

FREIWILLIGES ENGAGEMENT

«Ich möchte einen Beitrag an das soziale Zusammenleben leisten.»

Freiwilligenjobs

Möchten Sie sich mit einem freiwilligen Engagement sinnvoll betätigen? Gerne zeigen wir Ihnen unverbindlich Möglichkeiten auf und stellen die nötigen Kontakte her.

- Einsätze im Besuchsdienst, in den Fahrdiensten oder bei Freizeitangeboten, Senioren im Klassenzimmer, Schreibdienst etc.
- Mitwirkung in Gremien oder Projekten der Seniorenorganisationen
- Umsetzung eigener Ideen – wir unterstützen Sie!

DIENSTLEISTUNGEN LEBENSGESTALTUNG

Dienstleistungen im Alltag

Verschiedene Organisationen bieten Hilfen und Unterstützungen für die Bewältigung des Alltags an. Wir informieren Sie über Möglichkeiten und unterstützen Sie bei der Organisation einer geeigneten Dienstleistung.

- Spitex, Mahlzeitendienst, Treuhanddienst, Besuchsdienst, Steuererklärungen etc.

Aktivitäten und Lebensgestaltung

Möchten Sie aktiv sein, suchen Sie Anschluss an eine Gruppe oder möchten Sie einen Kurs besuchen? Wir kennen die Angebote zur Freizeitgestaltung und vermitteln Ihnen gerne den Kontakt.

- Sport- und Bewegungskurse wie Walking, Wandern, Biken etc.
- Computer-Kurse, Umgang mit Handys, Sicherheit, Mobilität, Sprachkurse etc.

«Ich sehe, dass es für meine Bekannte immer anstrengender wird, den Alltag alleine zu meistern. Wen kann ich um Rat fragen?»

«Ich möchte mit Gleichgesinnten etwas unternehmen.»

BERATUNG UND INFORMATION

ANGEBOTE 60+

Stadtverwaltung Illnau-Effretikon
Abteilung Gesundheit
Märtplatz 29/Postfach
8307 Effretikon
Telefon: 052 354 24 21
E-Mail: gesundheit@ilef.ch



«Ich benötige eine Fachperson,
um meine offenen Fragen
zu besprechen.»

**Koordinationsstelle
Gesundheit und Alter**

In persönlichen oder telefonischen Beratungen erhalten Sie individuell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Informationen. Wir sind vertraut mit den lokalen Angeboten und Dienstleistungen zu Altersthemen und zeigen Ihnen mögliche Wege auf, wo Sie mit Ihrem Anliegen am besten aufgehoben sind. Auf Wunsch stellen wir Kontakt zu Institutionen und Fachpersonen her und vermitteln Dienstleistungen und Freizeitangebote. Gerne sind wir für Sie da.

- Beratung zu Alltagshilfe, Administration, Finanzen, Sozialversicherungen, Wohnen, Lebensgestaltung etc.

Telefon 052 354 24 21
E-Mail gesundheit@ilef.ch



«Mein Vater wurde überraschend pflegebedürftig. Pflege zuhause oder im Heim? Wie funktioniert die Pflegefinanzierung? Was muss ich beachten?»

Pflege- und Betreuungsplätze

Wir unterstützen Sie bei Fragen rund ums Thema Pflege und Betreuung, zuhause oder in einem Alters- und Pflegeheim.

- Informationen zu ambulanten Pflege- und Betreuungsdiensten
- Suche nach geeigneten Pflege- und Betreuungsplätzen
- Fragen zur Pflegefinanzierung und zu Sozialversicherungen
- Anfragen zu Aufenthalten in auswärtigen Institutionen
- Bedarf an Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige

BERATUNG 60+