

Fühlen Sie sich manchmal **allein** und möchten neue Kontakte knüpfen?

Wenn man älter wird, werden soziale Kontakte immer wichtiger. Die Altersberaterin kann Ihnen helfen, neue Maschen in Ihrem Beziehungsnetz zu knüpfen.



Publikationen/Prospekte der Altersberatung

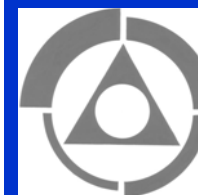
- o Altersleitbild
- o Wissenswertes für Opfiker Seniorinnen und Senioren von A – Z
- o Freiwilligenarbeit
- o Agenda 60+ (Veranstaltungskalender)
- o Meine letzten Lebenswünsche
- o Diverse Informationsblätter über aktuelle Angebote

Möchten Sie die Altersberaterin kennen lernen und **Kontakt** mit ihr aufnehmen? Sie freut sich auf Ihren Anruf.

Info und Anmeldung:
Verena Schaar, Altersberaterin
Talackerstrasse 70
8152 Glattbrugg
044/829 85 50
Montag bis Donnerstag
verena.schaar@opfikon.ch
www.opfikon.ch

Brauchen Sie eine individuelle **Beratung** oder Unterstützung in persönlichen, finanziellen oder administrativen Belangen?

Melden Sie sich für ein Gespräch an, damit sich die Altersberaterin genügend Zeit für Sie nehmen kann.



- **Allein?**
- **Sorgen?**
- **Unterstützung?**
- **Beratung ?**
- **Wohnwechsel?**
- **Freiwilligenarbeit?**
- **Angebote?**
- **Dienstleistungen?**



Altersberatung
Opfikon-Glattbrugg

Machen Sie sich **Sorgen** um Ihre Eltern, um die betagte Nachbarin?

Nehmen Sie Kontakt mit der Altersberaterin auf. Im gemeinsamen Gespräch wird nach einer Lösung gesucht.



Denken Sie mittel- oder langfristig an einen **Wohnwechsel**?

Älter werden will geplant sein. Das Wohnen nimmt eine wichtige Stellung in der Planung ein, denn es lässt sich nicht von heute auf morgen verändern. Lassen Sie sich von der Altersberaterin über die verschiedenen Möglichkeiten informieren.



Interessieren Sie sich für **Angebote** im Sport-, Kultur- oder Bildungsbereich?

Die agenda 60+ erscheint vierteljährlich und enthält sämtliche Angebote im Seniorenbereich, die von der Altersberatung, dem Alterszentrum, der Pro Senectute und

den beiden Kirchen angeboten werden. Sie liegt im Stadthaus, im Alterszentrum Gibeleich und in beiden Kirchgemeinden auf. Auf der Homepage der Stadt Opfikon, www.opfikon.ch, finden Sie Hinweise auf weitere Veranstaltungen.

Suchen Sie eine neue **Herausforderung**, z.B. in der **Freiwilligenarbeit**?

Viele Freiwillige in verschiedenen Bereichen freuen sich auf neue Kolleginnen und Kollegen. Melden Sie sich für ein unverbindliches Gespräch bei der Altersberaterin an. Es lässt sich bestimmt eine Ihnen entsprechende Einsatzmöglichkeit finden.

Möchten Sie über bestehende **Dienstleistungsangebote** im Seniorenbereich informiert werden?

Das Angebot in Opfikon-Glattbrugg ist breit und gut ausgebaut. Es reicht von Fusspflege über Ferienangebote bis zum Ausfüllen der Steuererklärung. Die Altersberaterin informiert Sie gerne.