

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 4 (1996)  
**Heft:** 1: Sicherheit ist mehr als ein Schloss an der Türe  
  
**Rubrik:** Veranstaltungen

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Vielseitige Sportmöglichkeiten auch in den Ferien Aktiv-Ferienwoche 1996 in Filzbach

Für Seniorinnen und Senioren, die auch in den Ferien etwas für ihre Gesundheit und Fitness tun wollen, führt Pro Senectute Kanton Zürich wieder eine Ferienwoche im Sportzentrum Kerenzerberg in Filzbach durch, und zwar vom Montag, 10. Juni bis Samstag, 15. Juni 1996. Die Aktivferienwoche bietet Gelegenheit, neue Sportarten kennenzulernen und auszuprobieren. Die angebotenen Aktivitäten sind vielfältig. Auf dem Programm stehen Turnen, Tanzen, Wandern, Spiele und Schwimmen. Bei der Gestaltung der Tagesprogramme

werden selbstverständlich die Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer berücksichtigt. Der Preis beträgt Fr. 586.– (inkl. 6,5% MWST) für 5 Tage Vollpension; inbegriffen sind Kursgeld sowie die Benutzung von Hallenbad, Krafraum und Sporthalle im Sportzentrum. Interessentinnen und Interessenten verlangen die ausführliche Ausschreibung bei

Trudi Schriber  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Alter + Sport-Kursleiterin  
Turnen  
Im Junker 8  
8143 Stallikon  
Telefon 01 700 22 60

oder direkt bei

Pro Senectute Kanton Zürich  
Abteilung Alter + Sport  
Forchstrasse 145, Postfach  
8032 Zürich  
Telefon 01 422 42 55  
Fax 01 382 18 62

## Sport in der Natur: Velofahren für sportliche Seniorinnen und Senioren «50plus»



### Velotouren

Velofahren ist eine ideale Sportart, um auf gelenkschonende Art in Form zu bleiben. Pro Senectute Kanton Zürich führt in der Zeit von April bis Oktober alle zwei Wochen jeweils dienstags, zwei- bis dreistündige Velotouren für Personen ab 50 Jahren durch. Für Berufstätige werden an einigen Samstagen auch Ganztages-Touren angeboten.

### Velotourenwoche im Bregenzerwald

Vom 8. bis 15. September 1996 bietet Pro Senectute Kanton Zürich in Bezau, Bregenzerwald (Österreich), eine Velotourenwoche an. Die herrliche Bregenzerwald-Bergwelt mit dem Velo zu erkunden verschafft unvergessliche Erleb-

nisse. Im gepflegten Hotel-Gasthof Gams können sich die Gäste im geheizten Freibad, in Sauna und Whirlpool erholen und von der anerkannt guten Küche verwöhnen lassen. Ab Fr. 795.– pro Person und Woche inkl. Halbpension. Alle Velotouren werden von ausgebildeten Alter + Sport-Velotourenleiterinnen und -leitern geführt. Interessierte verlangen die ausführliche Ausschreibung bei

Albert Ammann  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Velotouren  
Geimmoosstrasse 16  
8712 Stäfa  
Telefon 01 926 44 68

oder direkt bei

Pro Senectute Kanton Zürich  
Abteilung Alter + Sport  
Forchstrasse 145, Postfach  
8032 Zürich  
Telefon 01 422 42 55  
Fax 01 382 18 62

## 12. Seniorenmesse Zürich

Vom 26. bis 30. März 1996, täglich von 9.00 bis 17.30 Uhr, findet in den Züspa-Hallen die 12. Seniorenmesse statt. Unter dem Motto MITENAND wird heutigen und künftigen Seniorinnen und Senioren viel geboten. Die Messe hat zum Ziel, den Dialog zwischen den Generationen zu fördern.

Pro Senectute Kanton Zürich wird mit einem Ausstel-

lungsstand vertreten sein, der dem Motto «Mitmache – fit bleibe» gewidmet ist. Fit im Alter beruht aber keineswegs nur auf sportlicher Betätigung; auch die Teilnahme an Veranstaltungen der Pro Senectute-Ortsvertretungen stellt eine aktive Gestaltung des Alltags dar. Und wer sein ganzes Leben lang gerne plante, organisierte und durchführte, für den bietet ein ehrenamtliches Engagement oder ein Mitmachen bei

«Senioren für Senioren» ein attraktives Betätigungsfeld. Die ganze Messe wird noch vielseitiger und interessanter gestaltet sein. Am SENIOR SEMINAR werden Vorträge und Workshops mit Referaten zu aktuellen Themen abgehalten. Auch Pro Senectute engagiert sich wieder mit eigenen Referenten an diesem Seminar.

Integriert in die Seniorenmesse finden in diesem Jahr wieder die traditionellen

SENIOREN-SPORTTAGE statt. Die Sportpräsentationen auf grossen Vorführflächen sind täglich zu jeder vollen Stunde zu sehen, dauern jeweils eine halbe Stunde und animieren Zuschauerinnen und Zuschauer zur aktiven Teilnahme. Es werden verschiedene Formen von Gymnastik und zum Ausklang jeden Tag Volkstanz angeboten.

# Regionen



ZÜRCHER  
OBERLAND

## Senioren-Forum Oberland

Rund 60 selbständige Senioren-Vereinigungen aus den drei Bezirken Hinwil, Pfäffikon und Uster gehören dem Senioren-Forum Oberland an. Es steht allen Senioren-Gruppierungen sowie interessierten Einzelpersonen offen. Das Forum wird begleitet und unter-

stützt durch die Pro Senectute-Regionalstelle Oberland in Wetzikon. Ein Vorbereitungskreis von verantwortlichen Personen aus diesen Gruppierungen nimmt Themen auf und organisiert die Veranstaltungen, die jeweils auch öffentlich ausgeschrieben werden.

Weitere Auskünfte über das Senioren Forum Oberland beziehungsweise über dessen Veranstaltungen sind erhältlich bei:

Senioren-Forum Oberland  
Bahnhofstrasse 196  
8620 Wetzikon  
Telefon 01/931 50 70  
(jeden Dienstag, 9–12 Uhr)