

SCHWERPUNKT

## Tricks gegen Trickbetrug: wie Sie sich schützen

PORTRÄT

**Auf den Bauch gehört:  
Ruth Manser  
schaltete schnell**

AUS DER SAW

**Neue Berufskleider:  
Woran Sie SAW-  
Mitarbeitende erkennen**



# Sicherheit

Ideen für die  
WohnZeit sammeln? Mitdenken,  
mitreden? Melden Sie sich unter  
[saw-wohnzeit@zuerich.ch](mailto:saw-wohnzeit@zuerich.ch)  
Betreff: WohnZeit  
Oder: 044 415 73 77

Liebe Leserin  
liebe Leser

Der deutsche Autor und Kabarettist Joachim Ringelnatz hat einmal gesagt:  
«Sicher ist, dass nichts sicher ist.» Dennoch ist Sicherheit ein wichtiges  
menschliches Grundbedürfnis.

Leider hat uns die letzte Zeit deutlich gezeigt: Sicherheit gibt es tatsächlich nicht.

Wer hat ernsthaft mit einer mehr als zwei Jahre dauernden Pandemie gerechnet,  
die weltweit rund 6 Millionen Todesopfer gefordert und die Gesundheitsversorgung  
vieler Länder an ihre Grenzen und darüber hinaus gebracht hat?

Wer hätte mit einem Krieg in Europa gerechnet?

Um Sicherheit bzw. Unsicherheit geht es auch in unserem **Schwerpunktthema:**  
**Trickbetrug.** «Nicht das auch noch», werden Sie vielleicht denken. Zu wissen,  
wie mit schwierigen Situationen oder Ereignissen umzugehen ist, hilft uns jedoch,  
wieder Sicherheit zu gewinnen. Deshalb unser Beitrag.

Um sich sicher zu fühlen, braucht es jedoch auch Vertrauen. Seien wir also  
aufmerksam und umsichtig – und vertrauen wir dennoch: anderen Menschen,  
aber insbesondere uns selbst, unserem Bauchgefühl.



In diesem Sinne wünsche ich Ihnen vertrauens-  
volle Begegnungen mit anderen Menschen und  
mit Ihrem eigenen Selbst.

Herzlich  
Andrea Martin-Fischer  
Direktorin SAW



# Vom Spielen mit Spielern

TEXT: NINA SCHEU, FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

Eines muss man ihnen lassen: Ihre Fantasie scheint grenzenlos. Und ausgezeichnete Schauspieler sind sie obendrein. Die Rede ist von einer ganz besonders unsympathischen Sorte Mensch: den Trickbetrügern. Wir holten uns Tipps, wie man sich schützen kann und wie man diesen Banditen das Handwerk legt.

← Für die Bilder unseres thematischen Schwerpunkts fotografierten wir in der Siedlung Helen Keller zwei berühmte britische Romanfiguren: Roswitha Sieber übernahm die Rolle der unvergleichlichen Miss Marple und Guido Wicki schlüpfte in den Umhang des Meisterdetektivs Sherlock Holmes.

Wir haben gelernt, Menschen in Not beizustehen, höflich zu sein und freundlich zu unseren Mitmenschen. Es sind die Bausteine unserer Gesellschaft, die unser Zusammenleben täglich verbessern. Doch so selbstverständlich uns diese Tugenden erscheinen mögen, so leicht lassen sie vergessen, dass es nicht immer alle gut mit uns meinen. Entsprechend tief sind wir betroffen, wenn jemand an unsere Hilfsbereitschaft appelliert, um uns zu betrügen und unsere Freundlichkeit schamlos auszunutzen. In dieser WohnZeit geht es für einmal um Menschen, die uns hinters Licht führen wollen. Vor allem jedoch sollen unsere Recherchen aufzeigen, wie man ihnen auf die Schliche kommt, bevor sie Erfolg haben. Und wie man ihren Fallen entwischt, obwohl man vielleicht schon mit einem Fuss hineingetappt ist. Das kann nämlich jedem und jeder passieren.

### Wissen, worum es geht

Wer weiss, mit wem er es zu tun hat, hat schon gewonnen. Das ist nicht immer einfach. Schon die scheinbar harmlose Bezeichnung «Enkeltrickbetrüger» lockt auf eine falsche Fährte. Denn längst nicht alle Betrüger sind männlich, und die ursprüngliche Masche, älteren Menschen vorzugaukeln, ein längst vergessenes Enkelkind melde sich per Telefon, weil es Hilfe – beziehungsweise Geld – von der vermeintlichen Grossmutter oder dem Grossvater brauche, ist längst durch unzählige Varianten ersetzt worden; fast täglich kommen neue dazu. (Mehr darüber erzählt Roger Grab, Fachspezialist Prävention bei der Stadtpolizei Zürich, im Interview auf Seite 8.)

Allein im vergangenen Januar waren die Trickbetrüger\*innen im Kanton Zürich in 12 Fällen erfolgreich, hingegen scheiterten sie in über 400 Fällen, noch bevor sie ihr Ziel erreichten. Das ist eine gute Nachricht. Die Dunkelziffer all jener, die den Betrügern auf den Leim gegangen sind und sich aus Scham oder Unkenntnis nicht bei der Polizei gemeldet haben, bleibt jedoch hoch. Scham und Spott sind allerdings fehl am Platz und lassen leicht übersehen, dass wir es hier mit absoluten Profis zu tun haben. Sie wirken oft sehr sympathisch und seriös – und verstehen es bestens, auf der Klaviatur menschlicher Gefühle zu spielen. Um ihnen das Handwerk zu legen, spielen wir am besten auch.

### Wir spielen auf Zeit

Betrügende wollen nicht, dass wir ihnen auf die Schliche kommen, dass wir nachdenken und uns überlegen können: Weshalb kommt eine Schulfreundin, von der wir seit Jahrzehnten nichts mehr gehört haben, auf die Idee, ausgerechnet uns in einer Notsituation anzurufen? Gibt es in unserer Familie wirklich entfernte Verwandte, die sich nur in einer Notsituation melden oder die niemand mehr kennt? Kann es sein, dass ein Notarzt oder ein Polizist am Telefon von uns Geld verlangt? Vor allem: Würden all diese Personen nicht ganz andere Wege beschreiten, wenn sie Hilfe bräuchten?

Deshalb lautet unser erster und wichtigster Tipp: Verschaffen Sie sich Raum und Zeit, um das Gehörte in Ruhe verarbeiten zu können. Stellen Sie Fragen: «Wie war nochmals der Name?», «Wo arbeiten Sie genau?», «Wer sind Ihre Vorgesetzten?». Wenn die Person weiterhin versucht, Ihnen etwas auf- oder Geld abzuschwatzen, spielen Sie weiter auf Zeit. Sagen Sie ruhig, dass Sie noch mit einem oder einer Bekannten sprechen möchten, bevor Sie eine Entscheidung treffen. Auch wenn der Anrufer oder die Anruferin – oder die Handwerker vor Ihrer Tür – versuchen, Sie unter Druck zu setzen und Sie zum sofortigen Handeln veranlassen wollen: Kein Notfall dieser Welt hängt davon ab, ob Sie fünf Minuten länger nachdenken und mit jemand Unbeteiligten

Rücksprache halten. Vor allem keiner, bei dem es um Geld geht. Lassen Sie wartende Heimwerker jedoch nicht in Ihre Wohnung, sondern schliessen Sie die Tür hinter sich ab und lassen Sie sich am Telefon nicht weiterverbinden, denn dann haben Sie im Betrugsfall nur den Komplizen oder die Komplizin in der Leitung. Vergessen Sie in diesem Fall Ihre guten Manieren und seien Sie zu Ihrem Schutz unhöflich: Beenden Sie den Anruf. Legen Sie einfach auf und machen Sie zuerst mal nichts. Sollte ein Ihnen unbekannter Handwerker vor der Tür stehen, bleiben Sie abweisend und lassen Sie ihn vor der Tür stehen, bis Sie weitere Abklärungen vornehmen konnten.

### Der Bauch ist der beste Detektiv

Jetzt haben Sie Zeit, den inneren Sherlock Holmes oder Ihre innere Miss Marple zu wecken. Klopfen Sie das, was man Ihnen gerade erzählt hat, auf seinen Wahrheitsgehalt ab. Kommt Ihnen die Geschichte komisch vor? Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl. Und sonst suchen Sie auf jeden Fall die Telefonnummer des Arbeitgebers der Person, die sie angerufen hat, und fragen Sie dort nach, ob deren Vorgehen vorschriftsgemäss war. Wenn Sie vermuten, dass jemand versucht, Sie über den Tisch zu ziehen: Melden Sie die Vorkommnisse der Polizei (über die Notrufnummer 117) und auch der SAW (Telefonnummer: 044 415 73 33).

Die Stiftung Alterswohnungen warnt ihre Mieterinnen und Mieter regelmässig vor Trickbetrügern. Ausserdem werden die Sicherheitsmassnahmen ständig überprüft und nach Möglichkeit verbessert. Viele Siedlungen sind mit modernen Türschliesssystemen ausgerüstet und tagsüber nur für die Postzustellung geöffnet. Regelmässig sind zudem Mitarbeitende der Spitex und der Hauswartung persönlich anwesend. Alle Mitarbeitenden der SAW können sich ausweisen und stehen für Fragen zur Verfügung. Mitarbeitende der Spitex und der Hauswartung tragen Berufskleidung. Fragen Sie bei Unsicherheit bei der Geschäftsstelle nach. Selbstverständlich sind auch die Mitarbeitenden auf der Geschäftsstelle auf der Hut und würden niemals persönliche Auskünfte über Mieterinnen und Mieter weitergeben.

### Schämen Sie sich nicht – die Betrüger tun es auch nicht

All das hält die bestens organisierten Kriminellen nicht davon ab, es wieder und wieder zu probieren. Sie suchen in Telefonbüchern und dem Internet gezielt nach Menschen mit eher traditionellen Vornamen. So finden sie ältere Menschen, die oft ganz besonders hilfsbereit sind. Auch sogenannte «Romance Scam» oder Heiratsschwindler treiben ihr Unwesen. Das sind Schwindler, die sich im Internet, via E-Mail oder per Telefon mit viel Charme in die Herzen einsamer Menschen mogeln – nur um sie gnadenlos auszunehmen, sobald sie das Vertrauen ihrer Opfer gewonnen haben. Wer ihnen auf den Leim gegangen ist, geht danach nur in den seltensten Fällen zur Polizei. Aus Scham. Wer gibt schon gerne zu, sich nach den Liebesschwüren – oder gar nach Sex – gesehnt zu haben. Deshalb: Spätestens, wenn Sie Geld schicken sollen, obwohl es noch nie zu einem persönlichen Treffen mit dem Charmeur oder der Dame Ihres Herzens gekommen ist, sollten Sie hellhörig werden.

Wichtig ist in jedem Fall: Schämen Sie sich nicht! Auch hochintelligente und bodenständige Menschen können auf diese überaus geschickten Verbrecher hereinfliegen. Erzählen Sie Ihren Freunden und Nachbarn, wenn Sie einen Betrugsversuch erlebt haben. So wie die Mieterin Ruth Manser, die auf Seite 11 beschreibt, was sie erlebt hat. Mit selbst erlebten Geschichten warnen Sie andere am besten. Denn erst, wenn ihre Maschen nicht mehr zum Erfolg führen, wird den Trickbetrüger\*innen das Handwerk gelegt.

### Spoofing: Wenn die Notrufnummer «117» auf dem Telefon-Display aufleuchtet

Der Begriff «Spoofing» kommt aus dem Englischen (to spoof) und bedeutet so viel wie «vortäuschen». Bei einem Telefonanruf erscheint auf dem Display in der Regel die Nummer der anrufenden Person, so sind wir es gewohnt. Diese Telefonnummer kann inzwischen aber manipuliert sein. So ist es möglich, dass bei Anrufen aus dem Ausland eine



## Die wichtigsten Tipps

1. Die Polizei ruft nie über die Notrufnummer an: Falls «117» auf Ihrem Telefon-Display erscheint, nehmen Sie den Anruf nicht entgegen.
2. Fordert jemand am Telefon Geld von Ihnen und fühlen Sie sich durch den Anrufer unter Druck gesetzt: Unterbrechen Sie das Gespräch.
3. Wenn Sie schlecht Nein sagen können, beenden Sie freundlich und bestimmt das Gespräch, um Abklärungen zu treffen.
4. Prüfen Sie selbst nach, aber lassen Sie sich dafür nicht weiterverbinden. Selbst wenn man Ihnen anbietet, die Identität der anrufenden Person zu überprüfen: Unterbrechen Sie den Anruf. Wählen Sie danach die Nummer nicht mit der Rückruftaste auf Ihrem Telefon, sondern tippen Sie eine Nummer ein, die Sie z.B. auf einer Rechnung oder im Internet finden.
5. Selbst wenn Sie sich zur Hilfe verpflichtet fühlen: Treffen Sie keine Entscheidung unter Zeitdruck und halten Sie Rücksprache mit Personen aus Ihrem persönlichen Umfeld.
6. Gewähren Sie Fremden keinen Zugriff auf Ihren Computer, auch nicht per Fernwartungssoftware.
7. Geben Sie Kontoinformationen oder Passwörter nie preis. Auch wenn ein Anrufer behauptet, er brauche diese zur Überprüfung.
8. Übergeben oder überweisen Sie niemals Geld an eine fremde Person, auch wenn Ihnen diese noch so vertrauenswürdig erscheint.
9. Deponieren Sie niemals Geld oder Wertgegenstände an einem vermeintlich sicheren Ort, auch wenn Sie dazu angewiesen werden. Grössere Geldbeträge sind und bleiben auf der Bank am sichersten aufgehoben.

Schweizer Telefonnummer oder sogar die Notrufnummer «117» auf dem Display angezeigt wird. Kriminelle nutzen dies, um Vertrauen und Seriosität vorzutäuschen und um Sie im Anschluss zu Zahlungen aufzufordern oder Sie zur Herausgabe von Kontoinformationen oder Passwörtern zu überreden.

Weitere Tipps finden Sie unter [telefonbetrug.ch/tipps](http://telefonbetrug.ch/tipps)

# «Die Polizei verlangt nie Geld am Telefon.»

Wir baten Roger Grab, Fachspezialist Prävention der Stadtpolizei Zürich, um Antworten und Tipps zum Thema Trickbetrug.

## Wie viele Fälle von Trickbetrug werden der Polizei gemeldet?

Das ist von Jahr zu Jahr sehr verschieden. Auf jeden Fall ist die Zahl der erfolglosen Versuche viel höher als die der Schadensfälle. Wenn man selbst betroffen ist, nützt es aber herzlich wenig zu wissen, wie vielen anderen das Gleiche passiert ist. Mir ist es wichtiger, darüber zu sprechen, wie man sich schützen kann.

## Was sind so die gängigsten Maschen derzeit?

Die Palette ist gross: Es gibt Betrüger, die sich auf persönliche Daten im Internet spezialisiert haben, andere, die sich über Partnervermittlungsplattformen in die Herzen und die Portemonnaies einsamer Menschen schleichen. Wieder andere bieten unseriöse und über-teuerte Dienstleistungen an oder verschaffen sich Zugang zu Wohnungen, indem sie sich als Handwerker, Teppichreinigung, Spitexmitarbeitende oder Angestellte des Elektrizitätswerks, der Hausverwaltung oder eines Hilfswerks ausgeben, das Spenden sammelt. Auch beim Telefonbetrug gibt es immer neue Varianten, zum Beispiel aktuell die Masche eines medizinischen Notfalls. Die meisten Betrüger sind

Vollprofis, die ihre Methoden ständig anpassen. Es hilft vor allem zu wissen, wann man hellhörig werden sollte.

## Was sind Anzeichen dafür, dass es die Person am Telefon oder vor der Wohnungstür nicht ehrlich meint?

Ganz typisch ist, dass Betrüger ihrem Gegenüber keine Zeit zum Nachdenken lassen. Sie bauen grossen Druck auf, alles ist extrem dringend und soll zum sofortigen Handeln veranlassen. Ausserdem geht es früher oder später immer um Geld, meistens um viel Geld. Es ist wichtig zu wissen: Niemand, weder die Polizei noch die Steuerbehörde oder Bankangestellte, würde von Ihnen Bargeld verlangen oder Ihre persönlichen Passwörter. Nicht einmal Spendensammler bitten heute noch um Bargeld, sondern bieten die Möglichkeit einer zwangslosen Einzahlung.

Was soll ich tun, wenn mich das Gefühl beschleicht, eine Betrügerin oder einen Betrüger am Draht oder sogar persönlich vor mir zu haben?

Nachdem Ihnen das Anliegen bzw. die Geschichte offenbart wurde, fragen Sie, wer Sie da anruft oder wer da vor Ihnen steht: Notieren Sie sich Name und Vorname, die genaue Dienstabteilung und den Namen der Firma, für die die verdächtige Person angeblich arbeitet. Dann beenden Sie freundlich das Gespräch und hängen das Telefon ein oder schliessen die Tür hinter sich ab. Jetzt können Sie selbst herausfinden, ob man Ihnen die Wahrheit gesagt hat: Rufen Sie die Hauptnummer der Firma, der Bank oder der Polizei, die Sie selber herausgesucht haben, an und fragen Sie, ob die betreffende Person dort arbeitet und ob diese Art des Vorgehens so üblich sei. Drücken Sie nie die Rückruftaste, sondern tippen Sie die Hauptnummer der angegebenen Firma oder Dienststelle ein.

### Weiterführende Links

Prävention Stadtpolizei Zürich: [stadtpolizei.ch/praevention](http://stadtpolizei.ch/praevention)

Prävention Telefonbetrug Kantonspolizei Zürich: [telefonbetrug.ch](http://telefonbetrug.ch)

Schweizerische Kriminalprävention SKP: [skppsc.ch](http://skppsc.ch)

Aktuelle Fälle: [cybercrimepolice.ch](http://cybercrimepolice.ch)

Regelmässige Kurse «Parcours60+» der Stadtpolizei Zürich:

Die aktuellen Daten finden Sie auf der Website der Stadtpolizei.

Wie kann man sich Zeit zum Nachdenken verschaffen, wenn Unbekannte anrufen oder versuchen, sich Zutritt zur Wohnung zu verschaffen?

Das Wichtigste: Trauen Sie sich, in Ihren Augen unfreundlich zu sein, und bestehen Sie auf etwas Bedenkzeit. Sagen Sie ruhig, dass Sie jetzt auflegen, auch wenn der Anrufer alles versuchen wird, Sie weiter zu bedrängen. Fühlen Sie sich zu nichts verpflichtet, auch wenn Sie sonst ein hilfsbereiter Mensch sind und schlecht Nein sagen können. Ausserdem: Nehmen Sie nicht ab, wenn der oder die Unbekannte danach sofort wieder anruft.

Was sind in Ihren Augen ausserdem die wichtigsten drei Verhaltenstipps?

- Werden Sie hellhörig, wenn jemand Geld von Ihnen verlangt. Hören Sie auf Ihren Bauch.
- Verschaffen Sie sich Luft, wenn Sie unter Druck gesetzt werden, indem Sie einen klärenden Rückruf tätigen.
- Halten Sie Rücksprache mit Menschen, die Sie schon länger kennen, bevor Sie Unbekannten Geld anvertrauen.

Roger Grab arbeitet bei der Stadtpolizei Zürich als Fachspezialist Prävention. Im Veranstaltungsprogramm der SAW gibt er regelmässig Auskunft und Tipps – damit Sie sich besser gegen Betrugsversuche wehren können: [wohnenab60.ch/veranstaltungen](https://wohnenab60.ch/veranstaltungen)



Ruth Manser (85) arbeitete als Kassiererin für eine Krankenkasse und hat ein Flair für Zahlen. Dies und ihr gutes Gespür für Menschen hat ihr wohl geholfen, dass sie dem geschickten Betrüger nicht auf den Leim gegangen ist.



Ruth Manser (85), Siedlung Feldstrasse

**«Der Anruf hat mich so erschüttert, dass ich um ein Haar mein Bankkonto leer geräumt hätte, um zu helfen.»**

# «Diese Geschichte beschäftigt mich immer noch.»

AUFZEICHNUNG: NINA SCHEU

FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

**Ruth Manser lebt seit 2015 in der Siedlung Feldstrasse. Kürzlich erhielt sie einen sehr beunruhigenden Anruf. Nach dem ersten Schrecken fielen ihr einige Ungereimtheiten auf. Sie erzählt, wie sie dann reagiert hat.**

«Am Vorabend hatten wir den 60. Geburtstag meiner Tochter gefeiert und sie brachte mich nach dem Essen nach Hause. Anderntags klingelte das Telefon: Ein Mann von der Polizei meldete sich – ganz korrekt mit Namen und Dienstgrad – und erzählte mir, meine Tochter habe einen schweren Autounfall verursacht. Dabei habe sie sich so schwer verletzt, dass sie leider nicht fähig sei, mit mir zu sprechen. Im Hintergrund hörte ich eine Frau stöhnen, als leide sie grosse Schmerzen. Es war grauenhaft, das mitanzuhören.

Der Polizist behauptete, bei dem Unfall habe meine Tochter einen Porsche beschädigt und die Versicherung verlange über 100'000 Franken Kaution, sonst komme meine Tochter ins Gefängnis. Der Mann redete und redete, sodass ich keinen klaren Gedanken fassen konnte. Ich war ja so erschrocken und machte mir grosse Sorgen um meine Tochter. Währenddem redete der Anrufer unablässig auf mich ein, so als suche er Lösungen, um mir zu helfen. Er gab Tipps, wie ich das Geld abheben könne, versicherte mir, dass die Bank mir einen Kredit geben würde und dass die Versicherung alles zurückzahlen werde und, und, und ... Ich verstand gar nicht recht, was eigentlich los war, nur dass die Geschichte immer komplizierter und konfuser wurde.

Mit der Zeit kam mir die Sache komisch vor und ich bat ihn, einen Moment am Telefon zu warten. Dann rief ich mit dem Handy meine Tochter an. Und siehe da: Ihr ging es bestens! Ich hatte im anderen Zimmer mit meiner Tochter telefoniert, aber als ich den Hörer des Festnetz-Telefons wieder in die Hand nahm, hatte der seltsame Anrufer aufgelegt. Er hatte wohl gemerkt, dass ich misstrauisch geworden war.

Nachdem ich den Schock etwas verdaut hatte, rief ich bei der richtigen Polizei an und meldete den Betrugsversuch. Der Bandit hatte mit einer unterdrückten Nummer angerufen, so konnte man nicht herausfinden, woher der Anruf gekommen war, und der Hallodri ist wahrscheinlich immer noch auf freiem Fuss. Noch am gleichen Tag meldete ich das Geschehene auch bei der SAW. Ich finde es wichtig, dass man möglichst vielen Menschen erzählt, wie diese Gauner vorgehen. Ich bin wirklich nicht auf den Kopf gefallen, aber der Anruf hat mich dermassen erschüttert, dass ich um ein Haar mein Bankkonto leergeräumt hätte, um meiner Tochter zu helfen. Der Unbekannte am Telefon liess mir keine Sekunde Zeit, mich zu fassen.

Ich frage mich heute noch, was passiert wäre, wenn ich auf diese fürchterliche Geschichte hereingefallen wäre. Auch die Vorstellung, meiner Tochter könnte etwas Schlimmes zustossen, lässt mich seit jenem Anruf nicht mehr ganz los. Ich verstehe nicht, wie Menschen derart skrupellos sein können, dass sie mit den Ängsten anderer spielen. Im Hauseingang hängen Flyer mit Warnungen vor solchen Betrügern, so ist man als Mieterin oder Mieter der SAW wenigstens vorgewarnt und wird etwas rascher misstrauisch. Das ist wichtig, denn in den Alterssiedlungen sind wir alle betroffen. Ich habe jetzt selbst erlebt, wie raffiniert diese Diebe dabei vorgehen.»

# Neue Berufskleider

TEXT: NINA SCHEU, FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

Die Mitarbeiter\*innen der interdisziplinären Teams aus Spitex und Hauswartung der SAW wurden neu eingekleidet.

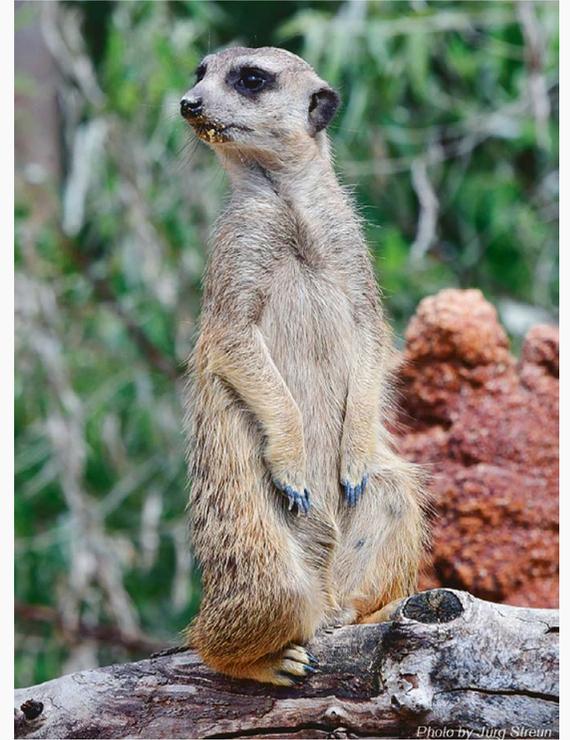
Die Spitex-Mitarbeitenden tragen bordeauxrote Polo-shirts und schwarze Jacken mit einem weißen SAW-Logo über der linken Brust. Die Hauswarte, die häufig auch im Freien arbeiten, erhielten zusätzlich schwarze Allwetterhosen, ein wärmeres schwarzes Shirt und eine regendichte graue Windjacke. Mit den neuen Berufskleidern sind die Mitarbeiter\*innen leicht zu erkennen, wenn Sie ihnen in der Siedlung begegnen. Trickbetrüger\*innen, die sich als Stell-

vertretung der Hauswirtschaftshilfe oder des Hauswarts ausgeben, können so leichter entlarvt werden. Wenn Sie dennoch unsicher sind, verlangen Sie einen Ausweis oder fragen Sie bei der SAW-Geschäftsstelle nach. Und weil es nicht oft genug wiederholt werden kann: Handwerker kommen nie unangemeldet zu Ihnen: Die SAW informiert Sie im Vorfeld, wenn der Zutritt zu Ihrer Wohnung nötig ist. Lassen Sie Fremde nicht in Ihre Wohnung.





AUS DER SAW



## Grüsse aus dem Zoo Zürich

TEXT: SAW, FOTOGRAFIE: JÜRIG STREUN

Jürg Streun wohnt in der Siedlung Grünau. Als passionierter Fotograf nutzte er das Angebot für Mieterinnen und Mieter der SAW und besuchte mit einer Freundin den Zoo Zürich. Zum Dank für den schönen Nachmittag schickte er einige «Schnappschüsse», die an diesem sonnigen Nachmittag entstanden sind.

Auch wenn Sie jetzt vielleicht denken, solche Fotos würden ihnen nie im Traum gelingen – ein Ausflug in den Zoo lohnt sich auch ohne Fotoapparat: Geniessen Sie den Anblick der Tiere mit Ihren eigenen Augen. Reservieren Sie Ihre kostenlosen Tageskarten (maximal vier pro Tag) telefonisch oder per E-Mail bei der SAW-Geschäftsstelle spätestens 24 Stunden, bevor Sie den Zoo Zürich besuchen möchten, und bringen Sie die Karten am Folgetag zurück, damit auch andere vom Angebot profitieren können.

Reservation telefonisch: 044 415 73 33

Reservation per E-Mail:  
[wohnenab60@zuerich.ch](mailto:wohnenab60@zuerich.ch)

Alle Informationen finden Sie unter:  
[wohnenab60.ch/gratis-in-den-zoo](http://wohnenab60.ch/gratis-in-den-zoo)



Spätestens wenn im Winter der erste Schnee fällt, bereitet es vielen Menschen Freude, Meisenkugeln oder mit Körnern gefüllte Vogelhäuschen in die Bäume und auf ihre Balkone zu hängen. Manchmal wird das Vögel-füttern auch zur Passion, unabhängig davon, ob die Böden gefroren sind oder natürliches Futter in Hülle und Fülle zur Verfügung steht. Verständlich: Wer hätte nicht Freude daran,

## Gut gemeint ist nicht immer gut

den herzigen Piepmätzen beim Picken zuzuschauen? Die Vogelwarte Sempach bittet allerdings schon seit vielen Jahren, das Füttern zu unterlassen, denn es schadet den Vögeln sehr und nützt ihnen nur dann, wenn tatsächlich einmal über mehrere Wochen hinweg Dauerfrost herrscht. So gibt es beispielsweise bei Meisen nachweisbar weniger Nachwuchs, wenn zu viel und zu fetthaltiges Futter (wie in den beliebten Meisenkugeln) zur Verfügung steht. Feuchtes und verdorbenes Futter vergiftet nicht nur Vögel, sondern auch am Boden lebende Kleintiere, die sich an den Körnern gütlich tun, die aus den Futterstellen gefallen sind und ausserdem unter Umständen mit dem Kot kranker Vögel verschmutzt sind. Nicht zu vergessen: Vogelfutter lockt auch ungewollte Feinschmecker an: Ratten und Mäuse zum Beispiel oder

Tauben. Allein die wilden Tauben hinterlassen in der Stadt Zürich rund 80 Tonnen Taubenkot im Jahr. Dieser verschmutzt die Balkone der Nachbarn, greift Fassaden an und stellt ein Gesundheitsrisiko für Kinder und ältere Menschen dar. Statt Vogelhäuschen aufzustellen, empfiehlt der Wildhüter der Stadt Zürich, Büsche und Blumen wachsen zu lassen, damit die Vögel – und alle anderen Naschkatzen der hiesigen Tierwelt – auf natürliche Weise zu ihrem Futter, den Samen der Pflanzen, gelangen können. Dies bezweckt im Übrigen auch die naturnahe Bewirtschaftung in den Siedlungen der SAW. Auf dass Sie in Zukunft wieder eine grössere Vielfalt einheimischer Vögel in den Gärten beobachten können – ohne ihnen durch gut gemeinte, aber falsche Fütterung zu schaden.

<https://bit.ly/3iM6UHS>

## Wenn Genuss zu Abhängigkeit führt

Ein Glas Wein zum Essen, eine Zigarette danach, ein Aspirin, wenn der Kopf schmerzt, und ein Schlafmittel, wenn die Träume nicht kommen wollen. Wann ist der Konsum von Genuss- und Heilmitteln unproblematisch, und wann beginnen alkoholische Getränke, Raucherwaren oder Medikamente schädlich für die Gesundheit zu sein? Die Selbstverantwortung der Mieter\*innen steht für die SAW immer an erster Stelle.

Gleichzeitig ist es unseren Mitarbeitenden wichtig, auf eventuelle Probleme aufmerksam machen zu können, bevor eine Situation aus dem Ruder gerät. Die SAW schult deshalb ihre Mitarbeitenden in Zusammenarbeit mit dem Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF), damit sie besser erkennen können, wann es von Vorteil ist, Betroffene auf ein mögliches Suchtproblem hinzuweisen, und vor allem, wie

man sich auch im hohen Alter noch aus Abhängigkeiten befreien kann. Denn das war die wichtigste Erkenntnis aus den Workshops für die Mitarbeitenden: zu erfahren, dass es auch im hohen Alter noch möglich ist, schlechte Gewohnheiten durch positive Handlungsmuster zu ersetzen. Gleichzeitig bietet die SAW in drei Siedlungen Sprechstunden zum Thema an, um die Mieter\*innen gezielt beraten zu können.

Donnerstag, 16. Juni 2022, 13–14 Uhr, Gemeinschaftsraum Siedlung Irchel  
 Dienstag, 21. Juni 2022, 14–15 Uhr, Gemeinschaftsraum Siedlung Felsenrain  
 Montag, 27. Juni 2022, 14–15 Uhr, Gemeinschaftsraum Siedlung Espenhof Süd

## Die SAW vor Ort

Erinnern Sie sich? Im März 2020, als der Lockdown Zürichs Strassen leer legte und vor allem älteren Menschen ans Herz gelegt wurde, nach Möglichkeit zu Hause zu bleiben, führte die SAW in ihren Siedlungen die sogenannten «Kümmerinnentouren» ein: Mitarbeitende der Spitex zirkulierten in den Siedlungen, erkundigten sich nach dem Wohlergehen der Mieter\*innen, die sie trafen, und sprachen unbekannte

Personen an. Die Erfahrungen mit diesen spontanen Beratungen und Unterstützungsmöglichkeiten waren durchweg positiv. Ähnlich waren die Reaktionen auf das für drei Monate befristete Projekt einer Mieter\*innen-Anlaufstelle in der SAW-Siedlung Hardau, das in Zusammenarbeit mit dem Büro für Sozialraum & Stadtleben (BSS) durchgeführt werden konnte. Aufgrund all dieser Erkenntnisse hat die SAW beschlos-

sen, im Laufe des Jahres in allen Siedlungen das Modell «Siedlungspräsenz» umzusetzen. In Zukunft werden in den Siedlungen regelmässig Mitarbeitende der Spitex-SAW unterwegs sein, die spontane Unterstützung anbieten und aktiv auf Anwesende zugehen werden. Umgesetzt ist das neue Modell bereits in den Siedlungen Hardau, Neubühl und Frieden. Die anderen werden folgen.

## SAW-Gaming-Gruppe im Museum

Auch wenn die Pandemie das Zusammensein erschwerte: Die aus dem von der SAW und Generation65plus initiierten Kurs «Gaming4All» entstandene Gruppe von «Senior\*innen-Gamern» blieb über all die Monate miteinander in Kontakt und traf sich zumindest zu gemeinsamen Online-Aktivitäten.

Mit der fast gänzlichen Lockerung der Schutzmassnahmen wurden endlich wieder gemeinsame Aktivitäten ausserhalb des virtuellen Raums möglich. Ende Februar organisierte die Gruppe einen Ausflug ins Forum Schweizer Geschichte in Schwyz, um sich gemeinsam die Ausstellung «Games» anzusehen. Die Ausstellung nimmt die Besu-

cher\*innen mit auf eine Zeitreise durch die rund 50-jährige Geschichte der elektronischen Spiele und verfolgt die historische und technische Entwicklung der Videospiele von den Spielhallen bis zu Virtual Reality. Dabei werden auch Aspekte thematisiert, die als bedenklich wahrgenommen werden. [nationalmuseum.ch](http://nationalmuseum.ch)

## Forscherinnen fördern die Gemeinsamkeit

Die Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften (ZHAW) untersucht im Auftrag der Age-Stiftung die Beteiligungskultur von Mieter\*innen in verschiedenen Schweizer Alterssiedlungen.

Die SAW unterstützt die Forschungsarbeit und organisiert Veranstaltungen mit den Wissenschaftlerinnen. Auf Einladung der SAW-Soziokultur waren die beiden Projektleiterinnen mit ihrem «Methodenkoffer Partizipation» zu Gast in den Siedlungen Mittelleimbach und Buchleren, wo

sie unter anderem einen Lotto-Nachmittag veranstalteten (siehe Foto). Ziel ihrer Untersuchungen ist es, verschiedene Methoden zu testen, mit denen gemeinsame Aktivitäten gefördert werden können. Denn so viel ist erwiesen: Gemeinsame Aktivitäten fördern nicht nur das Wohlbefinden, sondern auch die Gesundheit von älteren (und jüngeren) Menschen. Über die Ergebnisse der Untersuchungen werden wir in einer späteren Ausgabe berichten können. Die Studie geht weiter.

Wenn Sie mehr zum Thema lesen möchten: [www.zhaw.ch/de/sozialarbeit/news-liste/news-detail/event-news/beteiligungskultur-im-alter-immer-am-ball-bleiben](http://www.zhaw.ch/de/sozialarbeit/news-liste/news-detail/event-news/beteiligungskultur-im-alter-immer-am-ball-bleiben)





## Genussvoll trinken, auch im Alter

### Tipps für einen risikoarmen Umgang mit Genussmitteln

Mit zunehmendem Alter reagiert der Körper empfindlicher: Er verträgt weniger Alkohol, Medikamente verändern ihre Wirkung. Wie können wir unsere Konsumgewohnheiten der neuen Lebensphase anpassen und genussvoll leben, ohne unsere Gesundheit zu gefährden? Zwei Fachpersonen informieren über einen risikoarmen Umgang mit Alkohol und Medikamenten. Sie beantworten Fragen ohne Vorurteile.

- 🕒 14.00 Uhr 📍 Gemeinschaftsraum Siedlung Schaffhauserplatz
- 👤 Christa Berger, Stabsmitarbeiterin Suchtpräventionsstelle und Urs Rohr, Bereichsleitung Freizeit & Arbeit

Diese und viele weitere Veranstaltungen der SAW finden Sie in der beiliegenden Agenda. Alle Daten sind stets aktualisiert auch online abrufbar.



Die WohnZeit erscheint dreimal jährlich.  
Nächste Ausgabe: August 2022

#### Herausgeberin

Stiftung Alterswohnungen  
der Stadt Zürich  
Feldstrasse 110  
Postfach  
8036 Zürich

044 415 73 33

wohnenab60@zuerich.ch  
www.wohnenab60.ch

#### Auflage

4300 Exemplare, gedruckt auf  
BalancePure, 100% Altpapier

#### Druck

Druckerei Printoset, Zürich

#### Korrektorat

Regula Walser (regulawalser.ch)

#### Redaktion

Nina Scheu  
Verantwortliche Kommunikation

#### Redaktionskommission

Andrea Martin-Fischer  
Direktorin

Michael Rüegg

Kommunikations- und Projektmanager

#### Fotografien in dieser Ausgabe

D. Meienberg (dominiquemeienberg.ch)  
J. Streun

#### Gestaltung

Eidenbenz / Zürcher AG (e-z.ch)

Eidenbenz / Zürcher

#### Titelbild

Dominique Meienberg fotografierte in der Siedlung Helen Keller zwei berühmte britische Romanfiguren: Roswitha Sieber übernahm die Rolle der unvergleichlichen Miss Marple und Guido Wicki schlüpfte in den Umhang des Meisterdetektivs Sherlock Holmes.