

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2004)  
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 10.04.2026

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



Franziska Frey-Wettstein  
Präsidentin des Stiftungsrates

Die rasante technische und finanzielle Entwicklung der letzten Jahre bedeutete für alle NGOs, so auch für Pro Senectute, eine grosse Herausforderung. Die Sparanstrengungen der öffentlichen Hand machen uns nach wie vor zu schaffen.

Dazu kommt, dass sich in dem noch immer wachsenden Markt für Spender und Sponsoren die vorhandenen privaten Mittel auf immer noch mehr Empfänger verteilen. Die Anforderung an die professionelle Arbeit steigt, der Betrieb ist punkto Effizienz und Effektivität gefordert, ausgeklügelte EDV-Systeme, Sicherheitsprogramme, neue Anforderungen an die Rechnungslegung, Corporate Governance und Controlling verursachen neue Kosten.

Die Spirale dreht sich weiter, und alle, die sich bei Pro Senectute für das Wohl alter Menschen engagieren, können stolz auf ihre letztjährige Leistung sein. Die Flexibilität und die Offenheit Neuem gegenüber sind massgeblich verantwortlich dafür, dass das grosse Defizit bedeutend verringert wurde und die Neuausrichtung gelungen ist.

Wir stellen fest, dass wir es mit einer zunehmend selbstbewussteren, anspruchsvolleren und kritischeren Kundschaft zu tun haben. Dies ist ausgesprochen positiv, lässt es doch die Nachfrage nach unseren Dienstleistungen wachsen, und zeigt, dass unser Qualitätsmanagement erfolgreich ist. Unsere Dienste sind nach wie vor bei der Sozialberatung gefragt, und die demografische Ent-

wicklung erfordert eine ständige Steigerung und Verfeinerung unserer Angebote.

Allen, die zu dieser tollen Leistung beigetragen haben, herzliche Gratulation!

Dabei waren in den vergangenen Jahren nicht nur technische und finanzielle Fragen zu lösen, sondern es mussten auch lieb gewordene Strukturen verändert werden. Neu zu schaffen sind sieben Dienstleistungszentren im ganzen Kanton. Diese Center sollen eine bessere Vernetzung der Angebote und einen verstärkten Austausch zwischen Freiwilligen, Mitarbeitenden, Angehörigen, Behörden und der Bevölkerung gewährleisten. Ganz erfreulich ist, dass in Bülach und in Horgen bereits geeignete Lokalitäten gefunden wurden, sodass die ersten Center im laufenden Jahr realisiert werden können.

Bei allem, was neu von Pro Senectute angeboten wird, ist das Kerngeschäft, nämlich alten und armen Menschen in ihrer Not beizustehen, nicht vergessen gegangen. Immer noch gibt es die Altersarmut, viele ältere Menschen leben an der Armutsgrenze und müssen jeden Franken zweimal umdrehen bevor sie ihn ausgeben. Pro Senectute kann diese Menschen dank der Hilfe von vielen Spenderinnen und Spendern beraten und finanziell unterstützen. Für dieses Engagement möchten wir uns im Namen der Empfängerinnen und Empfänger herzlich bedanken.

Pro Senectute kann der Zukunft vertrauensvoll entgegen schauen, weil wir aus Befragungen wissen, dass die grosse Mehrheit unserer Kundinnen und Kunden zufrieden sind mit unseren Dienstleistungen und unsere Angebote schätzen. Pro Senectute hat sich als Fachstelle für Altersfragen und als Anlaufstelle für alle älter werdenden Menschen und ihre Angehörigen etabliert.

## Pro Senectute Kanton Zürich: über uns

Bewegte Feste im ganzen Kanton	6
Literaturclub Wipkingen	8
Immer mehr Senior/innen am Netz	9

## Thema

Den Zugang zum eigenen Schönsein finden	12
---	----

## Wir sind für Sie da

Das Wunderkind	10
Gratiskurse am Bahnhof Rüti	11
Macht Sport glücklich?	18
Saisonale Küche zu Hause geniessen	20
Rezepte für Sommergerichte	22
Auch über wenig Geld kann man streiten	24
Kurs nehmen in Richtung Pensionierung	25

## Pro Senectute Kanton Zürich – aktiv

Auch mal nach links oder rechts schauen	28
Orientierungswandern mit Simone Niggli-Luder	29

## Angebote

Kurse und Ferien	30
10. Opernfestival Avenches – Bizets «Carmen» – mit Pro Senectute gratis dabei	34

## Reisen

In geborgener Atmosphäre zur Ruhe finden Casa Sant'Agnese in Locarno	36
--	----

## Persönlich

Exklusiv-Interview mit Nico Der unerfüllte Traum	40
--	----

## Gesundheit

Rationierung in der Medizin	44
Zuhause bleiben trotz Angst oder Depressionen	46
Neue Chance für Lungenpatienten	48

## Service

Impressum	50
Leserbriefe/Kleinanzeigen	52
Rätsel	54

## Titelbild «Grossvater mit Enkeln»

von Beatrice Künzi, Zürich