



Herzlich willkommen zum Märtplatz:

«Informiert und engagiert älter werden in Birmensdorf und Aesch»

am Mittwoch, 6. Mai 2026 von 15:00 - 17:30 Uhr
im Gemeindezentrum Brüelmatt Birmensdorf

Lernen Sie lokale und regionale Angebote kennen, die das Älterwerden erleichtern.
Es erwartet Sie eine spannende und interaktive Vielfalt!

Wir freuen uns auf Sie.
Ihr Rundtisch Alter Birmensdorf & Ihre Kommission 60plusminus Aesch

Kontakt bei Fragen zum Anlass und Anmeldung Abhol- bzw. Rückfahrdienst Besuchende:
Simone Anna Heitlinger, Anlaufstelle für Altersfragen
Tel. 044 739 39 49, beratung@alterszentrumambach.ch

15:00 – 15:45 Uhr Vortrag «Ich brauche Hilfe – wer bezahlt was?»

Referent: Hr. Rico Amsler, Pro Senectute Kanton Zürich

15:00 – 17:30 Uhr Standtische zu Alltags-Themen

Alltagshilfen

lokale Spitex; Regio-Spitex Limmattal; Mahlzeitendienst; Ernährung (Spital Affoltern a.A.); Ergotherapie ('Ergo at Home'); Notrufsysteme (Schweizerisches Rotes Kreuz; Smartlife Care); Pro Senectute Kanton Zürich; Anlaufstelle für Altersfragen

Hilfe in besonderen Lagen

Palliaviva; Nursing Knowledge; Verein WABE Limmattal; Parkinson Schweiz; Zürcher Sehhilfe; Pro Audito Zürich; Memory Clinic und Tageszentrum Spital Limmattal; Alterszentrum am Bach

Fahrdienste

Rotkreuz-Fahrdienst Zürich; SanMobil; Pro Mobil

Sicherheit

Kantonspolizei Zürich, Präventionsabteilung; Suchtprävention der Bezirke Affoltern und Dietikon; Beratung in Suchtfragen Bezirk Dietikon

Bewegung

Sturzvorbeugung (mit Teststation; Prävention & Gesundheitsförderung Kt. ZH); Senifit & Bänkliwege Aesch; Sport- und Fitnesszentrum Sanapark; Bigi bewegt

Finanzielles

Gemeindeverwaltungen Birmensdorf & Aesch

Weiteres

Birmissimo; Frauenvereine Birmensdorf & Aesch; katholische & reformierte Kirche; Vorsorge Curavadis (Patientenverfügung; Organspende); Zürcher Seniorinnen & Senioren ZSS

...entdecken Sie Hilfreiches & Spannendes, erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen, probieren Sie aus...

