gemeinde
oberrieden

Leben im Alter

August 2026

Inhaltsverzeichnis

Notruf-Nummern	**3**
Todesfall zu Hause – Was tun?!	**3**
Beratungs- und Informationsstellen	**4**
Kontakte und Dienstleistungen	**5**
Fahrdienste	**6**
Wohnen	**6**
Finanzen und Recht	**7**
Gesundheit und Pflege	**8**
Bewegungsangebote	**9**
Regelmässige Aktivitäten	**10**

Anmerkungen zur Broschüre

Die Oberriedner Vereine bieten viele Aktivitäten für verschiedene Zielgruppen an. Eine Liste der Vereine finden Sie auf der Gemeinde-Webseite unter:
www.oberrieden.ch/vereine-gewerbe/698

Die vorliegende Informationsbroschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Es ist uns jedoch ein Anliegen, die Angaben aktuell halten zu können. Hierfür sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen. Änderungen oder Ergänzungen nimmt die Altersbeauftragte gerne entgegen.

Informations- und Beratungsstelle für Altersfragen Oberrieden
Magdalena Seibl
Gemeindehaus, Alte Landstrasse 32, 8942 Oberrieden
044 722 71 16
magdalena.seibl@oberrieden.ch

Notruf-Nummern

Sanität-Notruf	144
Polizei-Notruf	117
Feuerwehr-Notruf / Ölwehr	118
REGA	1414
Toxikologisches Institut (Vergiftungen oder Verdacht auf Vergiftungen)	145
Ärztefon – Ärzte Notfalldienst	0800 33 66 55
See-Spital Horgen	044 728 11 11
ApoFon – Notfalldienst-Apotheken Kanton Zürich	0900 55 35 55
Zahnärztlicher Notfalldienst (Region Horgen)	0840 401 401
EKZ Störungsdienste (24 Stunden)	0800 359 359
Wasserleitungsbruch (Notfallnummer ausserhalb Bürozeiten)	044 722 71 41
Friedensrichterin	044 720 77 17
Fundbüro	044 722 71 06

Todesfall zu Hause – Was tun?!

Benachrichtigen Sie **sofort**

1. **Hausarzt/Hausärztin**
2. **Ärztefon 0800 33 66 55**, falls der Hausarzt/die Hausärztin nicht erreichbar ist
3. **Bestattungsdienst Hans Gerber, 052 355 00 11,** nach dem Besuch des Arztes. Anrufe werden rund um die Uhr entgegengenommen.

Danach nehmen Sie mit dem reformierten oder katholischen Pfarramt oder der entsprechenden Glaubensgemeinschaft Kontakt auf.

Melden Sie sich **am nächsten Arbeitstag** beim
Bestattungsamt Oberrieden, Gemeindehaus, Alte Landstrasse 32, Telefon 044 722 71 02
Bringen Sie die ärztliche Todesbescheinigung im Original und falls vorhanden die Identitätskarte (ID), den Pass bzw. das Familienbüchlein der verstorbenen Person mit.

Beratungs- und Informationsstellen

Alters- und Gemeinwesenbeauftragte der Gemeinde
Magdalena Seibl (Montag bis Donnerstag)
Gemeindehaus, Alte Landstrasse 32, 8942 Oberrieden
www.oberrieden.ch/node/14685 044 722 71 16

Reformierte Kirchgemeinde, Pfarramt
Berthold Haerter, Pfarrer, direkt: 044 720 00 41
Alte Landstrasse 36a, 8942 Oberrieden
www.ref-oberrieden.ch 044 720 49 63

Katholische Kirchgemeinde, Pfarramt Heilig Chrüz
Thomas Hartmann, Diakon, direkt: 044 720 02 27
Alte Landstrasse 46, 8942 Oberrieden
www.kath-oberrieden.ch 044 720 63 59

Hörberatung Zürichsee, Akustik Schweiz Zürichsee AG Thalwil
Gotthardstrasse 50, 8800 Thalwil
www.akustikschweiz-zuerichsee.ch 044 721 03 40

Pro Audito, Organisation für Menschen mit Hörproblemen
Pro Audito Zürich, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich 044 202 08 26
www.proaudito-zuerich.ch
Neutrale Hörberatung von Pro Audito Schweiz 0800 400 333

SICHTBAR Zürich, Beratungen, Kurse, Hilfsmittel
Stauffacherstrasse 143, 8004 Zürich
www.blind.ch 043 317 18 41

Zürcher Sehhilfe, Beratungsstelle, Hilfsmittel, Begegnungszentrum
Lutherstrasse 14, 8004 Zürich
www.zuercher-sehhilfe.ch 043 322 11 70

Suchtberatung (kostenlos, vertraulich)
Zweckverband Soziales Netz Bezirk Horgen (SNH) 044 718 17 17
Seestrasse 238, 8810 Horgen
www.snh-zv.ch/de/Suchtberatung

Alzheimer Zürich, Informations- und Beratungsstelle
Seefeldstrasse 62, 8008 Zürich
www.alz-zuerich.ch 043 499 88 63

UBA – Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter
Flurstrasse 30, 8048 Zürich
www.uba.ch 0848 00 13 13

Kontakte und Dienstleistungen

Besuchsdienst der reformierten Kirche Oberrieden
www.ref-oberrieden.ch/angebote/erwachsene/besuchsdienst/ 044 720 49 63

Netzwerk Nachbarschaftshilfe Oberrieden (NNO)
Verschiedene Hilfestellungen innerhalb der Gemeinde
www.nno8942.ch 044 772 13 63

Mittagstisch für alle Institution / Ort

am Dienstag:	**GAWO**, Saal, Spielhofweg 12 Anmeldung bis am Montag um 9 Uhr	044 721 03 58
am Mittwoch:	**Ref. Kirchgemeinde**, Zürcherhaus, Kirchstrasse 3 Anmeldung bis am Montag um 10 Uhr	079 865 63 30

Frischmahlzeitendienst der Spitex Horgen-Oberrieden
Menüauswahl (www.spitex-horgen-oberrieden.ch), Auskunft und Anmeldung 043 244 26 26

CasaGusto, Mahlzeitendienst der Pro Senectute
Menüauswahl (www.casa-gusto.ch/shop), Auskunft und Anmeldung 058 451 50 50

Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Zimmerberg
Alte Landstrasse 24, 8810 Horgen
pszh.ch/dienstleistungscenter/zimmerberg 058 451 52 20

Ortsvertretung Oberrieden: Doris Hunziker
www.pszh.ch/ortsvertretung/oberrieden 044 721 11 72

Auftragsvermittlung Etcetera Thalwil
für Reinigung, Gartenarbeiten, Entsorgung, Transport, Umzug usw.
c/o sah zürich, Bahnhofstrasse 24, 8800 Thalwil
www.etcetera-sah-zh.ch/etcetera-thalwil 044 721 01 22

SAHB Hilfsmittelberatung
Unabhängige Fachstelle für hindernisfreies und selbstständiges Leben
Zürichstrasse 44, 8306 Brüttisellen
www.sahb.ch 044 805 52 70

SRK Schweizerisches Rotes Kreuz (u.a. Notrufsystem)
Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich
www.srk-zuerich.ch 044 388 25 35

Rotkreuz-Fahrdienst Kanton Zürich 044 388 25 00
Telefonische Anmeldung: 08.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr

Fahrdienste

| **BTW Behinderten-Transport Wädenswil und Umgebung**
Rütihof 7, 8820 Wädenswil
www.behinderten-transport-waedenswil.ch 044 500 11 66

| **TIXI Fahrdienst für Menschen mit Behinderung**
www.tixi.ch 044 404 13 80

| **Rotkreuz-Fahrdienst Kanton Zürich**
(Fahrten nur zu medizinisch indizierten Zwecken)
www.srk-zuerich.ch 044 388 25 00

| **ProMobil** (für Personen mit Mobilitätseinschränkungen und geringen finanziellen Ressourcen)
www.promobil.ch 044 278 90 00

| **NNO**, Netzwerk **Nachbarschaftshilfe** Oberrieden
www.nno8942.ch 044 772 13 63

Wohnen

Oberrieden

| **Genossenschaft für Alterswohnungen Oberrieden (GAWO)**
Spielhofweg 12, 8942 Oberrieden
Zentrumsleitung: Mo bis Do vormittags 044 721 25 11
Vermietungen: Acanta Treuhand AG, Wädenswil 044 789 88 91
www.gawo-oberrieden.ch

Horgen

| **Alterszentrum Haus Tabea**
Langzeit- und Demenzpflege, Kompetenzzentrum Gerontopsychiatrie
Schärbächlistrasse 2, 8810 Horgen
www.tabea.ch 044 718 44 44

| **Widmerheim der Stiftung Amalie Widmer**
Langzeit-, Überbrückungs-, Demenzpflege, Palliative Care, Alterswohnungen, Ferienaufenthalte
Amalie-Widmerstrasse 11, 8810 Horgen
www.sawh.ch 043 336 44 44

| **Stapfer Stiftung Horgen**
Wohnungen mit Pflege-, Betreuungs- und Hotellerieangebot, Ferienplätze
Lindenstrasse 1, 8810 Horgen
www.stapferstiftung.ch 044 727 48 00

| **Tertianum** Residenz Horgen
Langzeit-, Kurzzeit- und Entlastungspflege, Appartements, Pflegewohnbereich, Kurzaufenthalte
Asylstrasse 18, 8810 Horgen
www.tertianum.ch/tertianum-residenz-horgen 043 244 16 16

Thalwil

| **Serata, Stiftung für das Alter**
Langzeit-, Demenzpflege, Alterswohnungen, Ferienzimmer, Tagesbetreuung
Tischenloostrasse 55, 8800 Thalwil
www.serata.ch 044 723 71 71

Langnau am Albis

| **Wohn- und Pflegezentrum Sonnegg**
Langzeit-, Demenzpflege, Ferienaufenthalte
Sihlwaldstrasse 2, 8135 Langnau am Albis
www.sonnegg-langnau.ch 044 714 74 74

Finanzen und Recht

| **Gemeindeverwaltung Oberrieden**
Alte Landstrasse 32, 8942 Oberrieden

- AHV/IV-Zweigstelle und Ergänzungsleistungen 044 722 71 02
www.oberrieden.ch/node/22713
- Soziale Dienste (Wirtschaftliche und persönliche Hilfe, Sozialamt) 044 722 71 26
www.oberrieden.ch/node/20558

| **Friedensrichterin Gemeinde Oberrieden**
Judith Lusser Treyer
Alte Landstrasse 32, 8942 Oberrieden 044 720 77 17
www.oberrieden.ch/node/20626

| **Notariat, Grundbuch- und Konkursamt**
Dorfplatz 1, 8810 Horgen
www.notariate.zh.ch/horgen 044 859 22 22

Bezirksgericht Horgen
unentgeltliche Sprechstunde Di + Fr 14.30 – 16.30 Uhr
Rechtsauskünfte nur telefonisch (auf 15 Minuten beschränkt)
www.gerichte-zh.ch/bezirksgericht-horgen/rechtsauskunft 044 728 52 22

Zürcher Anwaltsverband und Gemeinde Horgen
unentgeltliche Rechtsauskunft im Bezirk Horgen (auf 15 Minuten beschränkt)
jeden zweiten Mittwoch, 17.30 – 19.30 Uhr (keine telefonischen Auskünfte)
Begegnungszentrum Baumgärtlihof, Baumgärtlistr. 12, 8810 Horgen
www.horgen.ch/service/511

KESB – Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Bezirk Horgen
Dammstrasse 12, 8810 Horgen
www.kesb-horgen.ch 044 718 40 40

UBA – Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter
Flurstrasse 30, 8048 Zürich
www.uba.ch 0848 00 13 13

Schuldenberatung Kanton Zürich
Schaffhauserstrasse 550, 8052 Zürich
www.schulden-zh.ch 043 333 36 86

Gesundheit und Pflege

Dr. med. Hannes Frick
Facharzt für Innere Medizin FMH
Haldenstrasse 30, 8942 Oberrieden 044 720 13 66

Dr. med. Patricia Lazar
Anästhesiologie, Allgemeine Innere Medizin
Alte Landstrasse 23, 8942 Oberrieden 044 720 85 08

Dr. med. Elias Leinberger
Allgemeine Medizin, Manuelle Medizin SAMM
Feldstrasse 3, 8942 Oberrieden 044 720 22 23

Sternen Apotheke Oberrieden
Alte Landstrasse 23, 8942 Oberrieden 044 720 10 10
ApoFon Notfall-Nummer ausserhalb der Öffnungszeiten 0900 55 35 55

Spitex Horgen-Oberrieden
Alte Landstrasse 24, 8810 Horgen 043 244 26 26
www.spitex-horgen-oberrieden.ch

| **Serata Tagaktiv – Zentrum für Tagesaufenthalte**
Asylstrasse 2, 8800 Thalwil
www.serata.ch/tagaktiv 043 810 44 25

| **See-Spital Horgen**
Asylstrasse 19, 8810 Horgen
www.see-spital.ch 044 728 11 11

| **Sanatorium Kilchberg für Psychiatrie und Psychotherapie**
Alte Landstrasse 70, 8802 Kilchberg
www.sanatorium-kilchberg.ch 044 716 42 42
Notfallnummer 044 716 42 75

Bewegungsangebote

| **Zämegolaufe Oberrieden**
Jede Woche, jeweils Mittwochnachmittag, im Sommer vormittags
Kontakte: Caspar Meyer, ca.meyer.schmid@bluewin.ch 079 756 26 14
und Nicole Stauber, n.stauber@outlook.com 079 646 44 02
www.zämegolaufe.ch/oberrieden

| **Pro Senectute Velogruppe Zimmerberg**
Tages-, Genuss- oder Trainingstouren von Frühling bis Herbst
Kontakt: Thomas Dischl, sg.zimmerberg@gmail.com 078 847 01 78
www.pszh.ch/gruppe/velogruppe-zimmerberg

| **Fitness und Gymnastik in der Gawo, mit Annemarie Wehrli**
Spielhofweg 12, jeweils Dienstagvormittag

| **Turnen Seniorinnen, Turnverein – Frauenriege**
Sporthalle Langweg, jeweils Dienstagabend
Kontakt: Karin Flury, karin.flury@sunrise.ch 044 720 68 30

| **Turnen Senioren, Turnverein – Männerriege**
Sporthalle Langweg, jeweils Mittwochabend
Kontakt: Hubert Walker, hubert.walker@bluewin.ch 079 455 64 90

| **Café Balance – Rhythmik mit live Musik, mit Gabriela Kuhn**
Saal Gawo, Spielhofweg 12, jeweils Donnerstagnachmittag 079 393 69 62

| **Weitere: Taiji, Yoga, Bauchtanz**
(vgl. Übersicht regelmässige Aktivitäten auf den folgenden Seiten)

Regelmässige Aktivitäten

Wochentag	Angebot	Veranstalter	Lokalität	Zeit
Montag	Bauchtanz	Rupa Herger	GAWO Saal	08.30 – 09.30
	Montagscafé	Winkelhalde	Bistro «Im Winkel»	14.00 – 16.30
	Stammtisch ZÄMEGO-LAUFE (1x im Monat)	Zämegolaufe Oberrieden	Bistro «Im Winkel»	Mo Ende Monat, 14.00 – 15.30
	Internationale Volkstänze für Seniorinnen und Senioren	Elisabeth Baier	Zürcherhaus	14.00 – 15.30
Dienstag	Fitness und Gymnastik in der GAWO	Annemarie Wehrli	GAWO Saal	09.30 – 10.30
	Mittagstisch	GAWO	GAWO Saal	12.00
	Turnen Seniorinnen	Turnverein - Frauenriege	Sporthalle Langweg	18.00 – 19.00
	Taiji	Ruth Tandang	GAWO Saal	19.00 – 20.00
	Skiturnen (im Winterhalbjahr, zwischen Herbst- und Frühlingsferien)	Ski-Club	Sporthalle Langweg	19.00 – 20.00
Mittwoch	Büchercafé	Bibliothek Oberrieden	Langweg 2	jeden 2. Mi, 09.30 – 10.00
	Mittagstisch	Reformierte Kirchgemeinde	Zürcherhaus	12.00
	ZÄMEGOLAUFE (im Sommer vormittags)	Zämegolaufe Oberrieden	in und um Oberrieden (s. Monatsprogramm)	14.00 – ca. 15.30 oder 16.00
	Turnen Männer Senioren	Turnverein – Männerriege	Sporthalle Langweg	19.00 – 20.00
Donnerstag	Bauchtanz	Rupa Herger	GAWO Saal	09.30 – 09.30
	Kontakt-Kaffee (1x im Monat)	Frauenverein Oberrieden	Lokal Frauenverein, Alte Landstrasse 33	1. Do im Monat, 09.30 – 11.00
	Café Balance	Gabriela Kuhn	GAWO Saal	14.00 – 15.00
	DenkFit – Gedächtnistraining	Cornelia Schneider	GAWO Saal	jeden 2. Do, 16.00 – 17.00
Freitag	Yoga	Anna-Lea Guarisco	GAWO Saal	09.15 – 10.15 10.30 – 11.30
	Canasta Spielnachmittag (1x im Monat)	Frauenverein Oberrieden	Lokal Frauenverein, Alte Landstrasse 33	3. Fr im Monat, 13.30 – 16.30
	Andacht (1x im Monat)	Beide Kirchgemeinden	GAWO Saal	1. Fr im Monat, 17.00 – 17.30

Kennen Sie weitere Angebote? Ihre Rückmeldung nehmen wir sehr gerne entgegen.

Schalteröffnungszeiten

Gemeindeverwaltung
Alte Landstrasse 32

Hochbau, Tiefbau & Umwelt, Liegenschaften
Alte Landstrasse 33

Montag
08.00–11.30 | 14.00–18.00
Dienstag
08.00–11.30 | 14.00–16.30
Mittwoch
vormittags geschlossen | 14.00–16.30
Donnerstag
08.00–11.30 | 14.00–16.30
Freitag
07.30–13.30 durchgehend geöffnet

Termine können nach
telefonischer Vereinbarung auch
ausserhalb der Öffnungszeiten
vereinbart werden.

Sprechstunden Altersbeauftragte

Montag bis Donnerstag
nach telefonischer Vereinbarung
044 722 71 16