAMMENHALT

Seniorenkommission Maur 044 980 21 88
Präsident Rolf Fürst
Postadresse: Anlaufstelle 60+, Zürichstrasse 8, 8124 Maur
– Organisation der Nachmittage 60+
– Hüttenplausch im Juli
– Reisen im September

Das aktuelle Programm der Anlässe 60+ kann bei der Anlaufstelle 60+ bezogen werden und ist auf der Webseite der Gemeinde Maur elektronisch verfügbar.

Pro Senectute Ortsvertretung Maur 044 980 27 50
Ortsvertreter Georges Knecht
Lebernhöhe 1, 8123 Ebmatingen
– Organisation von zahlreichen Aktivitäten und Begegnungsmöglichkeiten

Die aktuelle Broschüre kann bei der Anlaufstelle 60+ bezogen werden und ist auf der Webseite der Gemeinde Maur elektronisch verfügbar.

Begegnungstische in der Gemeinde Maur

Aufgrund wechselnder Angebote finden Sie die jeweils aktuellen Begegnungstische auf der Webseite der Gemeinde Maur.

Bei Fragen wenden Sie sich an folgende Stelle:
Gemeindeverwaltung Maur
Altersbeauftragte: Brigitte Graf, 043 366 13 11
E-Mail: alter@maur.ch
Zürichstrasse 10, 8124 Maur (Nebengebäude)

Fitness und Bewegung 60+

Ever Dance Uster 079 658 75 17
Weitere Informationen und Kontakt:
Claudia Jenny

Fit/Gym 60+ 044 941 31 43
Weitere Informationen und Kontakt:
Nina Schett

Krafttraining für Muskelkraft 044 980 06 60
Weitere Informationen und Kontakt:
Vreni Oetiker

Männerriege Maur Sport Fitness Spiel ab 50 044 980 36 39
Weitere Informationen und Kontakt:
Hans-Jürg Hess

Nordic Walking
Weitere Informationen und Kontakt:
Susanne Marti 044 980 03 58
Bettina Keller 043 495 62 44

Schneeschuh-Gruppe Pfannenstiel 044 980 27 50
Weitere Informationen und Kontakt:
Georges Knecht

Walken für Alle 044 834 11 61
Weitere Informationen und Kontakt:
Corinne Müller

Wandergruppe Maur 043 366 06 46
Weitere Informationen und Kontakt:
Lotte Brunner

NOTIZEN

NOTIZEN

Vermissen Sie in dieser Informationsbroschüre 60+ der Gemeinde Maur eine Dienstleistung oder ein Angebot? Dann senden Sie uns eine E-Mail an die Anlaufstelle 60+: alter@maur.ch. Vielen Dank.

Maur, November 2023