

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2009)

**Heft:** 3

**Register:** Weiterbildung

### 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:** 18.01.2026

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

## WEITERBILDUNG

## GESUNDHEIT UND PRÄVENTION



### Infomorgen zum Gedächtnistraining

Sie erfahren, was im Kurs behandelt wird und wie Sie sinnvoll trainieren.

WANN	Freitag, 2. Oktober 2009, 09.30–11.00 Uhr
ORT	8400 Winterthur, im Königs- hof, Forum und Treffpunkt für ältere Menschen, Neumarkt 4
LEITUNG	Gertrud Knöpfli, Gedächtnis- trainerin SVGT
KOSTEN	Frei
ANMELDUNG	nicht erforderlich
KONTAKT	Astrid Schöni Graf, Dienst- leistungscenter Winterthur und Umgebung, Brühlgarten- strasse 1, 8400 Winterthur, Tel. 0548 451 54 29, astrid.schoeni@ zh.pro-senectute.ch

### «Geistige Fitness»

#### Gedächtnistraining-Grundkurse

Erinnern und Vergessen – möchten Sie mehr darüber wissen? Informationen und Übungen zu Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit und Sprache gehören zu diesem ganzheitlichen Gedächtnistraining.

WANN	ab 14. bzw. 15. Oktober, 14-täglich, Mittwoch oder Donnerstag, 09.00 Uhr – 11.00 Uhr
ORT	8910 Affoltern am Albis, Reformierte Kirchgemeinde, Zürichstrasse 94
KOSTEN	10 × 2 Lektionen, inkl. Material CHF 160.–
ANMELDUNG	bis 6. Oktober, Frau Oda Banz, Rüteliweg 21, 8932 Mettmenstetten, Tel. 043 466 81 01

WANN	Montag 14.00 – 15.45 Uhr Kurs I, 02.10., 09.10., 16.10., 23.10., 30.10., 06.11.2009 Kurs II, 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.2009	keit werden trainiert, außerdem wird die Sinneswahrnehmung geschult.
ORT	8180 Bülach, Pro Senectute Kanton Zürich, Dienst- leistungscenter Bülach, Lindenhofstrasse 1	WANN 08.09.–27.10.2009 von 14.00–16.15 Uhr
LEITUNG	Susanne Fritschi und Iris Hauri, Gedächtnistrainerinnen SVGT	ORT 8008 Zürich, Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a
KOSTEN	CHF 160.–	LEITUNG Ines Moser-Will, liz. SimA- Trainerin, Buchautorin «Spass mit Denktraining»
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh. pro-senectute.ch	KOSTEN CHF 220.– (8 × 120 Minuten)
		ANMELDUNG Pro Senectute ZH, Dienst- leistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
		SPEZIELLES Anmeldeschluss: 21.08.2009
		<b>Gedächtnisclub / Gedächtnis-Träff</b>
		Viel beschäftigt, fast keine Zeit! Und doch wollen Sie Ihr Gedächtnis fit halten. Der monatliche «Gedächtnis-Träff» ist eine Möglichkeit, in einer motivierten Gruppe geistig «am Ball» zu bleiben. Voraussetzung für den Gedächtnisclub ist der Besuch eines Gedächtnistrainings, damit die nötigen Grundkenntnisse vorhanden sind.
		WANN Montag 13.30–15.00 Uhr, 14.09., 12.10., 09.11., 12.12., 25.01.10, 22.02.10
		ORT 8180 Bülach, Pro Senectute Kanton Zürich, Dienst- leistungscenter Bülach, Lindenhofstrasse 1
		LEITUNG Iris Hauri und Susanne Fritschi, Gedächtnistrainerinnen SVGT
		KOSTEN CHF 160.– (für 6 Monatstreffen)
		ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh. pro-senectute.ch
		SPEZIELLES Anmeldung jeweils für die Teilnahme an sechs Treffen
		WANN Gedächtnisclub anspruchsvoll: 23.09./21.10./25.11.2009 Gedächtnisclub spielerisch: 09.09./14.10./11.11.2009 Jeweils am Mittwoch 09.30–11.30 Uhr
		ORT 8400 Winterthur, Im Königshof, Neumarkt 4
		LEITUNG Ruedi Egli, liz. SIMA®-Trainer, Gertrud Knöpfli, Gedächtnistrainerin SVGT
		KOSTEN CHF 20.– pro Morgen

### Aufbaukurs «Geistige Fitness»

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Gedächtnistraining gemacht? Dann lernen Sie im Aufbaukurs neue Übungen kennen. Konzentrations- und Merkfähig-

ANMELDUNG	Astrid Schöni Graf, Dienstleistungscenter Winterthur und Umgebung, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur, Tel. 0548 451 54 29, astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
-----------	---

WANN	Nächste Monatstreffen am 19.10., 16.11., 21.12.2009, 18.01., 15.02., 15.03.2010 von 14.00–15.45 Uhr
------	---

ORT	8008 Zürich, Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a
-----	---

LEITUNG	Iris Hauri, Gedächtnistrainerin, Mitglied im SVGT
---------	---

KOSTEN	CHF 160.– (für 6 Monatstreffen)
--------	---------------------------------

ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
-----------	--

SPEZIELLES	Anmeldung jeweils für die Teilnahme an sechs Treffen
------------	--

### Älter werden – mobil bleiben – Auto fahren

Wir unterstützen Sie und vermitteln Ihnen mehr Sicherheit im Alltagsverkehr. Auf Ihre individuellen Fragen wird eingegangen.

WANN	Montagmorgen 9.00–11.30 Uhr, Daten auf Anfrage
------	--

ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
-----	---

LEITUNG	Bernhard Elsener und Brian Weidmann
---------	-------------------------------------

KOSTEN	CHF 145.–
--------	-----------

ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch
-----------	---

### Sich sicher fühlen im Alltag

Besonders ältere Menschen fühlen sich von der sogenannten Alltagskriminalität, aber auch im hektischen Stadtverkehr unsicher. Die Quartiers- und Verkehrspolizei will Sie informieren und Ihnen einfache Massnahmen aufzeigen, wie Sie sich im Alltag verhalten und schützen können.

WANN	Je am 13. oder 20. Oktober 09 von 9–11 Uhr
------	--

ORT	8400 Winterthur, Königshof, Neumarkt 4
-----	--

LEITUNG	Anita Keller, Quartierpolizistin Altstadt, Marcel Abplanalp, Verkehrsinstruktor der Stadt- polizei
---------	--

KOSTEN	Keine
--------	-------

ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur, Tel. 058 451 54 00
-----------	--

### Wohlbefinden und Lebensqualität im Alter (in Spanisch)

Zwei Referate in Spanisch zum Wohlbefinden und zur Lebensqualität im Alter sowie Informationen zur Beratung in spanischer Muttersprache. Sketche aus dem Leben und eine «Muster-Beratung» lockern den Nachmittag auf.

WANN	28. Oktober 2009, 14.00 bis 17.00 Uhr
------	---------------------------------------

ORT	Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
-----	--

LEITUNG	Ursula Bachmann, Teamleiterin Gemeindliche Altersarbeit, Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, sowie: M. Alonso, R. Dünki, M.T. Guerra Notter, M. Gonnet, F. Oliver, E. Philippen
---------	--

KOSTEN	Gratis
--------	--------

ANMELDUNG	Ohne Voranmeldung
-----------	-------------------

SPEZIELLES	Achtung: Der ganze Nachmittag ist für spanischsprachende Personen. Es wird nicht auf Deutsch übersetzt!
------------	---



### Erzählcafé

Das waren noch Zeiten ...

In entspannter Atmosphäre beschäftigen wir uns mit Erfahrungen und Erlebnissen, die unser Leben geprägt haben. Wir wenden uns zeitgeschichtlichen Themen zu oder tauschen uns aus über Alltagsfreuden, Alltagslasten, Ängste und Sorgen dieser Zeit.

WANN	Freitag, 14.00 Uhr – 16.00 Uhr, 25.09., 30.10., 27.11., 11.12.2009
------	--

ORT	8180 Bülach, Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Bülach, Lindenhofstrasse 1
-----	--

LEITUNG	Frau Veronika Eggenberger
---------	---------------------------

KOSTEN	Frei
--------	------

ANMELDUNG	Es ist keine Anmeldung erforderlich.
-----------	--------------------------------------

KONTAKT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch
---------	---

WANN	Jeweils am Dienstag, 09.30–11.30, 25. Aug., 29. Sept., 27. Okt. 2009
------	--

ORT	8400 Winterthur, Im Königs- hof, Neumarkt 4
-----	---

LEITUNG	Astrid Schöni Graf
---------	--------------------

KOSTEN	CHF 10.– pro Morgen
--------	---------------------

ANMELDUNG	Erwünscht, aber nicht notwendig – der Einstieg ist jederzeit möglich
-----------	--

KONTAKT	Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur, Tel. 058 451 54 00
---------	--

### Patchwork

Patchwork ist englisch und steht für Flickarbeit. Es ist eine Technik der Textilgestaltung, bei der viele kleine Stoffstücke zu Kunstwerken verarbeitet werden. Gleichgesinnte treffen sich einmal im Monat.

WANN	10× im Jahr, 1× im Monat, Montag 13.45–16.15 Uhr
------	--

ORT	8180 Bülach, Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Bülach, Lindenhofstrasse 1
-----	--

LEITUNG	Frau Lotti Weidmann
---------	---------------------

KOSTEN	CHF 180.– für 10 Kursnachmitte
--------	--------------------------------

ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch
-----------	---

### Reise der Seele der Marie Métrailer (1909–1979)

Dieses Seminar geht der ungewöhnlichen Lebensgeschichte einer Walliser Frau nach, die aus engsten Verhältnissen stammt, ihre eigene unabhängige Lebensform gefunden hat, in Harmonie mit der

Natur lebt und nach langem Ringen zu ihrer Spiritualität findet. Neben kulturge- schichtlichen Einblicken ins damalige Leben im Val d'Hérens nimmt sie uns mit auf den inneren Weg der Selbstverdierung.

WANN	16.09.2009 (Mittwoch) 14.00–16.30 Uhr
ORT	8180 Bülach, ibbk, Solistrasse 74
LEITUNG	Dr. theol. Imelda Abbt
KOSTEN	CHF 35.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh. pro-senectute.ch
HINWEIS	Dieser Kurs findet in Zusammenarbeit mit der VHZ Region Bülach statt.

### Die vielen Farben der Trauer

Zur Trauer gehört nicht nur das Traurig- sein, auch Einsamkeits- oder Schuldge- fühle sind Facetten der Trauer. Tod und Verlust sind schmerzliche Erfahrungen in jedem Leben. Wir befassen uns an diesem Nachmittag mit verschiedenen Auffas- sungen und kulturellen Bewältigungsfor- men der Trauer.

WANN	11.11.2009 (Mittwoch) 14.00–16.30 Uhr
ORT	8180 Bülach, ibbk, Solistrasse 74
LEITUNG	Veronika Schnetzer, Sozialarbeiterin FH, Psychodramaleiterin PDH
KOSTEN	CHF 35.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh. pro-senectute.ch
HINWEIS	Dieser Kurs findet in Zusammenarbeit mit der VHZ Region Bülach statt.

### Stubete «zäme singe»

In fröhlicher Runde singen Sie altbekann- te Volkslieder und alles, was das Herz erfreut.

WANN	22.09/27.10./24.11.2009 von 13.30–14.30 Uhr
ORT	8400 Winterthur, Im Königs- hof, Forum und Treffpunkt für ältere Menschen, Neumarkt 4
LEITUNG	Brigitte Schneider
KOSTEN	Frei
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

### KONTAKT

Astrid Schöni Graf, Dienst- leistungscenter Winterthur und Umgebung, Brühlgarten- strasse 1, 8400 Winterthur,  
Tel. 0548 451 54 29,  
astrid.schoeni@  
zh.pro-senectute.ch

### WANN

20.10., 27.10., 03.11.,  
24.11., 01.12., 08.12. und  
15.12.2009  
von 9.30–12.30 Uhr

### ORT

8008 Zürich, Pro Senectute ZH,  
Dienstleistungscenter Stadt  
Zürich, Seefeldstrasse 94a

### LEITUNG

Franziska von Fischer, dipl.  
Schauspielerin, Sprecherin und  
Erwachsenenbildnerin

### KOSTEN

CHF 350.–  
für 7 Theatervormittage

### ANMELDUNG

Pro Senectute ZH, Dienst-  
leistungscenter Stadt Zürich,  
Tel. 058 451 50 00

### SPEZIELLES

Anmeldeschluss: 02.10.2009

### Märchen – eine Brücke zum Leben

Seit uralter Zeit werden Märchen erzählt. Sie haben bis heute nichts von ihrem Zauber verloren. Die Volksmärchen überliefern Menschheitsgeschichten auf eine spannende, lustige und manchmal auch ernste Weise. «Es gibt nichts, das die Seele so ermutigt, das Herz so läutert, in die Tiefen der Gedanken so vordringt, den Verstand schärft, den Menschen weise macht ... als Geschichten.» nach: Rabbi Nachman von Bratzlaw.

### WANN

Dienstag, 3. November und  
1. Dezember 09,  
09.30–11.30 Uhr

### ORT

8400 Winterthur, Königshof,  
Neumarkt 4

### LEITUNG

Iris Kellerhals,  
Märchenpädagogin

### KOSTEN

CHF 20.– pro Morgen

### ANMELDUNG

Pro Senectute Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter  
Brühlgartenstrasse 1  
8400 Winterthur  
Tel. 058 451 54 00

### Zeichnen für Seniorinnen und Senioren

Lernen Sie Zeichnen wie Schreiben oder frischen Sie Ihre zeichnerischen Fähigkeiten auf. Die Pflanzenwelt liefert Ihnen die Vorlagen für Ihre zeichnerischen Ver- suche.

### WANN

14.10.–02.12.2009  
von 13.30–16.30 Uhr

### ORT

8008 Zürich, Pro Senectute ZH,  
Dienstleistungscenter Stadt  
Zürich, Seefeldstrasse 94a

### LEITUNG

Doris Michel, Erwachsenen-  
bildnerin und Malerin

### KOSTEN

CHF 370.– (24 Lektionen)

### ANMELDUNG

Pro Senectute ZH, Dienst-  
leistungscenter Stadt Zürich,  
Tel. 058 451 50 00

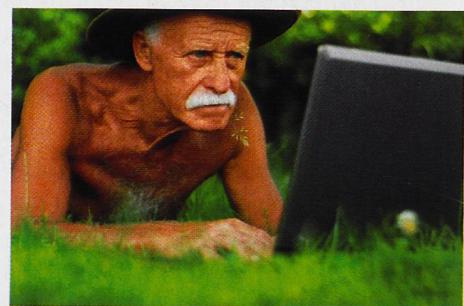
### SPEZIELLES

Anmeldeschluss: 28.09.2009

### Theater spielen

Im Vordergrund dieses Seminars steht die Lust am Spiel. Szenen aus der Theaterliteratur werden bearbeitet, ausserdem erinnerte und erfundene Geschichten ge- spielt.

## MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL



### Handy-Kurs

Im Einführungskurs lernen Sie die Grundfunktionen Ihres eigenen Handys kennen. Sie üben in einer Gruppe von max. 10 Personen die Grundfunktionen.

### WANN

Freitag, 11. September 2009

### ORT

Pro Senectute Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter Bülach  
Lindenhofstrasse 1  
8180 Bülach

### LEITUNG

Frau C. Perisinotto

### KOSTEN

CHF 69.–

### ANMELDUNG

Pro Senectute Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter Bülach  
Veronika Eggenberger  
Tel. 058 451 53 00  
veronika.eggenberger@  
zh.pro-senectute.ch

### SPEZIELLES

Der Kurs bietet auch Gelegen-  
heit und Zeit, auf individuelle  
Anliegen einzugehen.

### Handy-Kurse

Bei der Schulung an zwei Kursterminen lernen Sie, mit dem Handy zu telefonieren, Kurznachrichten zu versenden und Ihr Adressbuch einzurichten.

### WANN

03. und 17.11.2009,  
Zeiten je nach Kurs und Modell

ORT	8008 Zürich, Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a
LEITUNG	Mitarbeitende der Firma Surfingsenior, Zürich
KOSTEN	CHF 80.- inkl. Kursmaterial
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienst- leistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 16.10.2009

### **Computer-Einführungskurse in Bülach: PC-Grundlagen (Einstieg) mit Windows Vista und Office 2007**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich erstmals und von Grund auf vertraut machen wollen. In diesem Kurs werden die ersten Schritte am PC vermittelt.

WANN	Kurs No. 6110 / Di / 01.09.- 03.11.09 / 15.50-17.40 / 8 x 110 Minuten
	Kurs No. 6111 / Mi / 18.11.09 - 20.01.10 / 09.30-11.10 / 8 x 110 Minuten
KOSTEN	CHF 310.-

### **PC-Grundlagen (Vertiefung) mit Windows Vista und Office 2007**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die das im PC-Grundlagenkurs (Einstieg) erlangte Wissen vertiefen und erweitern wollen. Der Schwerpunkt liegt beim Erstellen und Bearbeiten der Ordnerstruktur des Explorers und beim Kennenlernen von Word.

WANN	Kurs No. 6210 / Mi / 02.09.- 04.11.09 / 09.30-11.20 / 8 x 110 Minuten
	Kurs No. 6211 / Di / 17.11.09 - 19.01.10 / 15.50-17.40 / 8 x 110 Minuten
KOSTEN	CHF 310.-

### **Word 2007 Grundlagen**

In diesem Kurs lernen Sie die Textverarbeitung mit Word kennen. Es kann auf spezielle Wünsche eingegangen werden.

WANN	Kurs No. 6330 / Mi / 02.09.- 04.11. / 13.50-15.40 / 8 x 110 Minuten
	Kurs No. 6331 / Mi / 18.11.09 - 20.01.10 / 13.50-15.40 / 8 x 110 Minuten
KOSTEN	CHF 310.-

### **Digitale Bildbearbeitung und Fotografie (Einstieg)**

Sie erhalten grundlegende Kenntnisse zur Arbeit mit Bildern am Computer. Der Schwerpunkt liegt beim Organisieren und Bearbeiten von Bildern.

WANN	Kurs No. 6170 / Mi / 11.11.09 - 13.01.10 / 15.50-17.40 / 8 x 110 Minuten
KOSTEN	CHF 310.-
ORT	8180 Bülach, Schwerzgrub- strasse 28, 8180 Bülach
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh. pro-senectute.ch
SPEZIELLES	Diese Kurse finden in Zusammenarbeit mit der Berufsschule Bülach statt.

### **Word-Textverarbeitung**

Sie lernen Schritt für Schritt, wie man im Word einen Brief schreibt, formatiert, korrigiert, kopiert, ein Bild einfügt und wie er gespeichert wird. Die Möglichkeiten im Word sind vielseitig. Für diesen Kurs sind PC-Grundkenntnisse erforderlich.

WANN	12./19./26./15. Oktober 2009 10.00-12.00 Uhr
ORT	8800 Thalwil, Begegnungs- zentrum Serata, Tischen- loosstrasse 55
LEITUNG	Martin Constam
KOSTEN	CHF 120.-
ANMELDUNG	Altersbeauftragter Thalwil, Kurs und Veranstaltungen Tischen- loosstrasse 55, 8800 Thalwil
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 18. September

### **Digital fotografieren in der Praxis**

Nach einem Theoriemorgen fotografieren die TeilnehmerInnen mit eigener Kamera unter Anleitung des Kursleiters verschiedene Themen in der Umgebung. Es werden mögliche Bild-Nachbearbeitungen am Computer erläutert. Voraussetzung: Die Teilnehmer beherrschen die Grundfunktionen ihrer Kamera.

WANN	11./18./25. November 2009 09.00-12.00 Uhr
ORT	8800 Thalwil, Begegnungs- zentrum Serata, Tischen- loosstrasse 55
LEITUNG	Axel Lenoir
KOSTEN	CHF 135.-
ANMELDUNG	Altersbeauftragter Thalwil Kurs und Veranstaltungen Tischenloosstrasse 55 8800 Thalwil
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 16. Oktober 2009

### **PC-Vertiefungskurs**

Das im Schnupperkurs erlangte Grundwissen wird vertieft und erweitert. Das Schwergewicht auf den Umgang mit Word, Internet und E-Mail wird Ihren Wünschen entsprechend angepasst. Schreibmaschinenkenntnisse sind von Vorteil.

WANN	3./10./17./24. November 2009 9.00-11.00 Uhr
ORT	8800 Thalwil, Begegnungs- zentrum Serata, Tischen- loosstrasse 55
LEITUNG	Elisabeth Schmid
KOSTEN	CHF 120.-
ANMELDUNG	Altersbeauftragter Thalwil Kurs und Veranstaltungen Tischenloosstrasse 55 8800 Thalwil
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 16. Oktober 2009

### **Computer-Einsteigerkurse in Zürich**

Wenn Sie den Computer nutzen wollen, um Briefe zu schreiben, im Internet Informationen abzurufen oder eine E-Mail zu senden, dann sollten Sie sich für den Einsteigerkurs anmelden.

WANN	Kurs 1+2 jeweils freitags, 04.09.-09.10.2009, 9.00-12.00 Uhr (Stufe 1) oder 13.30-16.30 Uhr (Stufe 2) mit Windows XP. Kurs 3+4 jeweils mittwochs, 21.10.-25.11.2009, 9.00-12.00 Uhr (Stufe 1) oder 13.30-16.30 Uhr (Stufe 2) mit Windows Vista.
ORT	Zürich
LEITUNG	Mitarbeitende der Computerschule Surfingsenior
KOSTEN	CHF 680.- (18 Lektionen) inkl. Kursbuch
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Stufe 1: noch nie am PC gearbeitet, Stufe 2: bereits erste Erfahrungen mit dem Computer; Anmeldeschluss jeweils 14 Tage vor Kursbeginn

### **Internet- und E-Mail-Kurs in Zürich**

Im Kurs werden Sie die Einsatzmöglichkeiten des Internets vertieft kennenlernen. Die gezielte Suche im World Wide Web (www) und das Senden und Empfangen von E-Mails sind Inhalte des Seminars.

WANN	16., 23. und 30.10.2009, 13.30-16.30 Uhr
------	---

ORT	8032 Zürich, Pro Senectute ZH, Geschäftsstelle, Forchstrasse 145
LEITUNG	Mitarbeitende der Computerschule Surfingsenior
KOSTEN	CHF 340.– (9 Lektionen) inkl. Kursbuch
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Voraussetzung: sichere Grundkenntnisse am PC; Anmeldeschluss: 01.10.2009

## FREIWILLIGENARBEIT



### Einführungskurs Besuchsdienst

Dieser Einführungskurs richtet sich an Personen, die Zeit zu verschenken haben. Nach einem Eignungsgespräch mit der zuständigen Besuchsdienstleitung können Sie an diesem Kurs teilnehmen.

WANN	Vier Nachmittage: Di, 20.10. / Mo, 2.11., Mo, 9.11., Fr, 13.11.09, jeweils 14.00–17.00 Uhr
------	---

ORT	8008 Zürich, Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a
LEITUNG	Ursula Krebs / Eva Haupt
KOSTEN	Keine, sofern Sie sich für eine Teilnahme als freiwillige/r Besucher/-in bei PSZH entscheiden
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Der Kurs besteht aus 4 Einheiten à 3 Std., die Teilnahme an allen Kurstagungen ist Bedingung Anmeldeschluss: 9.10.09

KONTAKT	Susanne Keller oder Ulla Matthey, Tel. 058 451 50 00, treuhanddienst@zh.pro-senectute.ch
SPEZIELLES	Vorgängig wird ein Abklärungsgespräch zur gegenseitigen Vorstellung und Eignung durchgeführt. Um frühzeitige Anmeldung wird deshalb gebeten.

### Einführungskurs für Kandidat/-innen des Steuererklärungsdienstes

Dieser Einführungskurs ist Voraussetzung für die freie Mitarbeit im Steuererklärungsdienst der Pro Senectute Kanton Zürich.

WANN	2.11. und 9.11.2009, 09.00–17.00 Uhr
ORT	8032 Zürich, Geschäftsstelle Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich
LEITUNG	Hanspeter Fehr, Karl Grätzer, Dieter Jahn
KOSTEN	Keine
ANMELDUNG	Laufend an: Andreas Raymann, Tel. 058 451 51 67, andreas.raymann@zh.pro-senectute.ch
SPEZIELLES	Vorgängig wird ein Abklärungsgespräch zur gegenseitigen Vorstellung und Eignung durchgeführt. Um frühzeitige Anmeldung wird deshalb gebeten.

## WIR SIND IN IHRER NÄHE

### Dienstleistungscentren

UNTERLAND/FURTTAL  
Lindenhofstrasse 1, 8180 Bülach  
Telefon 058 451 53 00

LIMMATTAL/KNONAUERAMT  
Badenerstrasse 1, 8952 Schlieren  
Telefon 058 451 52 00

ZIMMERBERG  
Alte Landstrasse 24, 8810 Horgen  
Telefon 058 451 52 20

PFANNENSTIEL  
Dorfstrasse 78, 8706 Meilen  
Telefon 058 451 53 20

OBERLAND  
Bahnhofstrasse 182, 8620 Wetzikon  
Telefon 058 451 53 40

WINTERTHUR UND UMGEBUNG  
Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur  
Telefon 058 451 54 00

STADT ZÜRICH  
Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich  
Postadresse:  
Postfach 1035, 8034 Zürich  
Telefon 058 451 50 00

### Geschäftsstelle

Pro Senectute Kanton Zürich  
Forchstrasse 145, 8032 Zürich  
Telefon 058 451 51 00  
E-Mail: info@zh.pro-senectute.ch  
Internet: www.zh.pro-senectute.ch

