In allen Lebenslagen gut beraten.

Wir engagieren uns für Sie – seit über 100 Jahren.

- **Soziales und Beratung**
  Wir beraten individuell und helfen gezielt.

- **Finanzielles und Administratives**
  Wir entlasten in finanziellen und administrativen Angelegenheiten – kompetent und diskret.

- **Pflege und Betreuung**
  Wir begleiten, pflegen und betreuen zu Hause.

- **Sport und Bildung**
  Wir fördern Gesundheit, geistige Fitness und ermöglichen persönliche Begegnungen.

Wir erbringen einen Grossteil unserer Dienstleistungen mit der tatkräftigen Unterstützung von Freiwilligen und Freien Mitarbeitenden.

Stand Oktober 2023

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungscenter Stadt Zürich

Seefeldstrasse 94a
8008 Zürich

Telefon 058 451 50 00

dc.zuerich@pszh.ch
www.pszh.ch

Spendenkonto IBAN
CH95 0900 0000 8007 9784 4

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Sozialberatung
Wir sind in jeder Lebenslage für Sie da.

Kanton Zürich
www.pszh.ch

Unsere Dienstleistungen

Sozialberatung
Wir beraten ältere Menschen ab 60 Jahren und ihre Angehörigen kostenlos zu allen Fragen rund ums Alter. Im vertraulichen Beratungsgespräch hilft Ihnen unser ausgewiesenes Fachpersonal gerne weiter.

Für Ihre Anliegen und Sorgen haben wir stets ein offenes Ohr. Im persönlichen Gespräch unterstützen wir Sie mit praktischen Tipps und Informationen und stehen Ihnen mit Sach- und Dienstleistungen zur Seite. Unsere Mitarbeitenden beraten Sie in einem der sieben Dienstleistungscenter, am Telefon, online per Video-Konferenz oder bei Ihnen zu Hause zu folgenden Themen:

- Finanzen
- Lebensgestaltung
- Gesundheit und Entlastung von pflegenden Angehörigen
- Wohnen
- Recht

Die Beratungen sind kostenlos und unsere Mitarbeitenden unterstehen der beruflichen Schweigepflicht.

Wir sind für Sie da

Beratung bei finanziellen Fragen
Wir helfen Ihnen weiter, wenn Sie finanzielle Sorgen, Probleme mit Sozialversicherungsleistungen oder Ihrer Krankenkasse haben, sowie bei Fragen zu AHV und Zusatzleistungen. Wir sind auch bei materiellen Engpässen und beim Geltend machen von Ansprüchen gegenüber Dritten behilflich.

Unterstützung in Lebensgestaltung und schwierigen Situationen
Wir sind für Sie da, wenn Sie Begleitung bei einem Trauerfall wünschen, Fragen zur Lebensgestaltung haben, ein Beziehungsproblem angehen wollen oder mit einer Fachperson eine schwierige Lebenssituation besprechen möchten.

Auskunft über Entlastungsangebote
Gerne beraten wir Sie über Entlastungsangebote wie Spitex, Mahlzeitendienste, günstige Transportmöglichkeiten, Nachbarschaftshilfen etc.

Selbstbestimmt wohnen im Alter
Bei Fragen rund ums Wohnen zeigen wir Ihnen, wie Sie möglichst lange selbstständig und sicher zu Hause wohnen können. Wir helfen Ihnen bei der Suche nach alternativen Wohnformen und unterstützen Sie beim Eintritt ins Alterszentrum.

Erfahrungsaustausch in Gesprächsgruppen
Für pflegende Angehörige bieten wir zudem moderierte Gesprächsgruppen an, die von geschulten Fachpersonen geleitet werden. Die Teilnehmenden profitieren vom Erfahrungsaustausch und von der gemeinsamen Lösungssuche.