



Beilage zum Altersleitbild: Angebote für Seniorinnen und Senioren

Basierend auf dem Altersleitbild finden Sie nach Themenfelder geordnet die Angebote der Stadt Opfikon für Seniorinnen und Senioren ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Details zu den einzelnen Veranstaltungen und Angeboten, Programme sowie aktuelle Publikationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf der Homepage der Stadt Opfikon (www.opfikon.ch).

ANGEBOTE FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN DER ANLAUFSTELLE 60+	
Afternoon Happy Hour	Geniessen Sie einen fröhlichen Nachmittag. Regemässig findet die Happy Hour im Restaurant Gibeleich, 15.00 - 16.00 Uhr, statt. Wir offerieren Ihnen ein Glas Prosecco oder ein Glas Rimuss und einen kleinen Snack. Musikalische Umrahmung am Klavier.
Beratungen für Seniorinnen und Senioren	Für persönliche Beratungen zu Themen wie - Wohnen (Alterswohnungen, Heim) - Administration (Hilfe und Unterstützung) - Vorsorgedokumente (Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung, Bestattungswunsch) - Finanzen (AHV, Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung, Steuern) - Alltagsbewältigung (Spitex, Entlastung, Betreuung) sowie zu weiteren Fragen, melden Sie sich bei der Anlaufstelle 60+ (Termine nach Voranmeldung). Wir unterstützen Sie gerne bei der Suche nach Lösungen und freuen uns, Ihnen weiterzuhelfen. Regelmässig finden zusätzlich öffentliche Beratungen in den verschiedenen Quartieren statt.
Brennpunkt 60+	Der Brennpunkt 60+ ist ein Forum für die älteren Generationen, welches über altersspezifische Themen informiert. Der Anlass ist öffentlich und findet zwei Mal jährlich statt.
Brocki	Das Brocki beim Alterszentrum Gibeleich, Talackerstrasse 70, Glattbrugg, bietet Ihnen gut erhaltene Haushaltartikel, Kleider und Kleinmöbel an.
Computeria	Ein Team von Freiwilligen unterstützt Sie bei Fragen und Problemen rund um den Computer. Falls Sie einen Laptop haben, bringen sie ihn am besten mit.

Kafiplausch 60+	Monatliche Treffen im Cheminéeraum der Reformierten Kirche, Glattbrugg. In geselliger Runde haben wir Zeit, zu plaudern, uns zu vernetzen, Informationen und Interessen auszutauschen und vielleicht auch gemeinsam zu philosophieren. Kommen Sie und Ihre Nachbarinnen und Nachbarn vorbei und lassen Sie sich überraschen.
Gemeinsame Sonntags-Zmittag im Gibi	Der 'gemeinsame Sonntags-Zmittag' im Restaurant Gibeleich findet jeden 3. Sonntag im Monat statt. Preis pro Menu: CHF 15.00. Geniessen Sie einen geselligen Mittag. Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldung: Bis Freitag vor dem Anlass, 12.00 Uhr, 044 829 85 33 (Vermerk: 'Gemeinsame Sonntags-Zmittag').
Opfiker Boxenstopp 60+	Wir freuen uns, wenn ihr Spaziergang am Opfiker Boxenstopp 60+ vorbeiführt. Dieser findet regelmässig in der Natur rund um Opfikon statt. Wir treffen uns ungezwungen zum Plaudern, Diskutieren und Philosophieren.
Velotouren	Die Anlaufstelle 60+ bietet in regelmässigen Abständen verschiedene Velotouren an. Die Touren sind unterschiedlich lang und abwechselnd anspruchsvoll. Es gibt für alle eine passende Tour.
Vortragsreihe 60+	Zwischen September und April finden jeweils Vorträge zu Gesundheitsthemen statt.
Wandergruppe	Die Anlaufstelle 60+ bietet in regelmässigen Abständen geführte Wanderungen von ca. 2 - 3 Stunden an.

DIENSTLEISTUNGEN ZU HAUSE	
CasaGusto Mahlzeitendienst der Pro Senectute	CasaGusto bietet die Möglichkeit, sich gesund und ausgewogen zu ernähren und liefert die Mahlzeiten innert 24 Stunden per Post direkt an die Wohnungstür.
Entlastungsdienst Schweiz - Kanton Zürich (Entlastung und Betreuung)	Der Entlastungsdienst betreut Seniorinnen und Senioren mit einer Behinderung, psychischer und körperlicher Einschränkung, bei Demenzerkrankung sowie nach einem Spital- oder Rehabilitationsaufenthalt. Es wird mit festen Bezugspersonen gearbeitet und die Einsätze können stunden-, tage- oder wochenweise sein. Bei Notsituationen ist auch kurzfristige Betreuung möglich.
Mahlzeitendienst des Restaurants Gibeleich	Vom Restaurant Gibeleich können Sie sich Mahlzeiten nach Hause liefern lassen. Auskunft und Anmeldung beim Alterszentrum Gibeleich.
Paul Schiller Stiftung	Nur mit dem Einsatz aller lassen sich die Herausforderungen der demografischen Alterung in unserer Gesellschaft gut bewältigen. Im Bewusstsein dieser gemeinsamen Verantwortung will die Paul Schiller Stiftung die Betreuung im Alter zum Thema machen und den Dialog vor Ort stärken.
Rotkreuz Duo	Freiwillige unterstützen Sie punktuell oder wöchentlich bei Aufgaben und Aktivitäten des täglichen Lebens. Gemeinsam machen Sie zum Beispiel den wöchentlichen Einkauf, kochen zusammen, machen gemeinsam die Wäsche oder einen entspannten Spaziergang an der frischen Luft.

Rotkreuz-Fahrdienst (SRK)	Fahren Sie nicht Auto und die öffentlichen Verkehrsmittel sind Ihnen zu beschwerlich? Freiwillige Fahrerinnen und Fahrer des Roten Kreuzes bringen Sie sicher zu Arztterminen, ins Spital oder in die Therapie - und wieder zurück.
Spitex Opfikon	Der Spitex-Verein ist eine Nonprofit Organisation, die im Auftrag der politischen Gemeinde Opfikon die Pflege und Betreuung bei Ihnen zuhause sicherstellt.

ALTERSWOHNUNGEN / STATIONÄRE PFLEGE	
Alterswohnungen	Den Bewohnerinnen und Bewohnern von Opfikon stehen die folgenden Alterswohnungen von verschiedenen Anbietern zur Verfügung: Alterszentrum Gibeleich Die 37 Alterswohnungen stehen pensionierten Personen mit zivilrechtlichem Wohnsitz in der Stadt Opfikon seit mehr als 5 Jahren zur Verfügung. Segeno Die Senioren-Wohnbau-Genossenschaft besitzt drei Liegenschaften mit unterschiedlichen Alterswohnungen in Opfikon. Tertianum Wohn- und Pflegezentrum Bubenholz Das Tertianum Bubenholz vermietet grosszügig konzipierte und moderne Wohnungen.
Pflegefinanzierung	Seit 2011 ist im Kanton Zürich das neue Pflegefinanzierungsgesetz in Kraft. Darin wird die Finanzierung von Spitexleistungen und Aufenthalten in Alters- und Pflegezentren geregelt. Die Pflegekosten werden zwischen den Krankenversicherern, den Wohnsitzgemeinden und den Patienten aufgeteilt. Auswärtige und ausserkantonale Pflegeplätze Bei einem Eintritt in ein Pflegezentrum ausserhalb Ihrer Wohngemeinde empfiehlt es sich, Kontakt mit Ihrer Wohnsitzgemeinde aufzunehmen. Es können Mehrkosten entstehen (wie z.B. Auswärtigen Zuschlag), die nicht zwingend von der Wohnsitzgemeinde getragen werden. Bei ausserkantonomer Heimwahl ist vor Eintritt zu klären, wie die Restfinanzierung in diesem Kanton geregelt ist. Nicht alle Kantone haben die gleichen Regelungen betreffend die Pflegefinanzierung.
Alterszentren / Stationäre Pflege	Folgende Institutionen verfügen über eine Pflegeabteilung: Alterszentrum Gibeleich Im Alterszentrum Gibeleich finden Menschen, die langfristig Pflege und Betreuung benötigen, in der Pflegeabteilung ein Zuhause. In der Wohngruppe Böschenmatte gibt es zusätzlich Plätze für die speziellen Bedürfnisse für Menschen mit Demenz. KZU Kompetenzzentrum Pflege und Gesundheit Das regionale Pflegezentrum KZU führt Pflegezentren in Bassersdorf und Embrach.

	Für Menschen mit speziellen Pflegebedürfnissen (Akut- und Übergangspflege, Palliative Care, psychische Erkrankungen, Demenz) werden im KZU spezifische und bedürfnisgerechte Angebote geführt. Tertianum Wohn- und Pflegezentrum Bubenholz Das Tertianum Bubenholz bietet Pflegezimmer in moderner Atmosphäre an.
--	--

BERATUNG UND INFORMATIONEN A - Z	
AIDA-Care (Aufsuchende Individuelle Demenz-Abklärung und Beratung)	Das AIDA-Care-Team des KZU Kompetenzzentrums Pflege und Gesundheit bietet Hilfesuchenden bei Verdacht auf Demenz Unterstützung an.
Alzheimer Zürich	Das Angebot von Alzheimer Zürich umfasst Beratung, Unterstützung, Begleitung und Schulung von Menschen mit Demenz, deren Angehörige und deren Umfeld.
Ambulante Therapien (Physio- und Ergotherapie)	Fachpersonen für Physio- und Ergotherapie des KZU Kompetenzzentrums Pflege und Gesundheit bieten ambulante Therapien bei Ihnen zu Hause an.
Bestattungswunsch	Wünsche betreffend die Bestattung können bereits zu Lebzeiten beim Bestattungsamt im Stadthaus hinterlegt werden.
Entlastungsdienst Schweiz - Kanton Zürich (Entlastung und Betreuung)	Der Entlastungsdienst betreut Seniorinnen und Senioren mit einer Behinderung, psychischer und körperlicher Einschränkung, bei Demenzerkrankung sowie nach einem Spital- oder Rehabilitationsaufenthalt. Es wird mit festen Bezugspersonen gearbeitet und die Einsätze können stunden-, tage- oder wochenweise sein. Bei Notsituationen ist auch kurzfristige Betreuung möglich.
Fahrdienst	Diverse Fahrdienste: Behinderten-Transport Zürich, Pro Mobil, SanMobil, SRK Rotkreuz-Fahrdienst, TAXI Taxi Kontakt der Fahrdienste siehe letzte Seite
Altersfonds Opfikon	Der Altersfonds Opfikon hat zum Ziel, die Situation der älteren Bevölkerung in Opfikon zu verbessern. Es besteht die Möglichkeit, in Not geratene ältere Menschen gezielt finanziell zu unterstützen. Ebenso können Anlässe finanziert werden, um soziale Kontakte unter den Seniorinnen und Senioren zu fördern und das Zusammengehörigkeitsgefühl zu stärken. Der Altersfonds Opfikon wird über Legate und Spenden finanziert. Die Verwendung des Fonds liegt in der Verantwortung der Steuergruppe Altersversorgung der Stadt Opfikon. Gesuche sind an die Abteilung Gesellschaft zu richten (gesellschaft@opfikon.ch).

IPW (Integrierte Psychiatrie Winterthur - Zürcher Unterland)	Die Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (ipw) berät und begleitet Menschen, die sich in einer Krise befinden oder psychisch erkrankt sind.
Kirchgemeinden in Opfikon	- Katholisches Pfarramt St. Anna, Wallisellerstrasse 20, Glattbrugg - Reformierte Kirchgemeinde Opfikon, Schulstrasse 2, Glattbrugg
Patientenverfügung FMH	Mit einer Patientenverfügung sorgt man für Situationen vor, in denen man durch einen Unfall oder eine Krankheit nicht mehr selber entscheiden kann.
Pro Senectute	Die Pro Senectute des Kanton Zürich bietet ein vielfältiges Beratungs- und Dienstleistungsangebot an.
Sozialversicherungsanstalt des Kantons Zürich (SVA)	Die SVA Zürich ist das Kompetenzzentrum für Sozialversicherungen im Kanton Zürich. Die SVA Zürich bietet sieben Sozialversicherungsprodukte unter einem Dach an: AHV, IV, EO, Zusatzleistungen (Ergänzungsleistungen), Mutterschaftsentschädigung, Familienzulagen und Prämienverbilligung.
Spital Bülach	Das Spital Bülach sichert mit seinen 200 Betten die medizinische Versorgung von 180'000 Menschen im Zürcher Unterland und den angrenzenden Regionen.
Todesfall	Das Bestattungsamt im Stadthaus nimmt die Meldungen von Todesfällen entgegen, organisiert Beisetzungen und erteilt Auskünfte, was bei einem Todesfall zu tun ist. Das Bestattungsamt informiert auch bezüglich Gräber, Grabbepflanzungen und -pflege.
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA)	Für Beschwerden oder bei Problemen hinsichtlich des Wohnens, der Finanzen, der Krankenkasse, der Betreuung und Pflege in der Familie oder in Alters- und Pflegeheimen, Spitex etc. steht die unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA) zur Verfügung.
Unentgeltliche Rechtsauskunft Bezirksgericht Bülach	Das Bezirksgericht Bülach erteilt telefonisch unentgeltliche Rechtsauskünfte.
Vorsorgedokumente	Komplette Dossiers (kostenpflichtig) mit sämtlichen Vorsorgedokumenten bietet die Caritas (Vorsorgemappe) und die Pro Senectute (Docupass) an.

Anlaufstelle 60+	044 829 85 50	www.opfikon.ch
Alterszentrum Gibeleich	044 829 85 85	www.opfikon.ch
Alzheimer Zürich	043 499 88 63	www.alzheimer-schweiz.ch
Auskunftsstelle Pflege (ambulant)	044 829 85 50	www.opfikon.ch
Behinderten-Transport Zürich	044 444 22 11	www.btz.ch
Caritas	044 366 68 68	www.caritas-zuerich.ch
Entlastungsdienst Schweiz Kanton Zürich	044 741 13 30	www.entlastungsdienst.ch
ipw Integrierte Psychiatrie Winterthur	052 264 33 33	www.ipw.ch
Katholische Kirche St. Anna Glattbrugg	044 211 52 25	www.sankt-anna.ch
Kompetenzzentrum Pflege und Gesundheit (KZU)	044 838 51 11	www.k-z-u.ch
Pro Mobil	044 278 90 00	www.promobil.ch
Pro Senectute, Bülach	058 451 53 00	www.pszh.ch
Reformierte Kirchgemeinde Opfikon	044 828 15 15	www.ref-opfikon.ch
Restaurant Gibeleich	044 829 85 29	www.opfikon.ch
SanMobil	079 870 77 57	www.sanmobil.ch
segeno Senioren Wohnbaugenossenschaft	079 375 65 40	www.segeno.ch
Stadtverwaltung Opfikon	044 829 81 11	www.opfikon.ch
Spital Bülach	044 863 22 11	www.spitalbuelach.ch
Spitex Opfikon	044 811 07 77	www.spitex-opfikon.ch
SRK Zürich Rotkreuz Duo	044 360 28 36	www.srk-zuerich.ch
SRK Rotkreuz-Fahrdienst	079 800 80 90	www.srk-zuerich.ch
SVA Zürich	044 448 50 00	www.svazurich.ch
TIXI Taxi	044 404 13 80	www.tixi.ch
Wohn- und Pflegezentrum Tertianum Bubenholz	043 544 91 91	www.tertianum.ch
Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter	0848 00 13 13	www.uba.ch
Unentgeltliche Rechtsauskunft BZG Bülach	044 863 44 33	www.buelach.ch