



kostenlos

Spitex Zürich-Referate

An unseren Spitex Zürich-Referaten erhalten Sie direkt von unseren Fachexpertinnen und -experten wichtige Impulse zu den Themen psychische Gesundheit im Alter und zum Umgang mit chronischen Erkrankungen. Anschliessend können Sie sich bei Kaffee und Kuchen austauschen.



Überall für alle

SPITEX
Zürich

reformierte
kirche zürich

Spitex Zürich-Referate

Psychische Gesundheit im Alter

Auch im Alter ist die psychische Gesundheit ausschlaggebend für die Lebensqualität. Emotionale Belastungen wie Stress oder Einsamkeit werden oft anders erlebt. Im Spitex Zürich-Referat erklärt Florian Rutz, Pflegeexperte APN Mental Care, wie Belastungen früh erkannt werden und der Alltag zu Hause stabil und lebensbejahend gestaltet wird.

Wenn Krankheit bleibt – wie wir trotzdem gut leben können

Chronische Krankheiten verändern den Alltag, Lebensqualität lässt sich dennoch bewahren. Im Spitex Zürich-Referat zeigt Annina Tschalär, Pflegeexpertin APN, wie Selbstfürsorge gelingt, welche wichtige Rolle die Angehörigen spielen und wie die Zusammenarbeit mit Fachpersonen entlastet.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Datum / Zeit

2. Oktober 2025
14.30 – 16.30 Uhr

Ort

Kirchgemeindehaus
Zwinglisaal
Ackersteinstrasse 186 und 190
8049 Zürich

21. Oktober 2025
14.30 – 16.30 Uhr

Kirchgemeindehaus
Graues Zimmer
Ginsterstrasse 48
8047 Zürich

3. November 2025
14.30 – 16.30 Uhr

Alleehaus
Neumünsterallee 21
8008 Zürich