



# Unterwegs im Alltag

**Wissenswertes für Seniorinnen und Senioren  
sowie ihre Angehörigen**

Nützliche Adressen und Telefonnummern

# Editorial

## **Wissenswertes für Seniorinnen und Senioren sowie Ihre Angehörigen**

Vor Ihnen liegt unsere überarbeitete Broschüre, in der wir viele wissenswerte Telefonnummern und Adressen gesammelt haben, die für Seniorinnen und Senioren der Stadt Illnau-Effretikon sowie ihre Angehörigen von Interesse sein könnten.

Sie werden feststellen, dass wir bei vielen lokalen Dienstleistungen auf die Merkblätter «Diese Dienstleistung können Sie in Anspruch nehmen» und «Hier können Sie mitmachen» verweisen. Eine aktuelle Version liegt dieser Broschüre bei. Die Merkblätter werden laufend aktualisiert und können beim Empfang des Stadthauses gratis bezogen werden. Von Zeit zu Zeit werden wir auch ein aktuelles Exemplar dem Versand der Pro Senectute Ortsvertretung Illnau-Effretikon beilegen. Somit stellen wir sicher, dass die Informationen aktuell bleiben.

So hoffen wir, Ihnen mit dieser Broschüre zu helfen, sich in der Vielfalt der Angebote zu Recht zu finden. Falls Sie weitere Fragen oder Anliegen haben, so zögern Sie nicht, die Koordinationsstelle Gesundheit und Alter zu kontaktieren.

Herausgeberin: Stadt Illnau-Effretikon  
Abteilung Gesundheit  
Koordinationsstelle Gesundheit und Alter  
Märtplatz 29, Postfach, 8307 Effretikon

Telefon 052 354 24 21  
Fax 052 354 23 23  
gesundheit@ilef.ch  
www.ilef.ch

Effretikon, im September 2014



Mathias Ottiger  
Stadtrat Ressort Gesundheit



Judith Hartmann  
Fachperson Koordinationsstelle  
Gesundheit und Alter



# Stichwortverzeichnis

---

## Gesundheit

Notfall-Nummern  
Hausärzte und -ärztinnen  
Spezialärzte und -ärztinnen  
Spitäler und Psychiatrische Klinik  
Patientenorganisationen

## Beratung und Hilfe

Allgemeines  
Alter  
Soziales und Finanzielles  
Rechtliches  
Begleitung

## Zu Hause

Transporte  
Allgemeine Hilfe  
Verpflegung

## Freizeit

## Wohnen, Pflege und Betreuung

Alters- und Pflegeheime  
Hilfe zu Hause  
Altersgerechte Wohnungen

## Todesfall

Was tun im Todesfall?

**Stichwortverzeichnis**

AHV-IV Zweigstelle	18
Altersgerechte Wohnungen	33
Alterszentrum Bruggwiesen	31
Alzheimer-Informationsstelle	14
Seniorennetzwerk Lebensphase 3	25
Bahnbegleitdienst	21
Basteln von Geburtstagsgrüsse für Senioren	25
Baugenossenschaft Illeffi	33
Behinderten-Transport Winterthur	21
Beratungs- und Sozialdienst der ref. Kirchgemeinde	18
Bestattungsamt	34
Bestattungsdienst	34
Besuchsdienst	19
Bibliothek Effretikon	26
Bibliothek für Blinde und Sehbehinderte	26
Bibliothek Illnau	26
Bildung und Kultur	26
Blindenbund (Schweizerischer)	14
Blumenschmuck	35
Carfahrten für Senioren	26
ComputeriA	25
Diabetesberatung (Zürcher)	14
Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde	35
Fahrdienst Senioren für Senioren	21
Friedensrichteramt	19
GerAtrium	31
Grabunterhalt und Grabpflegevertrag	35
Hausärzte und -ärztinnen	11
IDEM	26

Informationsplattform Wohnen im Alter	33
Integrierte Psychiatrie Winterthur (IPW)	13
Jassnachmittage	27
Kafi 65	27
Mittagstisch im Rebbuck	27
Kantonsspital Winterthur (KSW)	13
Kath. Pfarramt St. Martin	35
Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB)	19
Koordinationsstelle Gesundheit und Alter	17
Krebstelefon	14
Lunge Zürich (Lungenliga)	14
Mahlzeitendienst	22
Mitfahrzentrale und Bahnbegleitdienst	21
Mittagstisch für Senioren	23
Mittagstisch im Alterszentrum	23
Multiple Sklerose Gesellschaft (Schweizerische)	15
Notfall-Nummern	11
Ökumenischer Seniorennachmittag	27
Parkinson Schweiz	15
Pflegewohngruppe Schlimpergstrasse	31
pro audito Zürich – Schwerhörigenverein	15
Pro Senectute Kanton Zürich	17
Rechtsauskunftsstelle Zürcher Oberland	19
Reinigungsdienst Pro Senectute	21
Rheumaliga Zürich	15
Rotkreuz-Fahrdienst	21
Rotkreuz-Notruf	22
Sehhilfe (Zürcher)	15
Selbsthilfezentrum Region Winterthur	20
Senioren für Senioren	22
Seniorenchor	27

Seniorenachmittag	25
Seniorenunterstützung im Alltag	22
Seniorenwanderungen	27
Seniorenwerkstatt	25
Sozialberatung Pro Senectute	18
Sozialdienst der Pfarrei St. Martin	18
Sozialdienst des Bezirks Pfäffikon	18
Spezialärzte und -ärztinnen	12, 13
Spital Uster	13
Spitex	22, 32
Sprachkurse für Senioren	27
Stadtverwaltung	17
Stiftung Begleitung in Leid und Trauer	20
Tagesheime	31
Testament	35
Theater 55plus	28
Treff pflegender Angehöriger	32
Treuhanddienst Pro Senectute	18
Turnen	28
Umzugshilfe Pro Senectute	22
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter	19
Universitätsspital Zürich	13
Velotouren	28
Verein Fähre	20
Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker Zürcher Oberland	20
Volkstanz	28
Währenzmittag	23
Walking	28
Wanderferien	28
Was tun im Todesfall	33
Wohnbaugenossenschaft Effretikon-Illnau	33

Wohnen im Alter	33
Zeitungen	35
Zia Info – Rat für pflegende Angehörige	32





# Gesundheit

## Notfall-Nummern

Apotheken Beratungs- und Notfalldienstnummer (CHF 1.50/min.)	0900 55 35 55
Dargebotene Hand	143
Feuerwehr	118
Frauennottelefon	052 213 61 61
Kantonsspital Winterthur	052 266 21 21
Polizei	117
Sanität	144
Spitex	052 355 57 00
Tierambulanz	0800 55 70 10
Tierspital	044 635 81 14
Universitätsspital Zürich	044 255 11 11
Vergiftungen (Giftinformationszentrum)	145
Zahnärzte-Notruf	079 358 53 66
Zahnprothesen Notfalldienst	052 213 73 73
Ärztliche Notfälle	0848 99 11 22

## Hausärzte und -ärztinnen

<b>Dr. med. Bachmann Beatrice</b> Dorfstrasse 11, 8307 Effretikon	052 343 77 55
<b>Dr. med. Baumann Kaspar</b> Dorfstrasse 11, 8307 Effretikon	052 343 77 55
<b>Dr. med. Huber Reinhold</b> Grundstrasse 2, 8307 Effretikon	052 343 27 20

<b>Dr. med. Laufer Cyril</b> Rikonerstrasse 13, 8307 Effretikon	052 343 42 92
<b>Dr. med. Preiss Jürgen</b> Rikonerstrasse 18, 8307 Effretikon	052 343 55 44
<b>Dr. med. Riediker Jakob</b> Illnauerstrasse 10, 8307 Effretikon	052 343 46 86
<b>Dr. med. Siegrist Adrian</b> Rikonerstrasse 32, 8307 Effretikon	052 343 81 21
<b>Dr. med. Spangenberg Jutta</b> Bahnhofstrasse 13, 8307 Effretikon	052 343 20 19
<b>Dr. med. Redding Almut</b> Stationsstrasse 4, 8303 Illnau	052 346 10 40
<b>Dr. med. Weidmann Barbara</b> Dorfstrasse 11, 8308 Effretikon	052 343 77 55
<b>Dr. med. Willi Christoph</b> Lättenstrasse 11, 8308 Illnau	052 346 17 11

## Spezialärzte und -ärztinnen

### Augenkrankheiten

Dr. med. Gattner Isolde 052 343 23 33  
Bahnhofstrasse 23, 8307 Effretikon

Dr. med. Ruggli Müllener Jasmin 052 343 23 33  
Bahnhofstrasse 23, 8307 Effretikon

### Gynäkologie

Dr. med. Lachappelle Ulrike 052 343 19 29  
Märtplatz 15, 8307 Effretikon

### Haut-/Geschlechtskrankheiten

Dr. med. Jach Jerzy 052 343 58 00  
Rikonerstrasse 13, 8307 Effretikon

### Kinderärzte

Dr. med. pract. Moelter Christian, 052 343 66 88  
Dr. med. Sibylle Sang,  
Dr. med. Eleonore Dorothea Renner  
Poststrasse 2, 8307 Effretikon

### Psychiatrie

Dr. med. Knecht Robert 052 343 42 22  
Grendelbachstr. 49, 8307 Effretikon

Dr. Zeier Elisabeth 052 343 03 25  
Rikonerstrasse 11, 8307 Effretikon

### Rheumatologe

Dr. med. Gross Patric 052 343 77 55  
Dorfstrasse 11, 8307 Effretikon

Änderungen vorbehalten. Informationen zur ärztlichen Versorgung: Abteilung Gesundheit, Tel. 052 354 24 09

## Spitäler und Psychiatrische Klinik

### Kantonsspital Winterthur (KSW)

Brauerstrasse 15, 8400 Winterthur  
Tel. 052 266 21 21  
www.ksw.ch

### Spital Uster

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

### Universitätsspital Zürich

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

### Integrierte Psychiatrie Winterthur (IPW)

Wieshofstrasse 102, Postfach 144,  
8408 Winterthur  
Tel. 052 224 33 33  
info@ipwin.ch  
www.ipwin.ch

Psychiatrische ambulante,  
teilstationäre und stationäre  
Behandlungsangebote

## Patientenorganisationen

### Alzheimer-Informationsstelle

Alzheimervereinigung Kanton Zürich  
Forchstrasse 362, 8008 Zürich  
Tel. 043 499 88 63  
info@alz-zuerich.ch  
www.alz-zuerich.ch

Information und Beratung  
für Personen mit Demenz  
und ihre Angehörigen

### Blindenbund (Schweizerischer)

Wartstrasse 12, 8400 Winterthur  
Tel. 052 212 92 29  
winterthur@blind.ch  
www.blind.ch

Information und Beratung  
für blinde und sehbehinderte  
Menschen und ihre Ange-  
hörigen

### Diabetesberatung (Zürcher)

Sektion Winterthur  
Kantonsspital Winterthur  
Brunngasse 30, 8400 Winterthur  
Tel. 052 266 23 25  
info@ksw.ch  
www.ksw.ch

Beratung für Personen  
mit Diabetes und ihre  
Angehörigen

### Krebstelefon der Krebsliga Schweiz

Tel. 0800 11 88 11  
helpline@swisscancer.ch

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

### Lunge Zürich

Lungenliga Kanton Zürich  
Beratungsstelle Winterthur  
Rudolfstrasse 29, 8400 Winterthur  
Tel. 052 212 17 69  
winterthur@lunge-zuerich.ch  
www.lunge-zuerich.ch

Beratungstelefon  
Werktags, 08.00 – 12.00 und  
13.00 – 17.00 Uhr

### Multiple Sklerose Gesellschaft (Schweizerische)

Josefstrasse 129, Postfach, 8031 Zürich  
Tel. 043 444 43 43  
MS Infoline 0844 674 636  
info@multiplesklerose.ch  
www.multiplesklerose.ch

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

### Parkinson Schweiz

Geschäftsstelle  
Gewerbestrasse 12a, Postfach 123, 8132 Egg  
Tel. 043 277 20 77  
info@parkinson.ch  
www.parkinson.ch

Information, Beratung, Kurse  
etc. Parkinfon jeden  
Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr,  
Tel. 0800 80 30 20

### pro audito Zürich – Schwerhörigenverein

Seestrasse 45, Postfach, 8027 Zürich  
Tel. 044 202 08 26  
info@proaudito-zuerich.ch  
www.proaudito-zuerich.ch

Information, Kurse und  
Sozialberatung für Menschen  
mit Hörproblemen

### Rheumaliga Zürich

Badenerstrasse 585, Postfach 1320,  
8048 Zürich  
Tel. 044 405 45 50  
info.zh@rheumaliga.ch  
www.rheumaliga.ch/zh

Kurse, Beratung, Alltags-  
hilfen, Selbsthilfegruppe

### Sehhilfe (Zürcher)

Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur  
Tel. 052 202 25 80  
info@zkbv.ch  
www.zuercher-sehhilfe.ch

Beratung und Rehabilitation  
für sehbehinderte und blinde  
Menschen und ihre Ange-  
hörigen





# Beratung und Hilfe

## Allgemeines

### Stadtverwaltung

Stadthaus, Märtplatz 29, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 24 24  
info@ilef.ch  
www.ilef.ch

### 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

## Alter

### Koordinationsstelle Gesundheit und Alter der Stadt Illnau-Effretikon

Abteilung Gesundheit  
Stadthaus, Märtplatz 29, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 24 21  
gesundheit@ilef.ch  
www.ilef.ch

Auskunft über Dienstleistungen und Angebote im Bereich Alter der Stadt Illnau-Effretikon; Auskunft und Beratung zu Pflegeplätzen und zur Pflegefinanzierung.

### Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Winterthur

Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur  
Tel. 058 451 54 00  
dc.winterthur@zh.pro-senectute.ch  
www.zh.pro-senectute.ch

Steuerklärungsdienst,  
Treuhanddienst, Sozialberatung

### Pro Senectute Ortsvertretung Illnau-Effretikon

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt «Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
www.pro-senectute-ilef.ch

Carfahrten, Gratulationsbesuche, Jassnachmittage, Mahlzeitendienst, Seniorennachmittage, Turnen, Velofahren, Walking

## Soziales und Finanzielles

### AHV-IV Zweigstelle

Stadthaus, Märtplatz 29, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 24 37  
soziales@ilef.ch  
www.ilef.ch

Auskunftsstelle über alle  
Fragen der AHV/IV und  
Zusatzleistungen

### Beratungs- und Sozialdienst der ref. Kirchgemeinde

Hagenacherstrasse 21, 8307 Effretikon  
Tel. 052 343 20 41 oder 079 296 38 93  
max.baumann@zh.ref.ch  
www.ref-ilef.ch

Kostenlose Beratung und  
Begleitung für Lebens-  
probleme im persönlichen  
und sozialen Bereich

### Sozialberatung Pro Senectute

Dienstleistungscenter Winterthur  
Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur  
Tel. 058 451 54 00  
dc.winterthur@zh.pro-senectute.ch  
www.zh.pro-senectute.ch

Kostenlose Beratung für  
Menschen ab 60 Jahren und  
ihre Angehörigen zu den  
Themen Wohnen, Lebens-  
gestaltung, Gesundheit,  
Recht und Finanzen

### Schreibdienst

Abteilung Soziales

052 343 23 85

### Sozialdienst der Pfarrei St. Martin

Birchstrasse 20, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 11 11 (Mi. und Do.)  
soz.dienst@pfarrei-effretikon.ch  
www.pfarrei-effretikon.ch

Kostenlose Beratung und  
Begleitung für Lebens-  
probleme im persönlichen  
und sozialen Bereich

### Sozialdienst des Bezirks Pfäffikon

Rikonerstrasse 16, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 51 60  
info@sdbp.ch  
www.sdbp.ch

Kostenlose Beratung und  
Begleitung für Lebens-  
probleme im persönlichen  
und sozialen Bereich Vormund-  
schaft und Beistandschaft

### Treuhanddienst Pro Senectute

Ortsvertretung Illnau-Effretikon  
Tel. 052 346 10 81, 079 644 61 55  
www.pro-senectute-ilef.ch

Treuhanddienst,  
Steuerklärungsdienst

## Rechtliches

### Friedensrichteramt

Barbara Scheidegger-Conrad  
Rebenstrasse 61, 8307 Effretikon  
Tel. 052 343 66 62  
b.e.scheidegger@datacomm.ch  
www.ilef.ch

Rechtliche Unterstützung  
bei Eigentumsrechten,  
Erbchaftsfragen, nachbar-  
rechtliche Angelegenheiten,  
Geldforderungen, usw.

### Rechtsauskunftsstelle Zürcher Oberland

Bahnhofstrasse 10, 8620 Wetzikon  
Tel. 044 930 04 27

Telefonische Rechtsauskunft  
Werktags, 10.00 – 12.00 Uhr  
Persönliche Rechtsberatung  
im Stadthaus nach telefoni-  
scher Voranmeldung  
Die Erstauskunft im Rahmen  
einer halben Stunde ist gratis

### Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter

Malzstrasse 10, 8045 Zürich  
Tel. 058 450 60 60  
info@uba.ch  
www.uba.ch

Betagten Menschen wirk-  
sam Helfen: Vermittlung,  
Schlichtung und Beratung in  
Konfliktsituationen  
Träger: Pro Senectute,  
Curaviva, Rotes Kreuz,  
Spitex-Verband

### KESB Bezirk Pfäffikon ZH

(Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde)  
Schmittestrasse 10  
8308 Illnau  
Tel. 052 355 27 77  
info@kesb-bp.ch  
www.kesp-bp.ch

Vertretungsrechte, Beistand-  
schaften, Fürsorgerische  
Unterbringung

## Begleitung

### Besuchsdienst Illnau-Effretikon

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt «Diese Dienst-  
leistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
besuchsdienst.ffretikon@bluewin.ch

Besuche zur Kontaktpflege,  
Vorlesen oder Spaziergänge  
2 x pro Monat oder nach  
Bedarf

**Selbsthilfezentrum Region Winterthur**

Holderplatz 4, 8400 Winterthur  
 Tel. 052 213 80 60  
 info@selbst-hilfe.ch  
 www.selbst-hilfe.ch

Beratung von Personen,  
 die einer Selbsthilfegruppe  
 beitreten möchten und  
 Kontaktvermittlung zu der  
 gesuchten Gruppe

**Stiftung Begleitung in Leid und Trauer**

Konradstr. 15, 8400 Winterthur  
 Tel. 052 269 02 12  
 stiftung@leidundtrauer.ch  
 www.leidundtrauer.ch

Begleitung von Angehörigen  
 Kranker, Sterbender und  
 Verstorbener

**Verein Fähre**

Bahnhofstrasse 28, 8307 Effretikon  
 Tel. 052 343 01 14

Begleitung in Krisensitua-  
 tionen, Lebensberatung  
 Träger: Kirchgemeinden  
 Illnau-Effretikon und Lindau

**Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker  
Zürcher Oberland**

Sekretariat: 052 386 13 73  
 Einsatzzentrale: 079 691 66 67  
 vbszo@gmx.ch  
 www.vbszo.ch

Begleitung schwer kranker  
 und sterbenden Personen zu  
 Hause

**Vereinigung zur Begleitung von Kranken  
und Sterbenden Winterthur-Andelfingen**

Frau G. Biel-Korthals  
 Euelstrasse 45  
 8408 Winterthur  
 Tel. 079 776 17 12  
 www.begleitung-kranker.ch

# Zu Hause

## Transporte

**Behinderten-Transport Winterthur**

Schützenstrasse 32, 8400 Winterthur  
 Tel. 052 202 22 44  
 info@btw-winti.ch  
 www.btw-winti.ch

Fahrdienst für Rollstuhlfahrer  
 und schwer Gehbehinderte  
 in der Schweiz und im nahen  
 Ausland  
 7 Tage/Woche

**Fahrdienst Senioren für Senioren**

Alterszentrum, Märtplatz 19, 8307 Effretikon  
 Tel. 052 355 56 96  
 info@lebensphase3.ch  
 www.lebensphase3.ch

alle Fahrten für Senioren und  
 Seniorinnen  
 Telefon besetzt Dienstag-  
 nachmittag

**Mitfahrzentrale und  
Bahnbegleitungsdienst**

Verkehrsclub der Schweiz (VCS)  
 Postfach 7676, 3001 Bern  
 Tel. 0848 611 611  
 www.verkehrsclub.ch  
 vcs@verkehrsclub.ch

Vermittlung von Fahr-  
 gelegenheiten für Menschen  
 mit Behinderung und alte  
 Menschen  
 Bahnbegleitungsdienst

**Rotkreuz-Fahrdienst**

Margrit Manser  
 Tel. Fahrdienst 079 515 19 99  
 Tel. Festnetz 052 345 12 37

Fahrten zu Ärzten, Spitälern  
 und Therapien sowie in  
 Heime

## Allgemeine Hilfe

**Reinigungsdienst Pro Senectute**

Tel. 058 451 50 04  
 reinigungsdienst@zh.pro-senectute.ch  
 www.zh.pro-senectute.ch

Frühlingsputz, regelmässige  
 gründliche Reinigungen oder  
 bei Wohnungswechsel

**Rotkreuz-Notruf**

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich  
Kronenstrasse 10, 8006 Zürich  
Tel. 044 360 28 60  
info@srk-zuerich.ch  
www.srk-zuerich.ch

Beratung und Miete

**Senioren für Senioren**

Märtplatz 19, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 56 96  
info@lebensphase3.ch  
www.lebensphase3.ch

Vermittlung von Fahrdiensten,  
Gartenarbeit, kaufmännische  
und handwerkliche Arbeiten,  
Haushaltarbeiten  
Telefon besetzt Dienstag-  
nachmittag

**Spitex**

Im Alterszentrum, Märtplatz 19,  
8307 Effretikon  
Tel. 052 355 57 00  
info@spitexeffretikon.ch  
www.spitexeffretikon.ch

Haushilfe, Hauspflege  
und Krankenpflege  
Ausleiher von Kranken-  
mobilen  
Mittagstisch

**Umzugshilfe Pro Senectute**

Tel. 058 451 50 44  
info@zh.pro-senectute.ch  
www.zh.pro-senectute.ch

Organisation und Koordination  
des Umzuges  
An Zügelterminen langfristige  
Vor Anmeldung erforderlich

**Seniorenunterstützung im Alltag**

Tel. 052 343 70 35  
Mobile 079 637 83 50  
ursula.studer14@bluewin.ch  
www.usbuef.jimdo.com

Persönliche Begleitung bei  
einem Umzug ins Senioren-  
zentrum, bei der Einrichtung  
der eigenen Wohnung und  
Unterstützung in der Alltags-  
bewältigung.

**Verpflegung****Mahlzeitendienst Pro Senectute**

Tel. 079 594 16 17  
www.pro-senectute-ilef.ch

Gesunde, abwechslungs-  
reiche Menüs werden  
jeweils am Dienstagmorgen  
nach Hause geliefert

**Mittagstisch für Senioren**

Alterssiedlung Wiesenstrasse 13  
8307 Effretikon

Dienstag und Donnerstag

Alterssiedlung Chrummenacher  
8308 Illnau

Montag und Mittwoch

Tel. 052 355 57 00  
info@spitexeffretikon.ch  
www.spitexeffretikon.ch

Anmeldung jeweils 2 Tage  
im Voraus bei Spitex Illnau-  
Effretikon

**Mittagstisch im Alterszentrum**

Alterszentrum Bruggwiesen  
Märtplatz 19, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 56 56  
info@alterszentrum-bruggwiesen.ch  
www.alterszentrum-bruggwiesen.ch

Mittagstisch im Alterszent-  
rum für Senioren und Seni-  
orinnen, die nicht im Alters-  
zentrum wohnen

**Wähenzmittag**

Auskunft: Sekretariat kath. Kirche  
Tel. 052 355 11 11

Gemütliches Wähenessen  
für alle am letzten Donnerstag  
im Monat im Pfarreizentrum  
St. Martin  
Keine Anmeldung erforderlich  
Träger: Kath. und ref. Kirch-  
gemeinde



# Freizeit

## **Seniorenachmittag**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt «Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
[www.pro-senectute-ilef.ch](http://www.pro-senectute-ilef.ch)

Zwei Mal jährlich lädt die Pro Senectute alle Senioren und Seniorinnen zu einem ergebnisreichen Nachmittag ein

## **Seniorennetzwerk Lebensphase3**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[info@lebensphase3.ch](mailto:info@lebensphase3.ch)  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Selbständiger Verein für Personen in der 3. Lebensphase mit folgendem Angebot:

- Bildung und Kultur
- Geburtstagsgrüsse
- Senioren für Senioren
- Seniorenchor
- Sprachkurse
- Volkstanzgruppe
- Wanderferien
- Wandergruppe
- Pétanque

## **Basteln von Geburtstagsgrüssen für Senioren**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[info@lebensphase3.ch](mailto:info@lebensphase3.ch)  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Basteln von Geburtstagskarten für Versand an Jubilare in Illnau-Effretikon  
Jeden 2. Freitagnachmittag ausser Schulferien

## **ComputeriA**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
[info@lebensphase3.ch](mailto:info@lebensphase3.ch)  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Im Alterszentrum Bruggwiesen, jeden Montag von 08.30 bis 11.30 Uhr:

- Rat und Unterstützung bei Fragen rund um Ihren Computer
- Kurse in Kleingruppen

## **Seniorenwerkstatt**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
[info@lebensphase3.ch](mailto:info@lebensphase3.ch)  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Im Jugendhaus Effretikon, Märtplatz 21, jeweils am Donnerstag von 13.30 bis 16.30 Uhr. Senioren helfen mit Rat und Tat bei einfachen Reparatur- und Bastelarbeiten

**Bibliothek Effretikon**

Märtplatz 27, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 24 48  
bibliothek.effretikon@bluewin.ch  
www.bibliotheksverein.ch

Verleih von Unterhaltungsliteratur, Sachbüchern, Videos, DVDs, CD-Roms, CDs, Tonkassetten, Zeitschriften und Hörbücher  
Internetstation

**SBS Schweizerische Bibliothek für Blinde, Seh- und Lesebehinderte**

Grubenstrasse 12, 8045 Zürich  
info@sbszh.ch  
www.sbs-online.ch  
Tel. 043 333 32 32

Kostenloser Verleih von Hörbüchern, Blindenschrift- und Grossdruckbücher, Musikalien und tastbare Spielen

**Bibliothek Illnau**

Weisslingerstrasse 1, 8308 Illnau  
Tel. 052 346 24 01  
bibliothek.illnau@bluewin.ch  
www.bibliotheksverein.ch

Verleih von Unterhaltungsliteratur, Sachbüchern, Videos, DVDs, CD-Roms, CDs, Tonkassetten, Zeitschriften und Hörbücher  
Internetstation

**Bildung und Kultur**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt «Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
info@lebensphase3.ch  
www.lebensphase3.ch

Organisation und Durchführung von diversen Veranstaltungen im Bereich Bildung und Kultur

**Carfahrten für Senioren**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt «Diese Dienstleistungen können Sie in Anspruch nehmen»  
www.pro-senectute-ilef.ch

Ganztagesfahrten (10 x pro Jahr) und eine 4-Tagesfahrt (Juni) mit Begleitung

**IDEM**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»

Besuchen und Begleiten von Bewohner/innen des Alterszentrums

**Jassnachmittage**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
www.pro-senectute-ilef.ch

Jassen in Illnau und in Effretikon einmal pro Woche nachmittags mit Begleitung

**Kafi 65**

Auskunft: Pfarrer Konrad Müller  
Tel. 052 343 87 80

Für Senioren und Seniorinnen im Pfarrhaus Illnau am 2. Donnerstag im Monat, 14.00 – 16.30 Uhr  
Ein Angebot der ref. Kirchgemeinde

**Mittagstisch im Rebbuck**

Auskunft: Pfarrer Konrad Müller  
Tel. 052 343 87 80  
Tel. 079 530 41 26

Im Zentrum Rebbuck, jeden Mittwoch um 12.15 Uhr.  
Abholservice möglich, ausser in den Schulferien.  
Ein Angebot der ref. Kirchgemeinde.

**Ökumenischer Seniorennachmittag**

Tel. 052 355 11 11  
(kath. Kirchgemeinde) bzw.  
Tel. 052 343 21 17  
(ref. Kirchgemeinde)

Im Januar laden die Kirchgemeinden zu einem ökumenischen Seniorennachmittag ein

**Seniorenchor**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
www.lebensphase3.ch

Alle 14 Tage Freitag, 9.30 Uhr

**Seniorenwanderungen**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
www.lebensphase3.ch

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat

**Sprachkurse für Senioren**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
www.lebensphase3.ch

Italienisch, Englisch

**Theater 55plus**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»

Theater spielen inkl.  
Aufführen für Personen  
ab 55 Jahren  
Träger: Verein Theater 55plus

**Turnen**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»

Verschiedene Turngruppen  
für Frauen und Männer in  
Illnau und in Effretikon

**Velotouren**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[www.pszh-sport.ch](http://www.pszh-sport.ch)

Geführte Tages- und  
Halbtagestouren  
von April bis Oktober  
Träger: Pro Senectute

**Volkstanz**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Jeden Mittwochnachmittag

**Walking in Illnau**

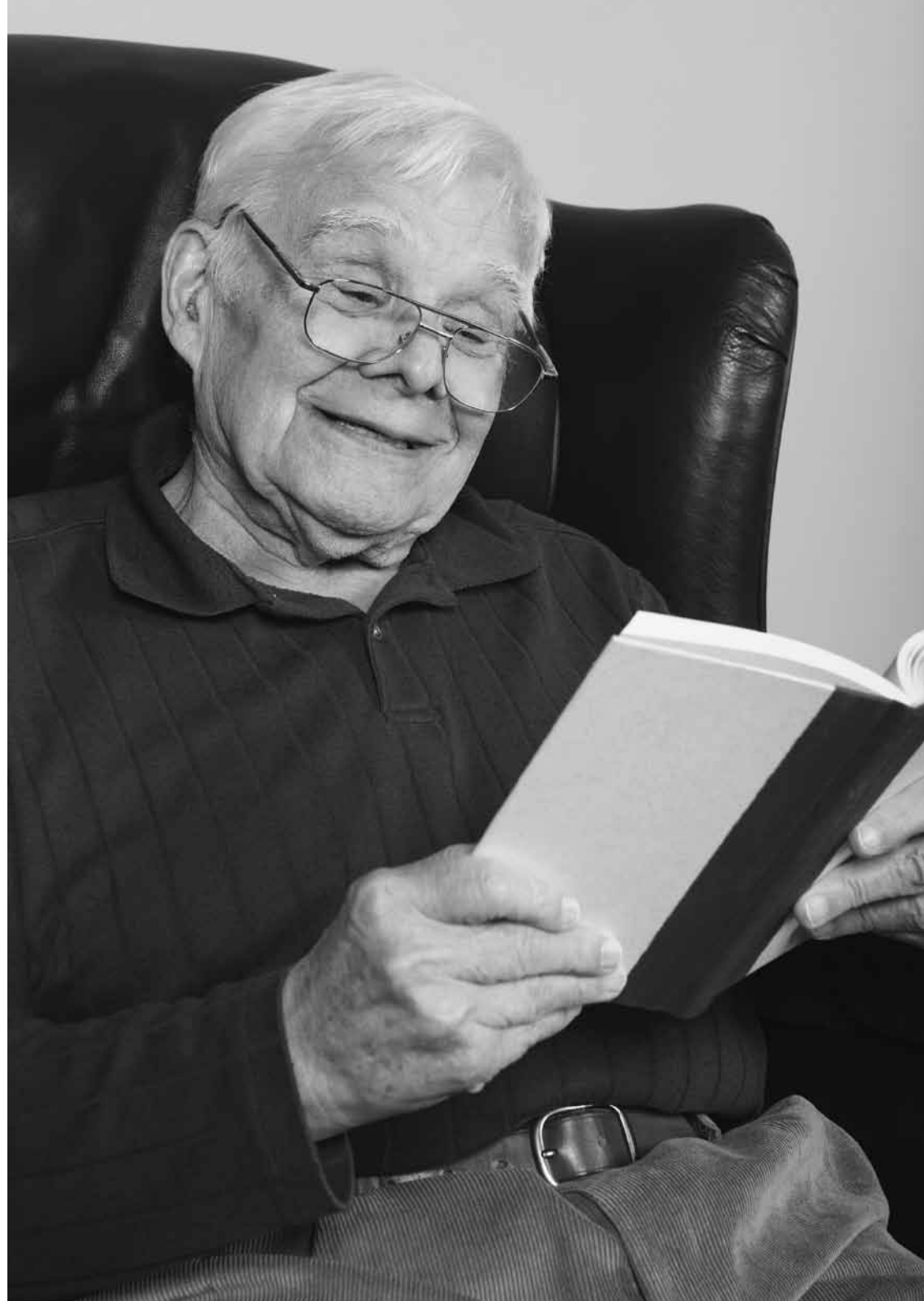
Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[dc.winterthur@zh.pro-senectute.ch](mailto:dc.winterthur@zh.pro-senectute.ch)

Jeden Freitagmorgen

**Wanderferien**

Tel. siehe aktuelles A4-Blatt  
«Hier können Sie mitmachen»  
[www.lebensphase3.ch](http://www.lebensphase3.ch)

Wanderferien im Herbst





# Wohnen, Pflege und Betreuung

## Alters- und Pflegeheime

### **Alterszentrum Bruggwiesen**

Märtplatz 19, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 56 56  
info@alterszentrum-bruggwiesen.ch  
www.alterszentrum-bruggwiesen.ch

### **GerAtrium**

Hörnlistrasse 76, 8330 Pfäffikon  
Tel. 044 953 43 43  
info@geratrium.ch  
www.geratrium.ch

### **Pflegewohngruppe Schlimpergstrasse**

Schlimpergstrasse 2, 8307 Effretikon  
Tel. 052 343 26 31  
info@alterszentrum-bruggwiesen.ch  
www.alterszentrum-bruggwiesen.ch

Dezentrale Pflegewohngruppe  
des Alterszentrums Brugg-  
wiesen

## Tagesheime

### **Tagesklinik Adlergarten**

Adlerstrasse 2b, 8402 Winterthur  
Tel. 052 267 47 67

### **Tagesheim im GerAtrium**

Hörnlistrasse 76, 8330 Pfäffikon  
Tel. 044 953 43 26  
info@geratrium.ch  
www.geratrium.ch



## Gerontopsychiatrische Tagesklinik ipw

Salstrasse 48, 8408 Winterthur  
Tel. 052 222 22 45  
www.ipwin.ch

## Tagesaufenthalt und Notfallbett für Menschen mit einer demenziellen Erkrankung

Alterszentrum Bruggwiesen  
Tel. 052 355 56 56  
info@alterszentrum-bruggwiesen.ch  
www.alterszentrum-bruggwiesen.ch

## Info und Vermittlung bei Pflege- und Betreuungsbedarf

Koordinationsstelle Gesundheit u. Alter  
Stadt Illnau-Effretikon  
Tel. 052 354 24 21  
gesundheit@ilef.ch

## Hilfe zu Hause

### Spitex im Alterszentrum Bruggwiesen

Märtplatz 19, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 57 00  
info@spitexeffretikon.ch  
www.spitexeffretikon.ch

Haushilfe, Hauspflege  
und Krankenpflege  
Ausleihung von Kranken-  
mobilien  
Mittagstisch

### Treff pflegender und betreuender Angehöriger Illnau-Effretikon

Info: Koordinationsstelle Alter u. Gesundheit  
Tel. 052 354 24 21  
gesundheit@ilef.ch

Austausch und Information  
alle 2 Monate im Stadthaus

### Zia Info – Rat für pflegende Angehörige

Tel. 041 666 73 73  
www.zia-info.ch

Online Informationen  
Werktags, 16.00 – 19.00 Uhr,  
geben Ihnen Fachkräfte aus  
Gerontologie, Pflege und  
Gesundheitsberatung auch  
telefonisch Auskunft

## Altersgerechte Wohnungen

### Wohnen im Alter

**Wohnbaugenossenschaft Effretikon-Illnau**  
Postfach 9, 8307 Effretikon  
Heinrich Mäder  
Tel. 076 347 28 20

### Altersgerechte Wohnungen

- Im Chrummenacher 9,  
8307 Effretikon
- Wiesenstrasse 13,  
8307 Effretikon

### Wohnen im Alter

**Baugenossenschaft ILLEFFI**  
Kurt Kuhn  
Oberholzstrasse 18, 8307 Effretikon  
Tel. 052 343 50 81

### Altersgerechte Wohnungen

- Grendelbachstrasse 49  
und 51, 8307 Effretikon

### Informationsplattform Wohnen im Alter

www.wohnform50plus.ch

Informationsplattform auf  
dem Internet der Pro  
Senectute rund um das  
Thema «Wohnen im Alter»

# Todesfall

## Was tun im Todesfall?

### Auszug aus der Broschüre «Handreichung im Kreise des Todes» des Zivilstandsamtes

Die nachfolgende Liste gewährt keinen Anspruch auf Vollständigkeit in jedem Einzelfall. Sie soll als Gedächtnisstütze in einer Ausnahmesituation dienen.

### Erste Schritte

- Bei Todesfall zu Hause: Arzt benachrichtigen
- Bei Unfalltod oder Suizid: Polizei und/oder Notarzt benachrichtigen (siehe auch Notfallliste, ab 1.01.12 Ärztliche Notfallnummer 0848 99 11 22)
- Angehörige informieren

### Nächste Schritte

- Meldung des Todesfalles an das Bestattungsamt des Wohnortes und des Sterbeortes
- Ort, Datum und Zeit der Bestattung beim Bestattungsamt am Wohnort vereinbaren

- Kontaktaufnahme mit dem zuständigen Pfarrer/Seelsorger (wird den Angehörigen vom Bestattungsamt mitgeteilt)
- Todesanzeige aufgeben: zum Beispiel Regio.ch (Wochenzeitung Stadt Illnau-Effretikon), Zürcher Oberländer, Der Landbote, Tages-Anzeiger, NZZ oder in jeder anderen gewünschten Zeitung
- Leidzirkulare aufsetzen lassen (kann bei den meisten Zeitungen gemacht werden)
- Blumenschmuck bestellen
- Leidmahl organisieren
- Bei Erwerbstätigkeit: Arbeitgeber informieren

### Weitere Schritte

Siehe Broschüre «Handreichung im Kreise des Todes» des Zivilstandsamtes.

Hilfreich ist auch die Mappe «Das Sterben gestalten – Wünsche an die Angehörigen» der Abteilung Gesundheit, welche sinnvollerweise zu Lebzeiten ausgefüllt wird. Sie ist im Stadthaus beim Empfang erhältlich.

---

#### Bestattungsamt

Märtplatz 29, 8307 Effretikon  
Tel. 052 354 24 15

bzw. 079 345 96 40 über Festtage  
zivilstandsamt@ilef.ch  
www.ilef.ch

Amtliche Anmeldung eines  
Todesfalles

---

#### Bestattungsdienst

Gerber Hans AG  
Lättenstrasse 9, 8315 Lindau  
Tel. 052 355 00 11

Bestattungsdienst

---

### Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde

Rebbuckstrasse 1, 8307 Effretikon  
Tel. 052 343 21 17  
illnau-effretikon@zh.ref.ch  
www.ref-ilef.ch

Pfr. Andreas Manig, Im Zelgli 17, 8307 Effretikon, 052 343 16 40  
Pfr. Konrad Müller, Erlenstrasse 13, 8307 Effretikon, 052 343 87 80  
Pfr. Corsin Baumann, Hörnlistrasse 1, 8308 Illnau, 052 346 11 31  
Pfr. Annemarie Geiger-Feller, Rebbuckstrasse 1, 8307 Effretikon, 052 301 25 44

---

### Kath. Pfarramt St. Martin

Birchstrasse 20, 8307 Effretikon  
Tel. 052 355 11 11  
sekretariat@pfarrei-effretikon.ch  
www.pfarrei-effretikon.ch

Gemeideleiterin Frau Monika Schmid, 052 355 11 12  
Pastoralassistentin Lioba Heide, 052 355 11 19  
Ital. Mission, Don Pino, Kloten, 044 813 47 55

---

### Blumenschmuck

In Effretikon und Illnau gibt es folgende Blumengeschäfte:

- Lüthi Blumen, Märtplatz 25, 8307 Effretikon, 044 201 51 27
- Horisberger Blumen, Rikonerstrasse 12, 8307 Effretikon, 052 343 10 64
- Blumenland Meier, Forrhölzlistrasse 8, 8307 Bisikon, 079 475 52 53
- In floribus, T. Prassl, Usterstrasse 42, 8308 Illnau, 052 347 29 66
- Blumen Gueti Idee, B. Götschi, Usterstrasse 23, 8308 Illnau, 044 997 22 70

---

### Zeitungen

Zürcher Oberländer, Rapperswilerstrasse 1, 8620 Wetzikon, 044 933 33 33  
regio.ch, Schlimpergstrasse 33, 8307 Effretikon, 052 343 55 93  
Landbote, Garnmarkt 10, 8401 Winterthur, 052 266 99 00

---

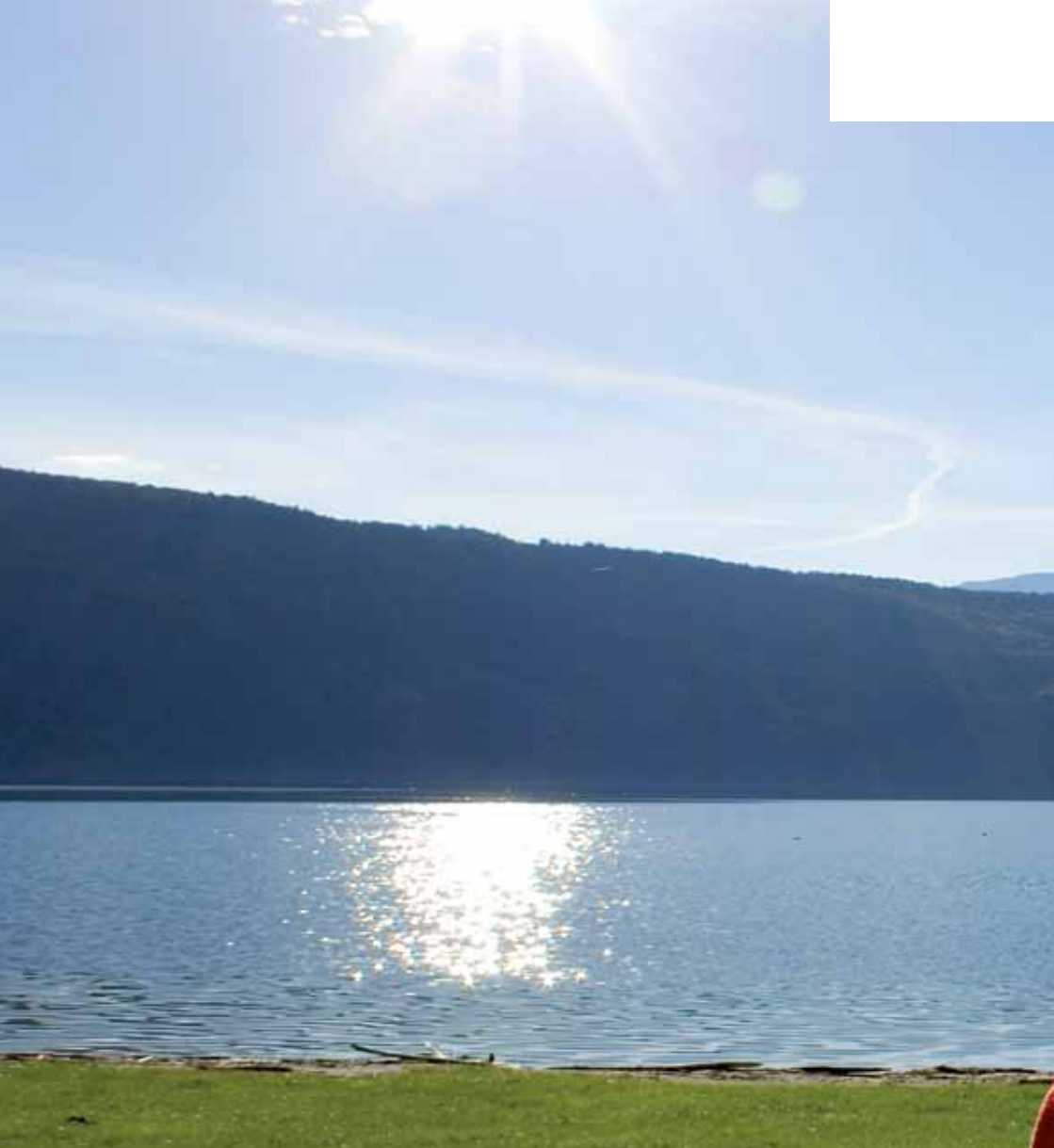
### Grabunterhalt und Grabpflegevertrag

Abteilung Gesundheit, Stadthaus, Märtplatz 29, 3. OG, 8307 Effretikon,  
052 354 24 09, gesundheit@ilef.ch

---

### Testament

Bezirksgericht Pfäffikon, Hörnlistrasse 55, 8330 Pfäffikon, 044 952 41 11



Herausgeberin: Stadt Illnau-Effretikon  
Abteilung Gesundheit  
Koordinationsstelle  
Gesundheit und Alter  
Märtplatz 29  
Postfach, 8307 Effretikon

Telefon 052 354 24 21  
Fax 052 354 23 23  
[gesundheit@ilef.ch](mailto:gesundheit@ilef.ch)  
[www.ilef.ch](http://www.ilef.ch)