

**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



# Ihr Engagement für das Alter

Freiwilligenarbeit bei  
Pro Senectute Kanton Zürich

**Kanton Zürich**

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

# Das und mehr – Engagement in einem Jahr



5'807

beratene Klientinnen und Klienten



3'226

Freiwillige und Ehrenamtliche



33'727\*

Teilnehmende an Kursen  
und Veranstaltungen



316'671

Stunden Einsatz von  
Freiwilligen und Ehrenamtlichen



25'751

Spenderinnen und Spender



4'538

Steuererklärungen  
ausgefüllt



86

Prozent direkter Projektaufwand  
(kundenbezogene Dienstleistungen)



112'739

Einsatzstunden von Pro Senectute Home  
– Pflege und Betreuung zu Hause

# Standorte ganz in Ihrer Nähe

Wir beraten Sie gerne telefonisch oder  
vor Ort in einem unserer sieben Dienst-  
leistungszentren (DC) sowie an der  
Geschäftsstelle. Oder schreiben Sie eine  
E-Mail an [freiwilligenarbeit@pszh.ch](mailto:freiwilligenarbeit@pszh.ch).



## 1 DC Limmattal und Knonaueramt

Badenerstrasse 1  
8952 Schlieren  
Telefon 058 451 52 00

## 2 DC Oberland

Bahnhofstrasse 182  
8620 Wetzikon  
Telefon 058 451 53 40

## 3 DC Pfannenstiel

Dorfstrasse 78  
8706 Meilen  
Telefon 058 451 53 20

## 4 DC Unterland und Furttal

Glasstrasse 2  
8180 Bülach  
Telefon 058 451 53 00

## 5 DC Winterthur und Weinland

Lagerhausstrasse 3  
8400 Winterthur  
Telefon 058 451 54 00

## 6 DC Zimmerberg

Alte Landstrasse 24  
8810 Horgen  
Telefon 058 451 52 20

## 7 DC Stadt Zürich




Seefeldstrasse 94a  
8008 Zürich  
Telefon 058 451 50 00

## 8 Geschäftsstelle

Forchstrasse 145  
8032 Zürich  
Telefon 058 451 51 00

# Ihr aktives Engagement – mit unseren spannenden Angeboten.

Möchten Sie sich aktiv für ältere Menschen engagieren?  
Als Freiwillige oder Freiwilliger finden Sie bei uns vielfältige  
Möglichkeiten, Ihre Erfahrung und Ihr Können einzubringen.  
Für welches Engagement Sie sich auch entscheiden:  
Freuen Sie sich auf viele bereichernde Begegnungen.

Betreuung   
Administrationshilfe   
Kurse 

## Ortsvertretungen

Schaffen Sie ein gutes Umfeld.

Sie möchten sich in Ihrem Wohnort engagieren?  
Sind Sie kontaktfreudig und organisieren gerne?  
In den Ortsvertretungen von Pro Senectute Kanton  
Zürich vernetzen und unterstützen Sie die Alters-  
arbeit und steigern so die Lebensqualität älterer  
Menschen in Ihrer Gemeinde.

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

## Treuhanddienst

Ihr Engagement ist Gold wert.

Sie möchten Ihre kaufmännischen Erfahrungen und  
Ihr Flair für Zahlen auch nach Ihrer Pensionierung  
einbringen und sich regelmässig und längerfristig  
engagieren? Die Unterstützung älterer Menschen  
in finanziellen und administrativen Belangen bietet  
dafür eine erfüllende Möglichkeit.

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

## Betreuung von Wohnpartnerschaften

Vernetzen Sie Menschen.

Haben Sie Erfahrung in Beratung und Kommuni-  
kation und ein gutes Gespür für Menschen?  
Sie vermitteln und begleiten generationenüber-  
greifende Wohnpartnerschaften bei «Wohnen  
für Hilfe».

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

## Engagement in der Gemeinde

Bewirken Sie im Kleinen Grosses.

Freiwilliges Engagement ist vielfältig und wird oft in  
Kooperation mit anderen Institutionen angeboten:  
z. B. Fahr- und Begleitdienste, Mahlzeitenlieferungen,  
Nachbarschaftshilfen und anderes mehr. Erkundigen  
Sie sich direkt beim Dienstleistungszentrum in Ihrer  
Region, welches Engagement für Sie das passende ist.

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

## Besuchsdienst

Schön, dass Sie da sind.

Als offene und kontaktfreudige Person möchten  
Sie Ihre Zeit weiterschicken. Die Treffen gestalten  
Sie frei und individuell mit den Besuchten. Im  
Vordergrund stehen die direkte Begegnung und  
der Aufbau einer vertrauensvollen, wohltuenden  
Beziehung.

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

## Büroassistentz

Administrative Unterstützung zu Hause.

Kompetent, engagiert und diskret behalten Sie  
bei administrativen Arbeiten stets den Überblick  
und bieten Unterstützung im Zahlungsverkehr,  
bei Rückforderungen und Korrespondenz mit  
Behörden sowie Dienstleistern. Ziel ist es, dass die  
Administration Schritt für Schritt wieder selbst-  
ständig erledigt werden kann.

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



## Computerias

Bringen Sie anderen die Zukunft näher.

Alles, was mit Computern, Tablets, Smartphones  
und Internet zusammenhängt, wird in unseren  
öffentlich zugänglichen Computerias thematisiert.  
Haben Sie Interesse, in Vorträgen und Kursen Ihr  
Computerwissen älteren Menschen auf einfache  
und verständliche Art zu vermitteln?

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

## Steuerklärungsdienst

Ihr Engagement zahlt sich aus.

Sind Sie kompetent in Steuerfragen, haben kauf-  
männisches Wissen und Erfahrung mit älteren  
Menschen? Sind Sie pensioniert oder kurz vor der  
Pensionierung? Dann sind Sie die richtige Person,  
um beim Ausfüllen der Steuererklärung zu unter-  
stützen.

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



## Generationen im Klassenzimmer\*

Gehen Sie nochmals in die Schule.

Haben Sie Freude an Kindern? Können Sie sich vor-  
stellen, einmal pro Woche Schülerinnen und Schüler  
an einem Vor- oder Nachmittag im Unterricht zu  
unterstützen? Dann bringen Sie die wichtigsten Vor-  
aussetzungen für eine neue, bereichernde Tätigkeit mit.

\* In der Stadt Zürich «Seniorinnen  
und Senioren in der Schule».

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

## Bewegung und Sport

Bewegen Sie Menschen.

Bewegen Sie sich gerne und sind Sie sportlich aktiv?  
Wenn Sie Ihr Wissen und Können gerne weitergeben  
und selber noch dazulernen möchten, sind Sie als  
Sportleiterin oder Sportleiter bei uns genau richtig.

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

## Unser Dank an Sie: ein breites Kursangebot

Wenn Sie sich für Freiwilligenarbeit bei uns ent-  
scheiden, profitieren Sie von einer grossen Auswahl  
an Kursen und Weiterbildungen. Aus unserem viel-  
seitigen Kursprogramm können Sie jährlich vier  
Kurse auswählen und kostenlos besuchen. Je nach  
Thema unterstützen Sie die Kurse in Ihrem Engage-  
ment als Freiwillige oder bieten Wissen, Freude  
und Austausch.

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



# Möchten Sie sich aktiv für ältere Menschen engagieren?

## Spenden

Mit einer Spende ermöglichen Sie uns, ältere Menschen in schwierigen Lebenssituationen oder bei finanziellen Engpässen zu unterstützen: kostenlos, diskret und unbürokratisch.

Mehr Informationen:  
[www.pszh.ch/spenden](http://www.pszh.ch/spenden)

**Jetzt mit TWINT  
bezahlen!**

 QR-Code mit der  
TWINT App scannen  
 Betrag und Zahlung  
bestätigen



## Anpacken

Als Freiwillige oder Freiwilliger finden Sie bei uns vielfältige Möglichkeiten, Ihre Erfahrung und Ihr Können einzubringen. Freuen Sie sich auf viele bereichernde Begegnungen. Schreiben Sie einfach eine E-Mail an [freiwilligenarbeit@pszh.ch](mailto:freiwilligenarbeit@pszh.ch).

Mehr Informationen:  
[www.pszh.ch/freiwillig](http://www.pszh.ch/freiwillig)

**Wir bedanken uns für Ihre Unterstützung. Denn nur so kann Pro Senectute Kanton Zürich ihre Dienstleistungen erbringen.**

**Pro Senectute Kanton Zürich**

Stabsstelle Freiwilligen- und  
Ehrenamtlichenarbeit  
Forchstrasse 145  
8032 Zürich

Telefon 058 451 51 00

[freiwilligenarbeit@pszh.ch](mailto:freiwilligenarbeit@pszh.ch)  
[www.pszh.ch/freiwillig](http://www.pszh.ch/freiwillig)

Spendenkonto IBAN  
CH95 0900 0000 8007 9784 4

