



# ÄLTER WERDEN IN USTER NÜTZLICHE ADRESSEN FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN



# IMPRESSUM

## **Herausgeberin und Bezugsadresse**

Stadt Uster  
Fachstelle Alter  
Bahnhofstrasse 17  
8610 Uster  
Telefon 044 944 74 59  
gesundheit@uster.ch

Elektronische Version: [www.uster.ch/fachstelle-alter](http://www.uster.ch/fachstelle-alter)

## **Titelbild**

Christian Merz, Fotografie, Mönchaltorf

## **Druck**

FO-Fotorotar, Egg

2. Auflage, Dezember 2019  
7000 Exemplare

# VORWORT

## Liebe Leserin, lieber Leser



Die Vielfalt seiner Einwohnerinnen und Einwohner und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben zählt zu den Qualitäten von Uster. In Uster soll jede und jeder dazu gehören, Uster ist eine Stadt für alle. So steht es in der «Strategie 2030» des Stadtrats geschrieben.

Für eine hohe Lebensqualität von Menschen im Alter sorgen in Uster bereits heute zahlreiche städtische und private Organisationen und damit viele unterschiedliche Berufsangehörige sowie ehrenamtlich tätige Menschen. Ihnen allen danke ich an dieser Stelle herzlich für ihr grosses Engagement zugunsten der älteren Menschen. Sie alle machen Uster damit schon heute zu einer Stadt für alle. Die Stadt Uster setzt alles daran, dass dies auch in Zukunft so bleiben wird.

Die vorliegende Broschüre soll Ihnen einen Überblick über das vielfältige Dienstleistungsangebot in Uster für Menschen im Alter verschaffen. Sie finden darin nützliche Adressen ebenso wie eine kurze Beschreibung der jeweiligen Leistungen. Die Broschüre können Sie auch unter [www.uster.ch/fachstelle-alter](http://www.uster.ch/fachstelle-alter) herunterladen. Dort oft in einer aktualisierten Version.

Wenden Sie sich bei Fragen oder Anregungen ungeniert direkt an die Fachstelle Alter der Stadt Uster, Telefon 044 944 74 59 oder direkt an die einzelnen Anbieter.

Wir alle sind sehr gerne für Sie da.



**Karin Fehr**

Abteilungsvorsteherin Gesundheit, Stadträtin

# INHALTSVERZEICHNIS

BERATUNG	Alter • Altersangebote Heimeintritt • Gesundheit Sozialberatung • Seelsorge Finanzen • Sozialversicherung Recht • Schutz Pensionierung
WOHNEN	Auskunft • Beratung Alterswohnungen Wohnungssuche • Umzug Alters- und Pflegezentren
HILFE ZU HAUSE	Auskunft • Beratung Hauswirtschaftliche Dienste • Betreuung Unterstützung im Alltag Administration • Finanzen Mahlzeitendienste Fahrdienste Notrufsysteme Hilfsmittel Sicherheit • Ordnung
PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE	Spitex Hilfsmittel • Physiotherapie
FREIZEIT	Auskunft • Beratung Freizeitangebote
FREIWILLIGES ENGAGEMENT	Auskunft • Beratung Einsatzmöglichkeiten
GESUNDHEIT	Spitäler • Ambulatorien Patientenorganisationen Selbsthilfegruppen
VORSORGE UND TODESFALL	Vorsorge Trauer Todesfall • Was tun bei einem Todesfall
STICHWORTVERZEICHNIS	Alphabetisches Stichwortverzeichnis
<b>NOTFALL-NUMMERN</b>	Verzeichnis auf der Rückseite

### **Fachstelle Alter**

Stadthaus Uster  
Bahnhofstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 74 59  
[www.uster.ch/fachstelle-alter](http://www.uster.ch/fachstelle-alter)

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster ist Ansprechpartnerin für ältere Menschen, Angehörige und Fachpersonen. Sie gibt

- Auskunft zu den verschiedenen Angeboten im Altersbereich,
- Beratung und Unterstützung bei der Suche nach passenden Lösungen,
- Informationen zu Themen, die im Alter beschäftigen.

Rufen Sie an oder vereinbaren Sie einen Termin für ein persönliches Gespräch. Silvia Angst, die Leiterin der Fachstelle Alter, berät Sie gerne und individuell. Dieses Angebot ist kostenlos.

Die Fachstelle Alter ist telefonisch erreichbar:

Mo–Do 8.00–11.30 / 13.30–16.30  
Fr 8.00–11.30 / 13.30–15.30

## Heimeintritt • Gesundheit

### **Beratung und Aufnahme**

Heime Uster  
Wagerenstrasse 20  
8610 Uster  
044 905 11 19  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

Persönliche Beratung und Unterstützung bei Fragen rund um den Eintritt in die Heime Uster (Wohnheim, Altersheim, Pflegezentren, geschützte Abteilungen, temporäre Abteilung, Ferienaufenthalte); umfassende Informationen zum Angebot; Terminvereinbarung für eine unverbindliche Besichtigung der Räumlichkeiten

### **Beratung und Aufnahme**

Spitex Uster  
Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

Ambulante Hilfe und Pflege, Hilfsmittelberatung, Krisenintervention, Familienkonferenz, ambulante psychiatrische Pflege, Kontinenz- und Stomaberatung, Spitex Plus: zusätzliche Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung

## Sozialberatung • Seelsorge

### **Sozialberatung**

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 43  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

Beratung von Menschen ab 60 und ihrem Umfeld zu Finanzen, Wohnen, Gesundheit, Recht, Lebensgestaltung; Individuelle Finanzhilfe an Einzelne und Paare; Beratung, Abklärung und Vermittlung zu administrativen Hilfen wie Treuhanddienst, Büroassistent, Steuererklärungsdienst und Massnahmen des Erwachsenenschutzes

### **Seelsorge**

Evangelisch-reformierte  
Kirche Uster  
Zentralstrasse 40  
8610 Uster  
044 943 15 15  
[www.refuster.ch](http://www.refuster.ch)

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren

---

## Seelsorge

Katholische Pfarrei  
St. Andreas  
Neuwiesenstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 85 44  
[www.pfarrei-uster.ch](http://www.pfarrei-uster.ch)

---

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren, Mittagstische für alle

## Finanzen

### AHV-IV Zweigstelle/ Zusatzleistungen

Abteilung Soziales  
Stadthaus Uster  
Bahnhofstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 73 51  
[www.uster.ch](http://www.uster.ch)

Auskunftsstelle für Fragen zur AHV/IV, Hilflosenentschädigungen, Krankenversicherung, Prämienverbilligung und Zusatzleistungen zur AHV/IV

---

### Sozialberatung

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 43  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

Beratung und Unterstützung bei Anträgen auf Ergänzungs-/ Zusatzleistungen und Hilflosenentschädigung zur AHV

---

### Schuldenberatung Kanton Zürich

Schaffhauserstrasse 550  
8059 Zürich  
[www.schulden-zh.ch](http://www.schulden-zh.ch)

---

Beratung, Budgetoptimierung, Schuldensanierung, Kurse

## Recht • Schutz

### Friedensrichter

Winterthurerstrasse 18A  
8610 Uster  
044 944 70 20  
[www.uster.ch](http://www.uster.ch)

---

Vermittlung bei Konflikten. Zuständig für verschiedene zivilrechtliche Klagen (Finanzen, Arbeit, Streitigkeiten, Erbteilungen, Testamentsanfechtungen, Persönlichkeitsverletzungen, etc.)

---

---

**Notariat, Grundbuch- und Konkursamt Uster**

Zürichstrasse 1  
8610 Uster  
044 752 39 90  
[www.notariate.zh.ch](http://www.notariate.zh.ch)

---

**Unentgeltliche Rechtsauskunft**

Bezirksgericht Uster  
Gerichtsstrasse 17  
8610 Uster  
043 366 33 00  
[www.gerichte-zh.ch](http://www.gerichte-zh.ch)

---

**KESB**

Kindes- und  
Erwachsenenschutzbehörde  
Zürichstrasse 7  
8610 Uster  
044 944 75 20  
[www.uster.ch](http://www.uster.ch)  
[www.kesb-zh.ch](http://www.kesb-zh.ch)

---

**KESCHA**

Anlaufstelle Kindes- und Er-  
wachsenenschutz  
Limmatstrasse 35  
8005 Zürich  
[www.kescha.ch](http://www.kescha.ch)

---

**Fachstelle  
Gewaltprävention  
Zürcher Oberland**

Gerichtsstrasse 4  
8610 Uster  
043 399 10 98  
[www.gewalt-praevention.ch](http://www.gewalt-praevention.ch)

---

---

Beurkundung von Rechtsgeschäften  
(Ehe-/Erbverträge, Grundstückskauf-  
verträge), erbrechtliche Beratung,  
Testament

---

---

Auskünfte zum Miet-, Arbeits- und  
Familienrecht für Personen, die im  
Bezirk Uster wohnen  
Mi + Fr 14.00–15.30 Uhr  
Ohne Voranmeldung.  
Telefonische oder schriftliche Aus-  
künfte werden nicht erteilt.

---

Die Kindes- und Erwachsenenschutz-  
behörden (KESB) stellen den Schutz  
von Personen sicher, die nicht in der  
Lage sind, die für sie notwendige Un-  
terstützung einzuholen. So beispiels-  
weise, wenn sie geistig oder psychisch  
beeinträchtigt oder schwer suchtkrank  
sind oder sie noch minderjährig sind  
und die Eltern sich nicht um sie küm-  
mern können.

---

Die Anlaufstelle Kindes- und Erwach-  
senenschutz (KESCHA) ist ein Infor-  
mations- und Beratungsangebot für  
Personen, die von einer Massnahme  
des Kindes- oder Erwachsenenschut-  
zes betroffen sind.

---

Kostenlose und unverbindliche Erstbe-  
ratung und Vermittlung zu passenden  
spezialisierten Fachstellen rund um  
das Thema Konflikte und Gewaltprä-  
vention, insbesondere zu Prävention  
von häuslicher Gewalt im Alter und zu  
Gewaltprävention in der Altenpflege  
für alle Einwohner und alle Institutio-  
nen im Kanton Zürich

---



---

**UBA**  
**Unabhängige Beschwerde-**  
**stelle für das Alter**

Malzstrasse 10  
8045 Zürich  
0848 00 13 13  
[www.uba.ch](http://www.uba.ch)

---

Fachpersonen bieten Hilfe zur Selbsthilfe bei Konflikten in verschiedensten Bereichen wie Betreuung, Pflege, Wohnen, Finanzen, Krankenkasse, Familie. Sie leisten Hilfe für ältere Menschen, die von jeglicher Form von Gewalt betroffen sind.

## Pensionierung

**Pensionierungsvorbereitung**

AvantAge  
Forchstrasse 145  
8032 Zürich  
058 451 51 57  
[www.avantage.ch](http://www.avantage.ch)

AvantAge ist Teil von Pro Senectute Kanton Zürich und führt im Zürcher Oberland regelmässig Seminare zur Vorbereitung auf die Pensionierung durch.

## WOHNEN

### **Auskunft und Beratung**

#### **Fachstelle Alter**

Stadt Uster

044 944 74 59

[www.uster.ch](http://www.uster.ch)

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Wohnangebote im Alter.

## **Alterswohnungen**

### **Genossenschaften**

#### **Genossenschaft**

##### **Sonnenbühl**

Sonnentalweg 8

8610 Uster

044 905 80 10

[www.sonnenbuehl-uster.ch](http://www.sonnenbuehl-uster.ch)

#### **Wohnsiedlung Sonntental**

Sonnentalweg 8, Uster

42 Wohnungen (1½ und 2½ Zimmer),

eine 3½ Zimmer-Wohnung;

Bistro, Gemeinschaftsraum

#### **Wohnsiedlung Rehbühl**

Rehbühlstrasse 10, Uster

Ersatzneubau im 2024 geplant. Ca.

50 Wohnungen (2½ und 3½

Zimmer), Gästezimmer, Bistro,

Gemeinschaftsraum

Vermietung nur an Genossenschaftsmitglieder (minimales Anteilscheinkapital Fr. 1000). Anmeldung unter [www.sonnenbuehl-uster.ch](http://www.sonnenbuehl-uster.ch)

---

#### **Wohnsiedlung Kreuz**

Apothekerstrasse 17

8610 Uster

043 305 95 73

[www.wohnsiedlung-kreuz.ch](http://www.wohnsiedlung-kreuz.ch)

---

46 Wohnungen (1 bis 4½ Zimmer), Verpflegungsmöglichkeit, 24-Stunden-Notrufsystem, Spitex und Pflegeplätze im Hause, Gemeinschaftsraum mit div. Anlässen, Genossenschaft (Minimum Anteilschein Fr. 500 für Anmeldung; Warteliste). Anmeldung unter [www.wohnsiedlung-kreuz.ch](http://www.wohnsiedlung-kreuz.ch)

---

---

### **Wohnsiedlung Post**

Gerichtsstrasse 4  
8610 Uster  
Wohn- und Siedlungs-  
genossenschaft Zürich  
044 317 99 00  
www.wsgz.ch

---

27 Wohnungen (1 bis 4 Zimmer),  
Genossenschaft (Minimum Anteil-  
schein Fr. 1200)

## **Private Angebote**

### **Tertianum**

#### **Residenz Brunnehof**

Industriestrasse 10  
8610 Uster  
044 905 26 26  
www.brunnehof.tertianum.ch

---

32 Appartements (1 bis 3½ Zimmer),  
Verpflegung, Gemeinschaftsraum,  
Aktivitäten, Veranstaltungen, 24-Stun-  
den-Notrufdienst, hauseigene Spitex  
und Pflegebereich mit 18 Einzel-  
zimmern im Hause

---

### **Überbauung Lichthof**

Oberlandstrasse 58  
8610 Uster  
www.livit.ch

---

54 Wohnungen (1½ bis 4½ Zimmer)  
bei Bedarf auch mit Servicewohnen  
mit Leistungen durch das Wohn- und  
Pflegezentrum Lichthof

---

### **Residenz Stadtpark**

Theaterstrasse 40  
8610 Uster  
044 233 33 55  
www.stadtpark.ch

---

Rund 80 moderne, generationenge-  
rechte Wohnungen (2½, 3½ und 4½  
Zimmer) mit Dienstleistungen (24/7).  
Hauseigene Spitex und Pflegeabtei-  
lung mit 24 Einzelzimmern. Integrierte  
öffentliche Gastronomie mit Terrasse  
und Gartenanlage am Stadtpark

## **Wohnungssuche • Umzug**

### **Wohnungssuche**

www.homegate.ch  
www.immoscout24.ch  
www.comparis.ch  
usw.

---

Uster verfügt über ein grosses Ange-  
bot an altersgerechten Wohnungen.  
Diese werden auf Internetportalen  
ausgeschrieben. Wohnungssuchende  
können sich ein Suchabonnement ein-  
richten.

---

---

## Schreibdienst Uster

Familienzentrum Uster  
Zentralstrasse 32  
8610 Uster  
[www.familienzentrum-uster.ch](http://www.familienzentrum-uster.ch)

---

## Umzugshilfe

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Forchstrasse 145  
8032 Zürich  
058 451 50 44  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

Ein Team von Freiwilligen hilft beim Ausfüllen von Formularen und Schreiben von Bewerbungsschreiben bei der Wohnungssuche. Das Angebot ist kostenlos. Es braucht keine Anmeldung.

Mi 10-12 und 17-19 Uhr

---

Zügel-Sorglos-Paket: Alles aus einer Hand. Organisation und Koordination des Umzuges in eine andere Wohnung oder ins Altersheim

## Alters- und Pflegezentren

### Städtische Angebote

---

## Heime Uster

### Beratung und Aufnahme

Wagerenstrasse 20  
8610 Uster  
044 905 11 19  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

Persönliche Beratung und Unterstützung bei Fragen rund um den Eintritt in die Heime Uster (Wohnheim, Altersheim, Pflegezentren, geschützte Abteilungen, temporäre Abteilung, Ferienaufenthalte); umfassende Informationen zum Angebot; Terminvereinbarung für eine unverbindliche Besichtigung der Räumlichkeiten

---

## Heime Uster

### Wohnheim Im Grund

Wagerenstrasse 18  
8610 Uster  
044 905 11 11  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

---

22 Einzimmer- und drei Zweizimmer-Wohnungen mit Teeküche, Bad/WC und Balkon für ein selbständiges Wohnen bei leichtem Pflegebedarf; Vollpension, Wäscheservice und Reinigung; Veranstaltungen, Ausflüge; Ferienwohnung

---

## Heime Uster Panorama

Wagerenstrasse 18  
8610 Uster  
044 905 11 19  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

---

Tagesaufenthalte und Übernachtungen für Menschen, die Betreuung brauchen. Soziale Kontakte, Aktivitäten; Entlastung für betreuende Angehörige

---

**Heime Uster**  
**Altersheim Im Grund**

Asylstrasse 15  
8610 Uster  
044 905 11 11  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

---

**Heime Uster**  
**Pflegezentrum Im Grund**

Wagerenstrasse 20  
8610 Uster  
044 905 11 11  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

---

**Heime Uster**  
**Pflegezentrum Dietenrain**

Dietenrainweg 15  
8616 Riedikon  
044 905 83 00  
[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)

---

**Weitere Angebote**

---

**Pflege im Zentrum**  
**Prix Santé**

Neuwiesenstrasse 1  
8610 Uster  
043 466 94 64  
[www.prixsante.ch](http://www.prixsante.ch)

---

---

28 Einbett-Zimmer mit Dusche/WC für betreutes Wohnen bei leichtem bis mittlerem Pflegebedarf; Vollpension, Wäscheservice, Reinigung; Veranstaltungen, Aktivierungstherapie, Ausflüge; Ferienzimmer

---

80 Plätze in Einer- und Zweier-Zimmer für Menschen mit mittlerem bis hohem Pflegebedarf; geschützte Abteilung für Menschen mit Demenz; Abteilung für temporäre Aufenthalte; Ferienzimmer; Coiffure, Podologie, Aktivierungstherapie, Veranstaltungen, Ausflüge; öffentliches Restaurant

---

80 Plätze in Einer- und Zweier-Zimmer für Menschen mit mittlerem bis hohem Pflegebedarf; geschützte Abteilung für Menschen mit Demenz; Ferienzimmer; Coiffure, Podologie, Aktivierungstherapie, Veranstaltungen, Ausflüge; öffentliches Restaurant

---

---

26 Pflegeplätze, 1er- und 2er-Zimmer mit Nasszelle, teilweise mit Balkon oder Sitzplatz, 1er- und 2er- Studios mit Kochnische. Langzeitpflege für alle Pflegestufen, Kurzzeitpflege zur Entlastung pflegender Angehöriger, Akut- und Übergangspflege, Aktivierung, Beschäftigung, Gemeinsamer Wohnbereich, zentrale Lage

---

---

**Pflege im Zentrum  
Prix Santé**

Neuwiesenstrasse 1  
8610 Uster  
043 466 94 64  
[www.prixsante.ch](http://www.prixsante.ch)

---

**Pflegewohngruppe  
Tertianum  
Residenz Brunnehof**

Industriestrasse 10  
8610 Uster  
044 905 26 26  
[www.brunnehof.tertianum.ch](http://www.brunnehof.tertianum.ch)

---

**Residenz Stadtpark**

Theaterstrasse 40  
8610 Uster  
044 233 33 55  
[www.stadtpark.ch](http://www.stadtpark.ch)

---

**Stiftung Lichthof  
Wohn- und Pflegezentrum**

Oberlandstrasse 56  
8610 Uster  
044 944 51 00  
[www.stiftung-lichthof.ch](http://www.stiftung-lichthof.ch)

---

**Gartenwohnung Lichthof**

Apothekerstrasse 19  
8610 Uster  
044 944 51 00  
[www.stiftung-lichthof.ch](http://www.stiftung-lichthof.ch)

---

---

26 Pflegeplätze, 1er- und 2er-Zimmer mit Nasszelle, teilweise mit Balkon oder Sitzplatz, 1er- und 2er- Studios mit Kochnische. Langzeitpflege für alle Pflegestufen, Kuzzeitpflege zur Entlastung pflegender Angehöriger, Akut- und Übergangspflege, Aktivierung, Beschäftigung, Gemeinsamer Wohnbereich, zentrale Lage

---

20 Einzel-Pflegezimmer mit eigener Nasszelle, teilweise mit Balkon, gemeinsamer Wohnbereich und Restaurant Rialzato

---

---

Rund 80 moderne, generationengerechte Wohnungen (2½, 3½ und 4½ Zimmer) mit Dienstleistungen (24/7). Hauseigene Spitex und Pflegeabteilung mit 24 Einzelzimmern. Integrierte öffentliche Gastronomie mit Terrasse und Gartenanlage am Stadtpark

---

52 Pflegeplätze, Einzel- und Ehepaar-Doppelzimmer mit Nasszelle und Balkon, Demenzabteilung, Akut- und Übergangspflege, Ferienzimmer, Tagesaufenthalt, Gemeinschaftsräume, Aktivierungstherapie, vielfältiges Veranstaltungsprogramm

---

11 Einzel-Pflegezimmer mit eigener Nasszelle und Balkon, gemeinsamer Wohnbereich

Für Genossenschafter: 24-Stunden-Notruf, Spitexleistungen, Mahlzeiten und Wäscheservice

---

## HILFE ZU HAUSE

### **Auskunft und Beratung**

#### **Fachstelle Alter**

Stadt Uster  
044 944 74 59  
www.uster.ch

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Unterstützungs- und Entlastungsangebote und hilft bei der Suche nach einer passenden Lösung.

### **Hauswirtschaftliche Dienste • Betreuung**

#### **Städtische Spitex (Non Profit)**

#### **Spitex Uster**

Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
www.spitex-uster.ch

Abklärung, Beratung und Koordination, hauswirtschaftliche Unterstützung, Entlastung von Angehörigen, Spitex Plus: bedürfnisorientierte Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung, Behandlungs-, Kranken-, Grund- und Körperpflege, psychiatrische Pflege, Spitex Shop: Hilfsmittelverkauf- und -vermietung, Akut- und Übergangspflege, Ambulatorium, Anlauf und Beratungsstelle, Kontinenz- und Stomaberatungsstelle, Vermittlung von weiteren Dienstleistungen (z. B. Mahlzeiten- und Fahrdienst, Fusspflege)

### **Weitere**

#### **Hauspflege24 GmbH**

Winterthurerstrasse 44  
8610 Uster  
043 536 62 66  
www.hauspflege24.ch

Abklärung, Beratung, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Gesundheitsberatung

---

**Spitex BajRon GmbH**

Florastrasse 42

8610 Uster

044 202 33 22

[www.spitexzentrum.ch](http://www.spitexzentrum.ch)

---

**Spitex Lichthof**

Oberlandstrasse 56

8610 Uster

044 944 51 00

[www.stiftung-lichthof.ch](http://www.stiftung-lichthof.ch)

---

**Spitex MeGaherz**

Loren Allee 22

8610 Uster

043 344 40 40

[www.spitexmegaherz.ch](http://www.spitexmegaherz.ch)

---

**Spitex Prix Santé AG**

Pflege im Zentrum

Neuwiesenstrasse 1

8610 Uster

043 466 94 64

[www.prixsante.ch](http://www.prixsante.ch)

---

**Home**

**Pro Senectute**

**Kanton Zürich**

Bahnhofstrasse 182

8620 Wetzikon

058 451 53 85

[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

---

Abklärung, Beratung, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Begleitung bei Demenz, Sucht oder psychischen Erkrankungen, Anleitung zur Selbsthilfe, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, Nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Gesundheitsberatung

---

Haushaltsunterstützung, 24-Stunden-Betreuung, Fahrdienste, Grund- und Behandlungspflege insbesondere für die Genossenschafter der Wohnsiedlung Kreuz und der Mieter in der Überbauchung Lichthof; Teilnahmemöglichkeiten an Veranstaltungen des Wohn- und Pflegezentrums und der Gartenwohnung Lichthof

---

Abklärung, Beratung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Begleitung bei Demenz Grund- und Behandlungspflege, Akut- und Übergangspflege, Palliative Care, Psychiatrische Betreuung

---

Abklärung, Beratung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, 24 Stunden-Notruf, Mahlzeiten-dienst (Frischmahlzeiten). Grund- und Behandlungspflege, 24 Stunden Pflege und Betreuung

---

Beratung und Abklärung, Unterstützung im Haushalt, Begleitung und Gesellschaft, Betreuung auch bei Menschen mit Demenz, 24-Stunden-Betreuung, Grundpflege

---



---

**Entlastungsdienst  
Alzheimervereinigung  
Kanton Zürich**

Seefeldstrasse 62  
8008 Zürich  
044 380 01 02  
[www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch)

---

**Caritas Care  
24 Stunden Betreuung**

Adligenswilerstrasse 15  
6002 Luzern  
[www.caritascare.ch](http://www.caritascare.ch)

---

**Tagesaufenthalte,  
Übernachtungen,  
Ferienbetten**

---

Der Entlastungsdienst von Alzheimer Zürich bietet betreuenden Angehörigen und alleinlebenden Personen mit Demenz eine regelmässige stundenweise Entlastung an.

---

Vermittlung von sorgfältig ausgewählten 24h-Betreuerinnen und -Betreuern aus dem europäischen Raum mit Anstellung nach Schweizer Arbeitsrecht

---

Verschiedene Alters- und Pflegezentren in Uster  
(s. S. 12–14)

---

**Unterstützung im Alltag**

**Besuchsdienst Uster**

Florastrasse 42  
8610 Uster  
044 941 72 82  
[www.besuchsdienst-uster.ch](http://www.besuchsdienst-uster.ch)

---

Gesellschaft leisten mit Gesprächen, Spielen, Vorlesen; Begleitung bei Spaziergängen und beim Einkaufen

---

**Nachbarschaftshilfe**

Genossenschaft Zeitgut Uster  
Zentralstrasse 32  
8610 Uster  
079 292 73 63  
[www.zeitgut-uster.ch](http://www.zeitgut-uster.ch)

---

Nachbarschaftshilfe mit Zeitgut-schrift: Besuche zu Hause und in Heimen, Gesellschaft leisten, leichte Hausarbeiten, Einkäufe erledigen, gemeinsames Kochen, Begleitung zu Terminen, etc. Mitgliedschaft erforderlich

---

**Senioren für Senioren**

Senioren-Netz Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
044 940 24 77  
[www.seniorennetz-uster.ch](http://www.seniorennetz-uster.ch)

---

Senioren helfen Senioren: Einkaufen, Botengänge, leicht Haus- und Gartenarbeiten, Hund ausführen, Betreuung von Haustieren und Pflanzen, PC-Tipps, Schreibaarbeiten, Begleitdienste etc.; Mitgliedschaft erforderlich

---

---

## **Spitex Plus**

Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

---

Zusätzliche bedürfnisorientierte Leistungen der Spitex Uster im Haushalt sowie in der Betreuung zur Unterstützung der Lebensqualität oder bei speziellen Herausforderungen. Z.B. Begleitung zum Einkaufen, Unterstützung beim Kochen, gesellschaftliche Betreuung, ergänzende Reinigungsleistungen

## **Administration • Finanzen**

### **Schreibdienst Uster**

Familienzentrum Uster  
Zentralstrasse 32  
8610 Uster  
[www.familienzentrum-uster.ch](http://www.familienzentrum-uster.ch)

Unterstützung beim Verstehen und Schreiben von Briefen, beim Ausfüllen von Formularen und Online-Anmeldungen und bei anderen administrativen Herausforderungen. Das Angebot ist kostenlos. Ihr Anliegen wird vertraulich behandelt. Es braucht keine Anmeldung. Mi 10-12 und 17-19 Uhr

---

### **Büroassistenz**

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 42  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

Temporäre, kurzfristige und unkomplizierte administrative Unterstützung. Bearbeiten von Korrespondenz und Erledigung allgemeiner administrativer Aufgaben. Im Vordergrund stehen die individuellen Bedürfnisse und die Hilfe zur Selbsthilfe

---

### **Treuhanddienste**

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter  
Oberland  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 42  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

---

Freiwillige unterstützen und beraten in sämtlichen finanziellen und administrativen Angelegenheiten. Sie erledigen den Zahlungsverkehr, schreiben Briefe an Ämter und Institutionen und erledigen die Steuererklärung.

---

---

## Steuererklärungsdienst

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 42  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

Unterstützung beim Ausfüllen der  
Steuererklärung

Anmeldung von Februar bis April  
unter 058 451 53 48

## Mahlzeitendienste

---

### Mahlzeitendienst

Stiftung Lichthof  
Wohn- und Pflegezentrum  
Oberlandstrasse 56  
8610 Uster  
044 944 51 00  
[www.stiftung-lichthof.ch](http://www.stiftung-lichthof.ch)

Tägliche Lieferung von frisch zu-  
bereiteten Mittag- und Abendessen  
(Fleisch-, Vegi- und Spezialvarianten)

Die Mahlzeiten werden zwischen  
11 und 13 Uhr warm geliefert und zu  
Hause serviert.

---

### Mahlzeitendienst

Frauenverein Uster  
Seestrasse 7  
8610 Uster  
044 994 50 10  
[www.frauenverein-uster.ch](http://www.frauenverein-uster.ch)

Wöchentliche Lieferung von fertig  
zubereiteten Mahlzeiten mit wö-  
chentlich wechselndem, vielseitigem  
Menüplan (Normalkost, Schonkost,  
fleischlos). Die Mahlzeiten werden in  
der Mikrowelle oder im Wasserbad  
aufgewärmt.

---

### Mahlzeitendienst

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Forchstrasse 145  
8032 Zürich  
058 451 50 50  
[www.casa-gusto.ch](http://www.casa-gusto.ch)

Lieferung von frisch zubereiteten,  
gesunden Mahlzeiten per Post. Alle  
Gerichte sind auf dem Teller ange-  
richtet. Einfaches Erwärmen in der  
Mikrowelle oder im Backofen. Bestel-  
lung online oder telefonisch anhand  
einer Menü-Karte.

---

### Mahlzeitendienst

Pflege im Zentrum  
Prix Santé  
Neuwiesenstrasse 1  
8610 Uster  
Telefon 043 466 94 64  
[www.prixsante.ch](http://www.prixsante.ch)

Tägliche Lieferung von frisch zube-  
reiteten Mahlzeiten (7 Tage / Woche),  
inkl. ein alkoholfreies Getränk  
Mittag und Abendessen. Täglich zwei  
Menüs zur Auswahl. Spezialwünsche  
können berücksichtigt werden. Ver-  
zehrereite Mahlzeiten, kein Aufwär-  
men nötig.

## Fahrdienste

### **Patientenfahrdienst**

Frauenverein Uster  
Seestrasse 7  
8610 Uster  
044 994 50 10  
[www.frauenverein-uster.ch](http://www.frauenverein-uster.ch)

---

### **Fahrdienst**

Senioren-Netz Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
044 940 24 77  
[www.seniorennetz-uster.ch](http://www.seniorennetz-uster.ch)

---

### **Pro Mobil**

Zürcher Stiftung  
für Behindertentransporte  
Gasometerstrasse 9  
8031 Zürich  
044 278 90 00  
[www.promobil.ch](http://www.promobil.ch)

---

### **Tixi Taxi**

Mühlezelgstrasse 15  
8047 Zürich  
Auskunft: 044 404 13 80  
Bestellung: 0848 00 20 60  
[www.tixi.ch](http://www.tixi.ch)

---

### **Verein Rollstuhlbus Zürcher Oberland**

Zürcherstrasse 29  
8620 Wetzikon  
044 932 64 64  
[www.rollstuhlbus.ch](http://www.rollstuhlbus.ch)

---

### **Welte**

Personen Transporte  
Postfach 44  
8614 Bertschikon  
044 932 39 59  
[www.personen-transporte.ch](http://www.personen-transporte.ch)

---

Medizinisch bedingte Fahrten zum Arzt, ins Spital, zur Therapie, usw. Mind. 2 Arbeitstage im Voraus anmelden

---

Fahrdienste zum Einkaufen, Coiffeur etc., keine Arztbesuche, Mitgliedschaft erforderlich

---

Bei Pro Mobil können Menschen mit einer Mobilitätseinschränkung Mitglied werden und von vergünstigten Fahrten mit den Partner-Taxiunternehmen profitieren.

---

Nur Fahrten für TIXI-Fahrgast-Vereinsmitglieder; Mitglied kann werden, wer dauerhaft mobilitätsbehindert ist und jährlich einen Mitgliederbeitrag von 100 Franken bezahlt.

---

Für Fahrten im Rollstuhl und mit Begleitperson; frühzeitig anmelden

---

Spezialtransporte mit Liegebetten/ Sauerstoff; frühzeitig anmelden

---

## Notrufsysteme

### **Rotkreuz-Notruf**

SRK Kanton Zürich  
Drahtzugstrasse 18  
8008 Zürich  
044 388 25 35  
[www.srk-zuerich.ch](http://www.srk-zuerich.ch)

Verschiedene Notrufgeräte zur Erhöhung der Sicherheit für zu Hause und unterwegs mit Anbindung an die 24-Stunden-Rotkreuz-Notrufzentrale; der Interventions- und Schlüsseldepot-Service stellt sicher, dass der Zugang zu Ihrer Wohnung auch dann gewährleistet ist, wenn die Kontaktpersonen einmal nicht erreichbar sein sollten.

---

### **Notrufzentrale Uster**

Überlandfunk  
Peterstrasse 21  
8610 Uster  
044 905 35 11  
[www.ueberland-funk.ch](http://www.ueberland-funk.ch)

Notrufsystem mit Notrufsender und Zusatzgerät zum Telefon

## Hilfsmittel

### **Spitex-Shop**

Spitex Uster  
Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

Kompetente Hilfsmittelberatung, Verkauf und Vermietung von Hilfsmittel und Alltagshelfer.

Öffnungszeiten:

Mo 14.00–16.00 Uhr

Di 09.00–11.00 Uhr

Mi 17.00–19.00 Uhr

Fr 14.00–16.00 Uhr

## Sicherheit • Ordnung

### **Concierge-Service**

Stationsstrasse 50  
8606 Nänikon  
076 746 84 29  
[www.ihr-concierge-service.ch](http://www.ihr-concierge-service.ch)

Wir übernehmen: Administratives, Formalitäten, Besorgungen, Beratungen, Abklärungen, Neutrale Interessensvertretung gegenüber Ämtern, Firmen, Organisationen; Alltagsarbeiten, Haus, Garten, Hobby. Wir unterstützen bei Problemen und Kauf von PC/Telefon/TV, Kleingeräten.

---

**Dienstleistungen  
im und ums Haus**

Forchstrasse 6a

8610 Uster

044 940 07 62

078 876 27 53

[www.imundumshaus.ch](http://www.imundumshaus.ch)

---

**Stolperfallen**

Grundstrasse 4

8610 Uster

079 349 99 39

[www.stolperfallen.ch](http://www.stolperfallen.ch)

---

**Recycling-Abholservice**

Mr. Green

044 271 30 30

[www.mr-green.ch](http://www.mr-green.ch)

---

**Anna's mobiler Coiffeur**

079 386 21 25

[www.annas-mobiler-coiffeur.ch](http://www.annas-mobiler-coiffeur.ch)

---

---

Unterstützung beim Räumen, beim Umzug in eine andere Wohnung oder ins Altersheim und bei Arbeiten im und rund ums Haus.

---

---

Individuelle Beratung vor Ort zu möglichen Stolperfallen und deren Behebung im Aussen- und Wohnbereich

---

---

In speziellen Recycling-Säcken können Wertstoffe wie Papier, Karton, Glas, PET etc. gesammelt und gegen Anmeldung einmal monatlich abgeholt werden; für über 75-Jährige ist dieser Service kostenlos.

---

---

Coiffeur-Home-Service für Damen und Herren. Haare schneiden, färben, tönen, legen, föhnen

---

## PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE

### Städtische Spitex (Non Profit)

#### **Spitex Uster**

Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

Abklärung, Beratung und Koordination, Behandlungs-, Kranken-, Grund- und Körperpflege, psychiatrische Pflege, hauswirtschaftliche Unterstützung, Entlastung von Angehörigen, Spitex Plus: bedürfnisorientierte Unterstützung in Hauswirtschaft und Betreuung, Spitex Shop: Hilfsmittelverkauf- und vermietung, Akut- und Übergangspflege, Ambulatorium, Anlauf und Beratungsstelle, Kontinenz- und Stomaberatungsstelle, Vermittlung von weiteren Dienstleistungen (z. B. Mahlzeiten- und Fahrdienst, Fusspflege)

### Private

#### **Hauspflege24 GmbH**

Winterthurerstrasse 44  
8610 Uster  
043 536 62 66  
[www.hauspflege24.ch](http://www.hauspflege24.ch)

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, Nachtdienst, nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Hauswirtschaft, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Gesundheitsberatung

---

#### **Spitex BajRon GmbH**

Florastrasse 42  
8610 Uster  
044 202 33 22  
[www.spitexzentrum.ch](http://www.spitexzentrum.ch)

Abklärung, Grund- und Behandlungspflege, 24-Stunden-Betreuung, Anleitung zur Selbsthilfe, Nachtdienst, Nahtloser Anschluss vom Spital nach Hause, Palliative Care, Begleitung bei Demenz, Sucht oder psychischen Erkrankungen, Begleitung, Hauswirtschaft, Gesundheitsberatung

---

---

**Spitex Lichthof**

Oberlandstrasse 56  
8610 Uster  
044 944 51 00  
[www.stiftung-lichthof.ch](http://www.stiftung-lichthof.ch)

---

**Spitex MeGaherz**

Loren Allee 22  
8610 Uster  
043 344 40 40  
[www.spitexmegaherz.ch](http://www.spitexmegaherz.ch)

---

**Spitex Prix Santé AG**

Pflege im Zentrum  
Neuwiesenstrasse 1  
8610 Uster  
043 466 94 64  
[www.prixsante.ch](http://www.prixsante.ch)

---

**Home****Pro Senectute  
Kanton Zürich**

Bahnhofstrasse 182  
8620 Wetzikon  
058 451 53 85  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

**Allegra****Freiberufliche Pflege**

Sonnenbergstr. 86  
8610 Uster  
076 497 59 24  
[www.allegra-freiberufliche-pflege.ch](http://www.allegra-freiberufliche-pflege.ch)

---

Grund- und Behandlungspflege, 24-Stunden-Betreuung, Haushaltsunterstützung, Fahrdienste, insbesondere für die Genossenschafter der Wohnsiedlung Kreuz und der Mieter in der Überbauchung Lichthof; Teilnahmemöglichkeiten an Veranstaltungen des Wohn- und Pflegezentrums und der Gartenwohnung Lichthof

---

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, Akut- und Übergangspflege, Palliative Care, Psychiatrische Betreuung, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Begleitung bei Demenz

---

Abklärung, Beratung, Grund- und Behandlungspflege, 24 Stunden Pflege und Betreuung, 24 Stunden-Notruf, Unterstützung im Haushalt und bei Alltagsaktivitäten, Mahlzeitendienst (Frischmahlzeiten)

---

Beratung und Abklärung, Grundpflege, Unterstützung im Haushalt, Begleitung und Gesellschaft, Betreuung bei Menschen mit Demenz, 24-Stunden-Betreuung

---

Einfache bis komplexe Pflege zu Hause (Grundpflege, Behandlungspflege, Abklärung und Beratung), Palliative Care, Wundversorgung, Fusspflege bei Diabetes, Ernährungsberatung, sozialpsychiatrische Pflege, komplexär-medizinische Anwendungen, Beratung pflegender Angehörige

---



## Hilfsmittel • Physiotherapie

### **Spitex Uster**

### **Spitex-Shop**

Wagerenstrasse 45

8610 Uster

044 905 70 80

[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

Persönliche Beratung im Ausstellungsraum zum vielfältigen Sortiment an Hilfsmittel für Pflege und Alltag. Viele Artikel können auch gemietet werden.

Öffnungszeiten:

Mo 14.00–16.00 Uhr

Di 09.00–11.00 Uhr

Mi 17.00–19.00 Uhr

Fr 14.00–16.00 Uhr

---

### **Physiotherapie zu Hause**

---

---

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster  
044 944 74 59 gibt Auskunft.

---

## FREIZEIT

### **Auskunft und Beratung**

Fachstelle Alter  
Stadt Uster  
044 944 74 59  
www.uster.ch

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster informiert über die verschiedenen Freizeitmöglichkeiten und unterstützt bei der Suche nach einem passenden Angebot.

### **Freizeitangebote**

#### **Agenda60plus**

www.uster.ch

In der Stadt Uster gibt es für Seniorinnen und Senioren ein vielfältiges Angebot an Veranstaltungen, Treffpunkten, Kursen und Bewegungs- und Sportangeboten. Diese werden von der Fachstelle Alter in der «Agenda60plus» übersichtlich publiziert. Die «Agenda60plus» erscheint jeweils im Januar und Juni. Sie wird im Eingangsbereich des Stadthauses Uster aufgelegt und kann unter [www.uster.ch](http://www.uster.ch) heruntergeladen oder bei der Fachstelle Alter bestellt werden. (044 944 74 59)

---

Die folgenden Organisationen sorgen mit Unterstützung vieler freiwilligen Mitarbeitenden für das vielfältige Freizeitangebot:  
Evangelisch-reformierte Kirche Uster, Fachstelle Alter Stadt Uster, Frauenverein Uster, Jahrgängervereine Uster, Katholische Pfarrei St. Andreas, Pro Senectute Kanton Zürich, qtopia kino+bar, Rheumaliga, Senioren-Netz Uster, Verein Vivagym, Zämegolaufe, sowie weitere private Anbieter aus Uster

---

## FREIWILLIGES ENGAGEMENT

### **Auskunft und Beratung**

Fachstelle Alter  
Stadt Uster  
044 944 74 59  
[www.uster.ch](http://www.uster.ch)

Die Fachstelle Alter informiert und unterstützt alle Menschen, die ein sinnvolles freiwilliges Engagement in der Stadt Uster suchen.

### **Aktuelle Einsatzmöglichkeiten**

#### **Jobbörse Benevol**

[www.uster.ch/freiwillig](http://www.uster.ch/freiwillig)

In der Jobbörse von Benevol werden laufend aktuelle Einsatzmöglichkeiten in der Stadt Uster ausgeschrieben.

### **Einsätze im Alters- und Gesundheitsbereich**

#### **Besuchsdienst Uster**

Florastrasse 42  
8610 Uster  
044 941 72 82  
[www.besuchsdienst-uster.ch](http://www.besuchsdienst-uster.ch)

Gesellschaft leisten mit Gesprächen, Spielen, Vorlesen; Begleitung bei Spaziergängen und beim Einkaufen

#### **Frauenverein Uster**

Seestrasse 7  
8610 Uster,  
044 994 50 10  
[www.frauenverein-uster.ch](http://www.frauenverein-uster.ch)  
Mo-Fr 8.00-11.00h

Fahrer-/in beim Patientenfahrdienst, Mithilfe in der Brockenstube, im Brocki-Kafi, beim Uster-Märt-Kafi «plus», Uster Markt, Mitarbeit im Vorstand

#### **Genossenschaft**

##### **Zeitgut Uster**

Zentralstrasse 32  
8610 Uster  
079 292 73 63  
[www.zeitgut-uster.ch](http://www.zeitgut-uster.ch)

Freiwilligenarbeit gegen Zeitgutschrift. Mitglieder der Genossenschaft Zeitgut Uster unterstützen einander im Sinne der Nachbarschaftshilfe. Für die geleisteten Stunden erhalten Sie eine Zeitgutschrift, die Sie bei Bedarf selber in Anspruch nehmen oder weiter verschenken können.

---

**Senioren-Netz Uster**

Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
044 940 24 77  
[www.seniorennetz-uster.ch](http://www.seniorennetz-uster.ch)

---

**Pro Senectute  
Kanton Zürich**

Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 42  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

**Evangelisch-reformierte  
Kirche Uster**

Zentralstrasse 40  
8610 Uster  
044 943 15 15  
[www.refuster.ch](http://www.refuster.ch)

---

**Katholische Pfarrei  
St. Andreas**

Neuwiesenstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 85 44  
[www.pfarrei-uster.ch](http://www.pfarrei-uster.ch)

---

**Zämegolaufe**

[www.zaemegolaufe.ch](http://www.zaemegolaufe.ch)

---

---

Mitarbeit gegen kleines Entgelt bei «Senioren für Senioren – Hilfe im Haus»; Näh-, Flick- und Bügelarbeit, leichte Gartenarbeit, Begleitdienst, Besorgungen, Botengänge, Hilfe bei Steuererklärungen, Unterstützung am PC, Fahrdienst

---

Mitarbeit im Treuhand-, Steuererklärungsdienst, Büroassistent; Übernahme von privaten Beistandschaften; Organisation und Durchführung von Bewegungs- und Sportangeboten; Ortsvertretung: Gratulationsbesuche, Geburtstagsfeiern, Organisation von Anlässen usw.

---

Begleitung Seniorenferien/-reisen, Gesprächsgruppen; Gastgeber und Mitarbeit Spielnachmittage, Kultur und Kaffee, Sonntag-Treff, Taxi-Dancer Tanzcafé; Begleitdienst Heim-gottesdienst; Wegbegleiter, Personen ein zu eins betreuen; Mitarbeit beim Gottesdienst und weiteren kirchlichen Veranstaltungen

---

Gastgeber und Mitarbeit Spielnachmittage, Kultur und Kaffee, Chilekafi u.a.; Fahrdienste für Menschen mit Beeinträchtigung  
Mitarbeit am «Mittagstisch»; Begleitdienst Gottesdienste in den Heimen; Mitarbeit beim Gottesdienst und weiteren kirchlichen Veranstaltungen

---

ParcoursleiterInnen für Spaziergänge in Uster

---

---

**Tertianum Brunnehof**

044 905 26 26

[www.brunnehof.tertianum.ch](http://www.brunnehof.tertianum.ch)**Wohnsiedlung Kreuz**

043 305 95 73

[www.wohnsiedlung-kreuz.ch](http://www.wohnsiedlung-kreuz.ch)**Alterszentrum Rosengarten**

044 414 01 30

[www.stadt-zuerich.ch](http://www.stadt-zuerich.ch)**Heime Uster**

044 905 11 11

[www.heime-uster.ch](http://www.heime-uster.ch)**Stiftung Lichthof**

Wohn- und Pflegezentrum

044 944 51 00

[www.neuwies.ch](http://www.neuwies.ch)

---

**Spital Uster**

Brunnenstrasse 42

8610 Uster

044 911 22 66

[www.spitaluster.ch/freiwillige](http://www.spitaluster.ch/freiwillige)

---

**Werkheim Uster**

Friedhofstrasse 3a

8610 Uster

044 943 17 00

[www.werkheim-uster.ch](http://www.werkheim-uster.ch)**Stiftung Wagerenhof**Heime für Menschen mit  
geistiger Behinderung

Asylstrasse 24

8610 Uster

044 905 13 38

[www.wagerenhof.ch](http://www.wagerenhof.ch)

---

---

Besuche bei Bewohnenden in Alters-  
wohnungen und in Alters- und Pfl-  
gezentren in Uster:

Gesellschaft leisten, Gespräche  
führen, zuhören, spielen, vorlesen

Begleitung und Unterstützung bei  
Aktivitäten und Ausflügen

---

Besuche bei und Begleitung von  
Patientinnen und Patienten;  
Mitarbeit beim Bücherwagendienst;  
Unterstützung beim Essen; Sitz-  
wachen tags und nachts; Gottes-  
dienstbegleitung

---

Besuche bei Bewohnenden: Gesell-  
schaft leisten, Gespräche führen,  
zuhören, spielen, vorlesen

Begleitung und Unterstützung bei  
Aktivitäten und Ausflügen  
Fahrer für Transportfahrten

---

## GESUNDHEIT

### Spitäler • Ambulatorien

#### **Spital Uster**

Brunnenstrasse 42  
8610 Uster  
044 911 11 11  
[www.spitaluster.ch](http://www.spitaluster.ch)

#### **Notfallpraxis**

im Spital Uster  
**044 911 23 23**

#### **Clienia Schlössli AG**

Psychiatriezentrum Wetzikon  
Bahnhofstrasse 196  
8620 Wetzikon  
044 931 39 39  
[www.clenia.ch](http://www.clenia.ch)

#### **Universitäts Spital Zürich**

Rämistrasse 100  
8091 Zürich  
044 255 11 11  
[www.usz.ch](http://www.usz.ch)

#### **Spitex Uster**

Wagerenstrasse 45  
8610 Uster  
044 905 70 80  
[www.spitex-uster.ch](http://www.spitex-uster.ch)

### Patientenorganisationen

#### **Alzheimervereinigung Kanton Zürich**

Informationsstelle  
Seefeldstrasse 62  
8008 Zürich  
043 380 01 02  
[www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch)

Erreichbar:

Werktage 19.30–22.30 Uhr

Wochenende 10.30–22.30 Uhr

Ambulante Alterspsychiatrie, Memory Clinic mit Demenzabklärung, kognitives Training (Gruppenangebot), Angehörigengruppe Demenz

Beratung pflegende Angehörige, Kontinenz- und Stomaberatung, psychiatrische Pflege, Behandlungs- und Wundpflege

Information und Beratung zum Thema Demenz/Alzheimer für Menschen mit Demenz und deren Angehörige sowie für alle Interessierte

---

**diabeteszürich**

Hegarstrasse 18  
8032 Zürich  
044 383 00 60  
[www.diabetesgesellschaft.ch](http://www.diabetesgesellschaft.ch)

---

**Fachstelle Sucht  
Soziale Dienste**

Bezirk Uster  
Industriestrasse 27  
8604 Volketswil  
044 801 99 20  
[www.sdbu.ch](http://www.sdbu.ch)

---

**Krebsliga Schweiz**

[www.krebsliga.ch](http://www.krebsliga.ch)  
**Krebstelefon 0800 11 88 11**

---

**Lunge Zürich**

Beratungsstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
0800 07 08 09  
[www.lunge-zuerich.ch](http://www.lunge-zuerich.ch)

---

**palliative zh+sh**

Arterstrasse 28  
8032 Zürich  
044 240 16 20  
[www.pallnetz.ch](http://www.pallnetz.ch)

---

**pallifon 0844 148 148**

[www.pallifon.ch](http://www.pallifon.ch)

---

**Parkinson Schweiz**

Gewerbestrasse 12a  
8132 Egg  
043 277 20 77

---

**Parkinfon 0800 80 30 20**

[www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch)

---

---

Information und Beratung für Menschen mit Diabetes und deren Angehörige

---

---

Information und Beratung/Therapie für Menschen mit Suchtproblemen (Alkohol, Medikamente etc.) und deren Angehörige

---

---

Information und Beratung für Menschen mit Krebs, deren Angehörige und Fachpersonen

---

---

Information, Beratung und Kurse für atembehinderte, lungen- sowie tuberkulosekranke Menschen

---

---

Informationen und Beratung zu Palliative Care, Adressen von Angeboten in der Nähe

---

---

Pallifon ist eine telefonische 24h-Notfallberatung für Palliativepatienten und deren Angehörige

---

---

Information und Beratung für Menschen mit Parkinson und deren Angehörige.

---

---

Parkinfon: Grathotline  
Neurologen beantworten Fragen  
Mittwoch 17–19 Uhr

---

---

**pro audito zürich**

Organisation für Menschen  
mit Hörproblemen  
Feldeggstrasse 69  
8008 Zürich  
044 363 12 00  
[www.proaudito-zuerich.ch](http://www.proaudito-zuerich.ch)

---

**Rheumaliga Zürich**

Badenerstrasse 585  
8048 Zürich  
044 405 45 50  
[www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch)

---

**Schweizerischer Blinden-  
und Sehbehindertenverband**

Sektion Zürich Schaffhausen  
Oberlandstrasse 105  
8610 Uster  
044 940 93 10  
[www.sbv-fsa.ch](http://www.sbv-fsa.ch)

---

**Suchtpräventionsstelle  
Zürcher Oberland**

Gerichtsstrasse 4  
8610 Uster  
043 399 10 80  
[www.sucht-praevention.ch](http://www.sucht-praevention.ch)  
**Info-Hotline 043 399 10 99**

---

**Zürcher Aids-Hilfe**

Kanzleistrasse 80  
8004 Zürich  
044 455 59 00  
[www.zah.ch](http://www.zah.ch)

---

**Zürcher Sehhilfe**

Lutherstrasse 14  
8004 Zürich  
043 322 11 70  
[www.zuercher-sehhilfe.ch](http://www.zuercher-sehhilfe.ch)

---

---

Information, Kurse und Sozialberatung  
für Menschen mit Hörproblemen

---

---

Information, Beratung, Kurse, Selbst-  
hilfegruppe und Hilfsmittel für den  
Alltag für Menschen mit Rheuma

---

---

Information und Beratung für blinde  
und sehbehinderte Menschen und  
deren Angehörige

---

---

Unentgeltliche Information und Be-  
ratung für Menschen jeden Alters und  
ihrer Angehörigen bei Fragen zu Alko-  
hol, Medikamenten, Tabak etc. sowie  
zur Prävention von Abhängigkeit

---

Di 14-17 Uhr und Do 9-12 Uhr

---

Information, anonyme Schnelltests  
und Beratung

---

---

Beratung, Rehabilitation und Hilfsmit-  
tel für Sehbehinderte und blinde Men-  
schen und deren Angehörige

---



## Selbsthilfegruppe

### **Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland**

Im Werk 1

8610 Uster

Tel. 044 941 71 00

[www.selbsthilfezentrum-zo.ch](http://www.selbsthilfezentrum-zo.ch)

---

Selbsthilfegruppen zu verschiedenen  
Themen

---

## VORSORGE UND TODESFALL

### Vorsorge

#### **DOCUPASS**

Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Fachstelle Uster  
Amtsstrasse 3  
8610 Uster  
058 451 53 43  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

---

Der DOCUPASS ist ein Vorsorge-dossier (Patientenverfügung, Anordnungen im Todesfall, Vorsorgeauftrag und Testament), das persönliche Anliegen, Bedürfnisse, Forderungen und Wünsche im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Sterben und Tod umfassend festhält.

---

#### **Patientenverfügung Vorsorgeauftrag**

Die Fachstelle Alter der Stadt Uster 044 944 74 59 informiert über die verschiedenen erhältlichen Patientenverfügungen und Vorsorgeaufträge.

---

#### **Testament und Erbvertrag**

Notariat, Grundbuch- und  
Konkursamt Uster  
Zürichstrasse 1  
8610 Uster  
044 752 39 90  
[www.notariate.zh.ch](http://www.notariate.zh.ch)

---

Beurkundung von Rechtsgeschäften (Ehe-/Erbverträge, Grundstückskaufverträge, usw.), erbrechtliche Beratung, Testament

---

#### **Vorsorgemöglichkeiten**

Beratungen zu individuellen Vorsorgemöglichkeiten erfolgen durch Banken, Versicherungs- und Vermögensberater.

---

### Trauer

#### **Evangelisch-reformierte Kirche Uster**

Zentralstrasse 40  
8610 Uster  
044 943 15 15  
[www.refuster.ch](http://www.refuster.ch)

---

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren

---

---

**Katholische Pfarrei  
St. Andreas**

Neuwiesenstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 85 44  
[www.pfarrei-uster.ch](http://www.pfarrei-uster.ch)

---

**Schweizerischer Verband  
freischaffender Theologen**

[www.svft.ch](http://www.svft.ch)

---

## Todesfall

**Bestattungsamt**

Stadt Uster  
Bahnhofstrasse 17  
8610 Uster  
044 944 72 21  
[www.uster.ch](http://www.uster.ch)

---

**Todesanzeigen**

Druckerei Zimmermann  
Strickstrasse 7  
8610 Uster  
044 944 35 34  
[print@zimmidruck.ch](mailto:print@zimmidruck.ch)

---

**Erbschaftskanzlei  
Bezirksgericht Uster**

Gerichtsstrasse 1  
8610 Uster  
043 366 33 00  
[www.gerichte-zh.ch](http://www.gerichte-zh.ch)

---

**Grabunterhalt  
Friedhof Stadt Uster**

Friedhofsallee 2  
8610 Uster  
044 940 16 77

---

---

Seelsorge, Sozialberatung, Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren, Mittagstische für alle

---

---

Konfessionell freie Zeremonien zur Bestattung und zum Abschied

---

Meldestelle für Todesfälle (siehe auch S. 36). Unterstützung der Hinterbliebenen bei der Koordination mit den Kirchenbehörden und bei den Vorbereitungen für die Erdbestattung oder Kremation. Wir nehmen uns gerne Zeit für das Bestattungsgespräch. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

---

---

Anlaufstelle für Todesanzeigen. Beratung, Weiterleitung der Todesanzeige an die Zürcher Oberland Medien AG, Druck von Todesanzeigekarten

---

---

Die Erbschaftskanzlei gibt Auskunft über Erbscheine und Testamentseröffnungen.

---

---

Die Anpflanzung der Gräber erfolgt durch das Friedhofpersonal. Bepflanzungsaufträge bzw. Verträge können direkt beim Friedhofgärtner in Auftrag gegeben werden.

---

## Was tun bei einem Todesfall?

### Bei Eintritt des Todes zu Hause

Informieren Sie Ihren Arzt. Dieser bestätigt den Tod und stellt die ärztliche Todesbescheinigung zuhänden des zuständigen Zivilstandsamtes aus.

### Bei Eintritt des Todes im Spital oder Heim

Die ärztliche Todesbescheinigung wird direkt dem zuständigen Zivilstandsamt zugestellt.

### Todesfall melden

Todesfälle sind innert 2 Tagen dem Bestattungsamt des Wohnortes der verstorbenen Person zu melden. An Wochenenden und allgemeinen Feiertagen kann bis zum nächsten Arbeitstag gewartet werden. Nach Möglichkeit sind folgende Dokumente mitzubringen:

Ärztliche Todesbescheinigung sofern der Tod zu Hause eingetreten ist.  
Bei Ausländerinnen und Ausländern Ausländerausweis und Pass sowie weitere Zivilstandsdokumente (detaillierte Auskunft erteilt das Zivilstandsamt).

### Transport

Das Leichenauto kann von Montag bis Freitag während den üblichen Arbeitszeiten über Telefon 079 571 22 33 (Bestattungsdienst der Stadt Uster) oder 044 944 72 21 (Bestattungsamt Uster) angefordert werden. An Wochenenden und Feiertagen erreichen Sie den Pikettdienst über 044 710 99 70.

### Bestattung

Das Bestattungsamt veranlasst in Absprache mit den Hinterbliebenen das Einsargen, die Kremation und/oder die Aufbahrung im Friedhofsgebäude sowie den Urnentransport, bespricht die Art der Bestattung und setzt den Bestattungstermin fest. Es ist dabei wertvoll, wenn Sie bereits wissen, wie sich die/der Verstorbene Bestattungsart und Abdankung gewünscht hat.

Schriftliche Bestattungswünsche können beim Bestattungsamt kostenlos hinterlegt werden. Ein entsprechendes Formular kann beim Bestattungsamt gestellt werden.

## Was tun bei einem Todesfall?

### **Beisetzung**

Die Beisetzung am Grab, oft im engeren Familienkreis, findet eine Viertelstunde vor der Abdankungsfeier statt.

### **Abdankung**

Für die Abdankung steht die Friedhofkapelle zur Verfügung (ca. 250 Sitzplätze).

### **Grabmale**

Über die Grabdenkmale bestehen Vorschriften in Bezug auf Grösse, Material und Bearbeitung. Vor Ausführung eines Grabmales ist die Bewilligung des Friedhofvorstehers einzuholen.

### **Testament**

Hat eine verstorbene Person ein Testament hinterlassen, so sind die Hinterbliebenen verpflichtet, dieses unverzüglich der Nachlassbehörde (Bezirksgericht des letzten Wohnortes des Verstorbenen) zur Eröffnung einzureichen.

# STICHWORTVERZEICHNIS

24-h-Pflege, -Betreuung, -Notfallpikett	15–16, 23–24
<b>A</b>	
AHV/IV Beratung	7
Aktivitäten für Senioren	26
Altersheim	6, 12–13, 22
Alterspsychiatrie, Clenia	30
Altersturnen	26
Alterswohnungen	10–11, 29
Alters- und Pflegezentren	6, 12, 17, 29
Alzheimer, Information	17, 30
Angebotsberatung, Fachstelle Alter	5
Ausflüge für Senioren	26
<b>B</b>	
Begegnungsmöglichkeiten	26
Beistandschaften	28
Beratung zum Alter	5–8
Beschwerdestellen für das Alter	8–9
Bestattung	35–37
Besuchsdienst	17, 27
Betreuung im Alltag, 24-h-Betreuung	15–16, 23–24
Bewegungsangebote	26
Bildungsangebote	26
Büroassistenz	18
<b>C</b>	
Computer- und Handykurse	26
Concierge-Service	21

Coiffeure mobil	22
<b>D</b>	
Demenz, Abklärung / Angehörigengruppe	30
Demenz, Entlastung und Information	15–18, 30
Demenz, Pflege und Betreuung	23–25
Diabetes	31
Dienstleistungen zu Hause	15–22
<b>E</b>	
Entlastung, Angehörige	15–23
Erbvertrag	8
Ergänzungsleistungen, Zusatzleistungen	7
Erwachsenenschutz (KESB)	9
<b>F</b>	
Fachstelle Alter, Auskunft und Beratung	5
Fahrdienste	20
Ferienplatz in Alters- und Pflegezentren	12–14
Ferien für Senioren	26
Freiwilliges Engagement	27–29
Freizeit	26
Friedensrichter	7
<b>G</b>	
Gesundheit	30–33
Gesundheitsberatung Spitex Uster	6
Grabunterhalt	35
Gymnastikangebote	26
<b>H</b>	
Handy- und Computerkurse	26

Hauswirtschaftliche Dienste	15–17
Heimeintritt, Auskunft und Beratung Heime Uster	12
Hilfe zu Hause	15–22
Hilflosenentschädigung	7
Hilfsmittel, Rollatoren, Alltagshilfen, etc.	21
Hörprobleme, Information	32
<b>K</b>	
Kontinenzberatung Spitex Uster	6
Krankenmobilien	25
Krebsliga	31
Kurse für Senioren	26
<b>L</b>	
Lungenprobleme, Information	31
<b>M</b>	
Mahlzeitendienste	19
<b>N</b>	
Nachbarschaftshilfe	17
Nachtdienst, -betreuung	23–24
Notariat	8, 34
Notfallpikett, 24h	23–24
Notrufsysteme	21
<b>P</b>	
Palliative Care	23–24, 31
Parkinson, Information	31
Patientenfahrdienste	20
Patientenorganisationen	31–33
Patientenverfügung	34



Pensionierungsvorbereitung	9
Pflege und Betreuung zu Hause	23–25
Pflegezentren	12–14
Physiotherapie zu Hause	25
Pro Senectute Kanton Zürich	6
Psychiatrie Spitex	23–24
Psychiatriezentrum, Clenia	30
<b>R</b>	
Rechtsauskunft	8
Recycling-Abholdienst	22
Rheumaliga	32
Rollstuhlbus	20
Rotkreuz Notruf	21
<b>S</b>	
Schreibdienst	12, 18
Seelsorge	6–7, 34–35
Sehprobleme, Information	32
Selbsthilfegruppen	33
Senioren für Senioren, Unterstützung im Alltag	17
Seniorenachmittage	26
Sozialberatung Pro Senectute	6
Sozialversicherung	7
Spielnachmittage, Jassen, Bridge	26
Spitäler	30
Spitex / Spitex Plus	15–18, 23–25
Spitex Shop, Hilfsmittel	21
Sportangebote	26

Sprachkurse	26
Sterben, Tod	34–37
Steuererklärungsdienst	19
Stomaberatung	6
Stolperfallen, Sturzprävention	22
Sucht im Alter, Information	32
<b>T</b>	
Tagesaufenthalt	14
Testament	8
Todesfall, was tun?	35–37
Trauer, Trauergruppe	34
Treffpunkte	26
Treuhanddienst	18
Turnen für Senioren	26
<b>U</b>	
Umzugshilfe	12
Unterstützung im Alltag	17–22
<b>V</b>	
Veranstaltungen für Senioren	26
Vorsorge, Vorsorgeauftrag	34
<b>W</b>	
Wohnen im Alter	10–14
Wohnheim	6, 12
Wohnungssuche	11–12
<b>Z</b>	
Zeitvorsorge	27
Zusatzleistungen zur AHV/IV	7



## NOTFALL-NUMMERN

---

**Sanität/Rettungsdienst**

**144**

---

**Ärztlicher Nofalldienst  
«Ärztefon»**

**0800 33 66 55**

---

**Apotheken-Notfalldienst**

**0900 55 35 55**

---

**Spital Uster**

**044 911 11 11**

---

**Notfallpraxis am Spital**

**044 911 23 23**

Nur zu den folgenden Zeiten:  
Werktage 18.00–22.00 Uhr  
Wochenende 09.30 – 22.00 Uhr

---

**Spitex Uster**

**044 905 70 80**

---

**Psychiatrischer  
Notfalldienst**

**044 931 39 39**

---

**Rega**

**1414**

---

**Polizei**

**117**

---

**Feuerwehr**

**118**

---

**Vergiftungen**

**145**

---

**Die Dargebotene Hand**

**143**

---

**Zahnärztlicher  
Notfalldienst**

**079 358 53 66**