



Wohnen im Alter

7

Wohnhilfen, Umzug

7.3

### 7.3.1 Entlastung für pflegende Angehörige

Der Entlastungsdienst entlastet Angehörige zu Hause (auch in Ergänzung zu anderen Diensten), damit kranke und ältere Menschen so lange wie möglich in ihrer gewohnten Umgebung bleiben können. Folgende Dienstleistungen können in Anspruch genommen werden:

- Begleitung bei Spaziergängen oder Arztbesuchen
- Gemeinsames Einkaufen
- Gesellschaft leisten / Heimbesuche
- Nachtwachen (Nachtbetreuungen / Pauschale Nachtwachen)
- Kinderbetreuung

Der Entlastungsdienst wird durch die Bezirksgemeinden unterstützt und ist dadurch kostengünstig. Details zur Kostenstruktur bitte beim Anbieter direkt erfragen.

#### Spitex Knonaueramt Entlastungsdienst

Werkstrasse 1, 8910 Affoltern am Albis  
Telefon 044 762 50 48  
eld@spitexka.ch  
www.spitexka.ch

### 7.3.2 Coiffeur und Fusspflege, Vermittlung von günstigen Angeboten

Die Pro Senectute Kanton Zürich vermittelt Seniorinnen und Senioren Damen- und Herrencoiffeusen zu günstigen Preisen, die auch zu Ihnen nach Hause kommen. Ebenso bietet sie in der Praxis verschiedener Altersheime Fusspflege an.

#### Pro Senectute, Ortsvertretung Hedingen Gaby Vanetta

Im Chrätzacher 19, 8908 Hedingen  
Telefon 044 760 37 47  
gaby.vanetta@vanetta.ch  
www.pszh.ch

### 7.3.3 Unterstützung in Haushalt und Garten

Allgemeine Hausarbeiten wie Putzen, Aufräumen, Tierbetreuung usw. sowie Gartenarbeiten auch über private Gartenbauunternehmen und Gärtnereien in der Umgebung.

#### Entlastungsdienst Schweiz Kanton Zürich

Schaffhauserstrasse 358, 8050 Zürich  
Telefon 044 741 13 30  
zh@entlastungsdienst.ch  
www.entlastungsdienst.ch/zuerich

#### Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstrasse 145, 8032 Zürich  
Telefon 058 451 51 00  
info@pszh.ch  
www.pszh.ch/hilfe-zu-hause

#### 7.3.4 Planung und Durchführung eines Umzugs

Pro Senectute organisiert für Sie den Umzug in eine andere Wohnung oder ins Altersheim. Besonders im Alter, bei Behinderungen oder chronischen Krankheiten ist eine professionelle Umzugshilfe entlastend. Dabei wird für Sie die Organisation von A bis Z übernommen

- Organisieren und koordinieren des Umzugs
- Sicherstellen, dass die an der «Züglete» Beteiligten zur richtigen Zeit das Richtige tun
- Begleitung, bis Sie im neuen Heim eingezogen und eingerichtet sind
- Reinigen Ihrer alten Wohnung und auf Ihren Wunsch Übernahme der Wohnungsübergabe

#### **Pro Senectute, Ortsvertretung Hedingen**

#### **Gaby Vanetta**

Im Chrätzacher 19, 8908 Hedingen

Telefon 044 760 37 47

[gaby.vanetta@vanetta.ch](mailto:gaby.vanetta@vanetta.ch)

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