

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2010)
Heft: 4

Register: Bildung und Kultur

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: 27.01.2026

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

BILDUNG UND KULTUR

Die Abkürzung PSZH steht für Pro Senectute Kanton Zürich, DC für Dienstleistungszentrum.

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION



Grundkurs «Geistige Fitness»

Mit vielseitigen und spielerischen Übungen verbessern Sie Ihre geistige Leistungsfähigkeit.

WANN	Dienstag, 09.30–11.45 Uhr 11.01.–01.03.
LEITUNG	Ines Moser-Will, Gedächtnis-trainerin (SVGT), Buchautorin
KOSTEN	CHF 220.– (8×120 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis 24.12.

PIA LORINI, 73 JAHRE,
EHMALIGE TURN- UND SPORTLEHRERIN

«Beim Volkstanz habe ich Freude an der Gemeinschaft, fühle mich jünger und bin voller Neugier.»



Gedächtnis-Club / Träff

Für Menschen, die motiviert sind, Neues zu lernen, und die Orientierung für geistige Fitness suchen. Damit lässt sich der Alltag kreativ gestalten, und es eröffnen sich neue Handlungsspielräume.

WANN	Mittwoch, 09.30–11.30 Uhr 24.11., 26.01., 23.02., 30.03.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Ruedi Egli, liz. SIMA®-Trainer
KOSTEN	CHF 20.– pro Morgen
INFO	PSZH, DC Winterthur, Astrid Schöni Graf, 058 451 54 29, astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich
SPEZIELLES	Voraussetzung für den Treff- besuch ist ein besuchter Gedächtnistrainingskurs.

MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL



Computerkurs

Digitale Fotografie – Bildbearbeitung

Sie fotografieren bereits mit Begeisterung digital und sind neugierig, wie Sie Ihre Fotos am Computer qualitativ verbessern können (mit Photoshop Elements). Sichere Grundkenntnisse am Computer und vertraute Handhabung Ihrer Digitalkamera sind Voraussetzung.

WANN	Freitag, 10.00–12.00 Uhr 04.02.–04.03. (Zeit 25.02.: 09.30–12.00 Uhr)
KURSORT	PSZH, Forchstrasse 145, Zürich
LEITUNG	Fritz Weber, Jungsenior, gelernter Schriftsetzer
KOSTEN	CHF 395.– (4×120, 1×150 Minuten)
INFO/ ANMELDUNG	DC Stadt Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis 21.01.

Handy-Grundkurs

Sie lernen die Grundfunktionen Ihres eigenen Handys kennen.

WANN	Freitag, 14.00–17.00 Uhr Kurs 1: 25.02. Kurs 2: 20.05.
LEITUNG	Claudia Perisinotto
KOSTEN	CHF 80.– (1×180 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

SPRACHKURSE

Erlebnis-Englisch-Grundkurs

Sie erlernen auf lebendige Art und Weise die englische Sprache, verbunden mit Besichtigung von interessanten Orten in Zürich unter Englisch sprechender Führung. Voraussetzung für den Kursbesuch ist, dass Ihnen alltägliche Ausdrücke bekannt sind und Sie einfache Sätze verstehen.

WANN	Freitag, 09.30–11.30 Uhr 14.01.–25.03. (ohne 11.02.)
LEITUNG	Barbara Ambühl, langjährige Englischlehrerin
KOSTEN	CHF 275.– (10×120 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis 31.12.

Erlebnis-Englisch-Aufbaukurs
(Stufe ab A2)

Sie erlernen auf lebendige Art und Weise die englische Sprache, verbunden mit Besichtigung von interessanten Orten in Zürich unter Englisch sprechender Führung. Voraussetzung für den Kursbesuch ist, dass Sie Alltagsgespräche führen und ebensolche Texte verfassen können. Kursstufe A2: Sie verstehen einfache Alltagsgespräche.

WANN	Freitag, 13.30–15.30 Uhr 14.01.–25.03. (ohne 11.02.)
LEITUNG	Barbara Ambühl, langjährige Englischlehrerin
KOSTEN	CHF 275.– (10×120 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis 31.12.

Englisch Konversationskurs (Stufe A2 / Stufe B1)

In einer kleinen Gruppe (max. 9 Teilnehmende) und entspanntem Lernumfeld wenden Sie Ihr Englisch aktiv an. Sie tauschen sich im Kurs über aktuelle Themen, Alltagssituationen und die britische Lebensart aus. Kursstufe A2: Sie verstehen einfache Alltagsgespräche. Kursstufe B1: Sie verstehen zum Beispiel Radiosendungen, wenn deutlich gesprochen wird. Bitte nutzen Sie zur richtigen Einstufung unseren Testbogen.

WANN	Kurs Stufe A2: Montag, 10.00–11.30 Uhr 10.01.–04.04. (ohne 14.02.) Kurs Stufe A2: Donnerstag, 08.30–10.00 Uhr 13.01.–07.04. (ohne 17.02.) Kurs Stufe B1: Donnerstag, 10.30–12.00 Uhr 13.01.–07.04. (ohne 17.02.)
LEITUNG	Gabriela Meier unterrichtet sowohl Privatpersonen als auch Berufstätige in englischer Sprache.
KOSTEN	CHF 330.– (12×90 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94 a 8008 Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis 24.12.

Englisch / Französisch / Italienisch / Spanisch

Fehlen Ihnen manchmal die Worte, wenn Sie in einer fremden Sprache sprechen? Möchten Sie das ändern? Neues dazulernen oder Altes auffrischen? Wir bieten die Gelegenheit dazu.

WANN	Montag–Freitag 14.00–16.00 Uhr
LEITUNG	Sprachlehrerinnen
KOSTEN	CHF 200.– bei 7 Teilnehmenden (16×60 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

AUSDRUCK UND KREATIVITÄT



Kreativität kennt kein Alter

Wagen Sie schöpferische Experimente! Im Rahmen der Ausstellung «ganz konkret» können Sie sich inspirieren lassen, Neues entdecken und Ihre eigenen Kunstwerke mit verschiedenen Materialien und Techniken kreieren. Der Kurs ist ein gemeinsames Angebot von Pro Senectute Kanton Zürich und dem Museum Haus Konstruktiv. Präsentation der Werke am 26. Januar ab 17 Uhr im Haus Konstruktiv.

WANN	Mittwoch, 14.00–17.00 Uhr 12.01., 19.01., 26.01.
KURSORT	Haus Konstruktiv Selnastrasse 25, 8001 Zürich
LEITUNG	Wanda Bonzi, Museumpädagogin
KOSTEN	CHF 150.– (3×180 Minuten, inkl. Eintritt und Material)
INFO/ ANMELDUNG	Haus Konstruktiv Wanda Bonzi, 044 217 70 97, w.bonzi@hauskonstruktiv.ch Anmelden bis 05.01.

Fotobuch gestalten

Im Kurs «Fotobuch gestalten» werden Sie im Handumdrehen Ihr eigenes Album entwerfen. Sie erfahren Tricks und Tipps, wie Sie Ihre Fotos im Buch anordnen können und die einzelnen Seiten wirkungsvoll gestalten. Im Kurspreis inbegriffen ist ein 24-seitiges A4-Fotoalbum der höchsten Qualität. Die Bilder werden auf echtem, starkem Fotopapier entwickelt, wodurch ein edler Bildband entsteht. Sichere Grundkenntnisse am Computer sind Voraussetzung.

WANN	Mittwoch, 09.30–12.00 Uhr Kurs 4: 15.12. Kurs 5: 19.01. Kurs 6: 16.02. Kurs 7: 16.03.
KURSORT	Gallery Lumobox Uraniastrasse 31, 8001 Zürich

LEITUNG	Mitarbeitende der Gallery Lumobox
KOSTEN	CHF 150.– (3×50 Minuten, inkl. 1 Fotobuch Fujifilm brillant im Wert von CHF 60.–)
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich 058 451 50 00 Anmelden bis jeweils 10 Tage vor Kursbeginn

Erzählcafé

Sich Zeit nehmen, erzählen, zuhören, Gedanken in Worte fassen, philosophieren, sich erinnern. Kaffee und etwas dazu in einer gemütlichen Atmosphäre. Dies alles ist Erzählcafé – aber auch alles, was Sie daraus machen möchten. Das erste Thema ist vorgegeben, die weiteren bestimmen Sie mit.

WANN	Freitag, 14.00–16.00 Uhr 26.11.
LEITUNG	Veronika Eggenberger
KOSTEN	Keine
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch
WANN	Mittwoch, 14.00–16.00 Uhr 23.02., 30.03., 27.04.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Astrid Schöni
KOSTEN	CHF 10.– pro Morgen
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur Astrid Schöni Graf 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch Anmelden bis 1 Tag vor der Veranstaltung

Stubete «zäme singe»

In fröhlicher Runde singen Sie altbekannte Volkslieder und alles, was das Herz erfreut.

WANN	Dienstag, 13.30–14.30 Uhr 23.11., 07.12., 25.01., 22.02.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Brigitte Schneider
KOSTEN	Keine
INFO	PSZH, DC Winterthur Astrid Schöni Graf 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich



ROGER BÜHRER, 72 JAHRE,
EHEMALIGER GEOLOGE UND TECHNISCHER ZEICHNER, HOBBY-DOKUMENTARFILMER

«Trotz oft sehr grossen Gruppen
kommt die Kameradschaft
nie zu kurz. Dies hat bestimmt
auch mit der guten
Leitung zu tun.»



Aquarellmalen

Ein bisschen Fantasie und ein bisschen Mut zur Farbe – so gelingt auch Ihnen unter der kundigen Anleitung von Vreni Blaser ein ganz persönliches Bild.

WANN	Mittwoch, 09.00–11.30 Uhr 19.01.–06.04. (14-täglich)
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Vreni Blaser
KOSTEN	CHF 180.–, inkl. Material
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur Astrid Schoeni Graf 058 451 54 29 astrid.schoeni@ zh.pro-senectute.ch Anmelden bis 05.01.

Patchwork

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

WANN	Montag, 13.45–16.15 Uhr 14.02., 21.03., 18.04., 23.05., 27.06., 29.08., 26.09., 24.10., 22.11., 12.12.
LEITUNG	Lotti Weidmann
KOSTEN	CHF 180.– (10×150 Minuten)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@ zh.pro-senectute.ch

AVANTAGE



SEMINARE ZUR VORBEREITUNG AUF DIE PENSIONIERUNG

**AvantAge – Fachstelle Alter und Arbeit
führt vielfältige Seminare für Menschen
nach der Lebensmitte durch. Lang-
jährig bewährt sind die Seminare zur
Vorbereitung auf die Pensionierung:**

«Kurs auf die nachberufliche Zukunft»

Seminarinhalte:

- Pensionierung heute
- Veränderungen im sozialen Netz
- Lebensgestaltung morgen
- Gesundheit und Wohlbefinden
- Materielle Sicherheit
(AHV, PK, 3. Säule)

DAUER	Zweieinhalb Tage
KURSORTE	Geroldswil, Wetzikon, Winterthur, Zürich

Alle Informationen zu Daten, Seminarort und Kosten erhalten Sie über www.avantage.ch oder 058 451 51 57.