

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2012)

Heft: 3

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: 30.01.2026

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

TREFFPUNKT	Kirchgemeindehaus St. Felix und Regula Hirzelstrasse 22, 8004 Zürich
KOSTEN	CHF 180.– (8 × 90 Minuten)
LEITUNG/ INFO	Helen Artho, 044 241 33 79 hc.artho@bluewin.ch
ANMELDUNG	Bis 06.09. an PSZH

TANGOSANO PRACTICA



Diese Tango Practica besteht aus einem angeleiteten Tango Argentino Übungsteil mit Schwerpunktthema und einem anschliessenden Teil mit individueller Beratung für alle Niveaus. Tango Argentino wird im Paar getanzt. Einzeltänzer/-innen sind willkommen und werden in die Partnerwechsel integriert.

WANN	Dienstag, 10.30–12.30 Uhr 23.10. – 11.12. (8×)
EINSTIEG	Jederzeit möglich
KURSORT	Quartiertreff Hirslanden Forchstrasse 248, 8032 Zürich
LEITUNG	Verena Vaucher und Alexander Dreher
KOSTEN	CHF 216.– (8×)

TENNIS

Dieser Ballsport ist überaus geeignet für Beginnende und Geübte, verbessern Sie doch Ihre Koordination und Kondition! Lassen Sie sich von der Tennisleitung über Ihre Niveaueinstufung beraten.

Tennis in Bachenbülach

WANN	Montagmorgen zwischen 08.00 und 12.00 Uhr gemäss Einteilung, neue Kursperiode ab 17.09.
------	--

↑

KURSORT	Tennishalle Ambiance 8184 Bachenbülach gegenüber Jumbo-Markt
KOSTEN	Winterperioden: CHF 210.– pro Person bei 4er-Gruppe, CHF 264.– pro Person bei 3er-Gruppe (8 × 60 Min., inkl. Platzmiete)
LEITUNG	Lilo Gubelmann und Ursula Schrepfer
INFO/ ANMELDUNG	Lilo Gubelmann, 044 860 08 48 www.tennisambiance.ch

VORSCHAU WINTERWOCHEN

Detailausschreibungen mit Preisangaben und Anmeldung ab Ende September unter www.zh.pro-senectute.ch > Unser Angebot > Bewegung und Sport > Sportwochen oder unter 058 451 51 31

SCHNEESCHUHLAUFEN

WANN	So–Fr, 20.–25. Januar 2013
ORT	Alt St. Johann/Toggenburg

SKI ALPIN

WANN	So–Fr, 13.–18. Januar 2013
ORT	Bivio / Graubünden

BILDUNG UND KULTUR

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

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

SinnVolles GehirnTraining in Affoltern a. A.

KURSDATEN	Halbjahr 2012/2013 14-tägig, 09.00–11.00 Uhr 1. Mittwochgruppe: 10.10.12 bis 06.03.13 2. Mittwochgruppe: 17.10.12 bis 13.03.13 1. Donnerstaggruppe: 11.10.12 bis 07.03.13 2. Donnerstaggruppe (neu: Einführungskurs): 01.11.12 bis 28.03.13
KURSORT	Ref. Kirchgemeinde Zürichstrasse 94 8910 Affoltern a. A.
LEITUNG	Ruth Schärer-Wicki Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 250.– (10 × 120 Minuten)

INFO/ ANMELDUNG	Ruth Schäerer-Wicki 044 784 98 92 ruth.schaerer@bluewin.ch
--------------------	--

Gedächtnis-Grundkurs in Bülach

Aktivieren Sie Ihre geistigen Fähigkeiten in einer geselligen Runde.

WANN	Montag, 09.30–11.00 Uhr 03.09., 10.09., 17.09., 08.10., 15.10.
LEITUNG	Susanne Fritschi Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 150.– (5 × 90 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/ ANMELDUNG	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

Geistige Fitness für Männer in Winterthur

Lernen Sie, wie Ihr Gehirn funktioniert und wie Sie es auf Touren halten können.

WANN	Donnerstag, 09.00–11.00 Uhr 04.10.–08.11.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Ruedi Egli Gedächtnistrainer SVGT
KOSTEN	CHF 150.– (6 × 120 Minuten)
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch Informationsmorgen: Do, 20.09., 09.00–11.00 Uhr im Königshof (s. o.)

Gedächtnistraining in Winterthur

Mit einfachen und spielerischen Übungen trainieren Sie Ihre geistige Leistungsfähigkeit.

WANN	Freitag, 09.30–11.00 Uhr 26.10.–30.11.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Maria Holenstein Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 150.– (6 × 90 Minuten)

INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch Informationsmorgen: Mi, 03.10., 09.30–11.00 Uhr im Königshof (s. o.)
--------------------	--

Grundkurs Geistige Fitness in Zürich

Mit vielseitigen und spielerischen Übungen verbessern Sie Ihre Merkfähigkeit, Wortfindung und Sinneswahrnehmung.

WANN	Kurs 05: Dienstag, 09.30–11.45 Uhr 18.09.–13.11. (ausser 06.11.)
LEITUNG	Ines Moser-Will Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 220.– (8 × 120 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Gedächtnis-Club in Winterthur

WANN	Mittwoch, 09.30–11.30 Uhr 19.09., 17.10., 14.11., 12.12.
EINSTIEG	Jederzeit möglich
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Maria Holenstein und Ruedi Egli, Gedächtnistrainer SVGT
KOSTEN	CHF 20.– pro Morgen (Abo für 5 oder 10 Termine)
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur Astrid Schöni Graf 058 451 54 29

Gedächtnis-Träff in Zürich

Viel beschäftigt, fast keine Zeit! Und doch wollen Sie Ihr Gedächtnis fit halten.

WANN	Montag, 14.00–15.45 Uhr 15.10., 19.11., 17.12.2012 21.01., 18.02., 18.03.2013
LEITUNG	Carla Wagner Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 160.– (6 × 120 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Sehtraining in Bülach

Erlernen Sie einfache und wirkungsvolle Übungen zur Entspannung der Augen.

WANN	Freitag, 14.15–16.15 Uhr 19.10., 02.11., 09.11.
LEITUNG	Heidi Hauser Kinesiologie und ganzheitliches Sehtraining
KOSTEN	CHF 200.– (3 × 120 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/ ANMELDUNG	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

Augentraining in Winterthur

Sie erlernen die Methode «Ganzheitliches Augentraining» zur Entspannung Ihrer Augen und zur Unterstützung der Sehkraft.

WANN	Montag, 09.30–11.30 Uhr 22.10., 29.10., 12.11.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Rosmarie Rüegg Sehlehrerin SBS
KOSTEN	CHF 120.– (3 × 120 Minuten)
INFO/ ANMELDUNG	PSZH DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

Optimale Ernährung trotz Diabetes

Lernen Sie die Grundlagen der Diabetes-Ernährung und deren Umsetzung kennen.

WANN	Montag, 09.00–11.15 Uhr 29.10., 05.11.
LEITUNG	Sonja Brutschin Dipl. Ernährungs-Psycho-logische Beraterin IKP
KOSTEN	CHF 85.– (2 × 90 Minuten plus Pause)
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/ ANMELDUNG	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

Im Alltag sicher unterwegs in Winterthur

Sichere Mobilität ausser Haus: Als Fussgänger/-in oder als Nutzer/-in des ÖV.

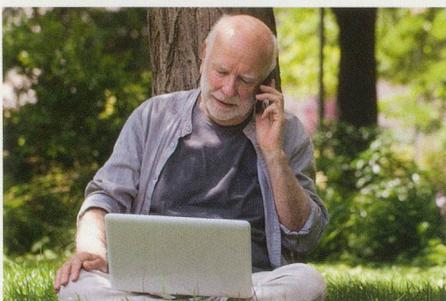
WANN	Mittwoch, 05.09. oder Dienstag, 11.09. jeweils 09.00–12.00 Uhr
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Fussverkehr Schweiz
KOSTEN	keine
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

Vortrag: Selber bestimmen und vorsorgen

Themen: Vorsorgeregelung, Testament, Patientenverfügung, Vollmachten und neues Erwachsenenschutzrecht.

WANN	Dienstag, 14.00–16.00 Uhr 25.09.
KURSORT	Kirch- und Kongresszentrum Liebestrasse 3 8400 Winterthur
LEITUNG	Werner Theiler, Teamleiter Erbschaft ZKB Dr. iur. Karin Fischer, Leiterin Vormundschaftsamt Winterthur
KOSTEN	keine
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL



Computerkurse in Bülach

KURSORT	Berufsschule Bülach Schwerzgruebstrasse 28 8180 Bülach
LEITUNG	Lehrpersonen der Berufsschule Bülach
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch
HINWEIS	Schulung mit Windows 7 und Office 2010

PC-Grundlagen (Einstieg)

Ein Einstiegerkurs für Senior/-in, die sich erstmals an den Computer trauen.

WANN	Dienstag, 15.50–17.40 Uhr 04.09.–06.11., Kurs pc-g60-e1 Mittwoch, 09.30 – 11.20 Uhr 21.11.2012–23.01.2013, Kurs pc-g60-e2
KOSTEN	CHF 310.– (8×110 Minuten)

PC-Grundlagen (Vertiefung)

Nach dem Besuch eines Einstiegskurses erstellen Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur und nutzen Word.

WANN	Mittwoch, 09.30–11.20 Uhr 05.09.–07.11., Kurs pc-g60-v1 Dienstag, 09.30–11.20 Uhr, 20.11.2012–22.01.2013, Kurs pc-g60-v2
KOSTEN	CHF 310.– (8×110 Minuten)

Einladungen gestalten

Sie erstellen und bearbeiten Einladungen zu Geburtstagen, Weihnachten usw.

WANN	Montag, 15.50–17.40 Uhr, 03.09.–01.10., Kurs pc-60-ein
KOSTEN	CHF 200.– (5×110 Minuten)

Internet / E-Mail Grundlagen

Im Kurs richten Sie sich E-Mail-Konten, Ordner und Ihr Adressbuch ein.

WANN	Mittwoch, 13.50–15.40 Uhr, 05.09.–07.11., Kurs pc-g60-i
KOSTEN	CHF 310.– (8×110 Minuten)

Computerkurse in Zürich

KURSORT	Pro Senectute Kanton Zürich Forchstrasse 145, 8032 Zürich
LEITUNG	Mitarbeitende der Computerschule SurfingSenior
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch
HINWEIS	Schulung mit Windows 7 und Microsoft Office 2010

Einstiegerkurse

Texte mit Word schreiben, Dateien verwalten, Informationen im Internet suchen und E-Mails schreiben.

WANN	Kurs 7: Freitag, 09.00–12.00 Uhr Kurs 8: Freitag, 13.30–16.30 Uhr 09.11.–14.12.
KOSTEN	CHF 690.– inkl. Kursbuch (6×180 Minuten)

Internet- und E-Mail

Gezielte Suche im Internet, Senden von E-Mails und Sicherheit im Netz.

WANN	Kurs 4: Freitag, 09.00–12.00 Uhr 19.10., 26.10., 02.11. Kurs 5: Dienstag, 09.00–12.00 Uhr 27.11., 04.12., 11.12.
KOSTEN	CHF 350.– (3×180 Minuten)

Gemeinschaft im Netz

Foren und soziale Netzwerke (Facebook, Seniorweb usw.) kennenlernen, telefonieren mit Skype und Youtube entdecken.

WANN	Kurs 3: Freitag, 13.30–16.30 Uhr 19.10., 26.10., 02.11. Kurs 4: Dienstag, 13.30–16.30 Uhr 27.11., 04.12., 11.12.
KOSTEN	CHF 370.– inkl. Kopfhörer (3×180 Minuten)

Computerkurse für Frauen 55+ in Wetzikon

PC-Kurse für Einsteigerinnen: Windows 7 und XP kennen lernen und erste Schritte mit Word.

WANN	Freitag, 08.45–11.15 Uhr 28.10.–02.12.
KURSORT	Frohbergstrasse 43 8620 Wetzikon
LEITUNG	Karin Eschmann und Silvia Müller-Lässer Kursleiterin FSB/SVEB und Ausbildnerin mit eidgen. Fachausweis
KOSTEN	CHF 520.– (6 × 150 Minuten exkl. Lehrmittel)
INFO/ ANMELDUNG	frauen-art 043 244 55 05 kurse@frauen-art.ch www.frauen-art.ch

Handy-Kurse

Sie lernen, mit dem Handy zu telefonieren, Kurznachrichten zu versenden und Ihr Adressbuch einzurichten. Vorkenntnisse sind keine notwendig. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Handy mit.

Handy-Kurs in Bülach

WANN	Freitag, 14.00–16.30 Uhr 16.11.2012
LEITUNG	René Langenegger
KOSTEN	CHF 95.– (1 × 120 Minuten plus Pause)
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach
ANMELDUNG	058 451 53 00 veronika.eggenberger@ zh.pro-senectute.ch

Handy-Kurse in Zürich

WANN	Kurs 4: Dienstag, 09.00–10.30 Uhr 06.11. und 20.11. (alle Modelle ausser Nokia)
LEITUNG	Mitarbeitende der Computer- schule SurfingSenior
	Kurs 5: Dienstag, 11.00–12.30 Uhr 06.11. und 20.11. (Nokia)

KOSTEN	CHF 80.– inkl. Kursmaterial (2 × 90 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich
INFO/ ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro- senectute.ch

LEITUNG	Barbara Ambühl
KOSTEN	CHF 275.– (10 × 120 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro- senectute.ch

Handykurs Doro PhoneEasy in Zürich

Sie erwerben das Seniorenhandy Doro PhoneEasy 610 und lernen, damit zu telefonieren (inkl. Notruf) und Kurznachrichten zu versenden.

WANN	Kurs 4: Dienstag, 14.00–15.30 Uhr 06.11. und 20.11.
LEITUNG	Mitarbeitende der Computer- schule SurfingSenior
KOSTEN	CHF 250.– inkl. Handy (2 × 90 Minuten), für EL-Bezü- gerInnen: CHF 50.– inkl. Handy
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro- senectute.ch

Englisch-Einsteigerkurs (Sterling Silver 2) in Zürich

Mit dem speziell für ältere Menschen entwickelten Lehrbuch «Sterling Silver» wird Ihnen die Sprache mehr und mehr vertraut. Neueinsteiger/in besitzen bereits Grundkenntnisse der englischen Sprache (Sterling Silver 1 wird vorausgesetzt).

WANN	Kurs 3: Mittwoch, 10.00–11.30 Uhr 12.09.–05.12. (ausser 17.10.)
LEITUNG	Gabriela Meier
KOSTEN	CHF 315.– (12 × 90 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro- senectute.ch

Englisch-Konversationskurse (Stufe A2 oder B1) in Zürich

In einer kleinen Gruppe (max. 9 Personen) wenden Sie Ihr Englisch aktiv an. Kursstufe A2: Sie können sich in einfachen Alltagsgesprächen verständigen. Kursstufe B1: Wenn klare Standardsprache verwendet wird, können Sie sich über vertraute Themen zusammenhängend äussern.

WANN	Kurs 10 (A2): Donnerstag, 08.30–10.00 Uhr 13.09.–06.12. (ausser 18.10.)
LEITUNG	Gabriela Meier
KOSTEN	CHF 330.– (12 × 90 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro- senectute.ch

Erlebnis-Englisch (Stufe A2 oder B1-B2) in Zürich

Sie besichtigen interessante Orte in Zürich. Die jeweilige Führung erfolgt in verständlichem Englisch.

WANN	Stufe A2: Freitag, 09.30–11.30 Uhr Stufe B1-B2: Freitag, 13.30–15.30 Uhr 12.10.–14.12.
------	--

AUSDRUCK UND KREATIVITÄT

Mein Lebensbuch

In diesem Jahreskurs gestalten Sie Ihr persönliches Lebensbuch. Sie sammeln Materialien, Fotos und Dokumente und schreiben kurze Texte. Sie wählen aus und finden Leitlinien in Ihrem Leben. Am Ende sammeln sie das Erarbeitete in Form eines Buches ein.

WANN	Montag, 13.30–18.00 Uhr 01.10., 29.10., 26.11.2012 07.01., 04.02., 04.03., 08.04., 06.05., 03.06.2013
LEITUNG	Renate Rubin, Poesie- und Bibliotherapeutin
KOSTEN	CHF 750.–, EL-BezügerInnen: CHF 375.– (9 × 270 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/ ANMELDUNG	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Erzählcafé in Bülach

Sich Zeit nehmen, erzählen, zuhören, Gedanken in Worte fassen, philosophieren, sich erinnern. Kaffee und etwas dazu in einer gemütlichen Atmosphäre. Dies alles ist Erzählcafé.

WANN	Freitag, 14.00–16.00 Uhr 28.09., 26.10., 30.11., 14.12.
LEITUNG	Veronika Eggenberger
KOSTEN	Keine
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/ ANMELDUNG	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

Erzählcafé in Winterthur

Siehe Ausschreibung «Erzählcafé in Bülach».

WANN	Mittwoch, 14.00–16.00 Uhr 26.09., 24.10., 28.11.
LEITUNG	Astrid Schöni
KOSTEN	Keine
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur

INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

Diskussionsrunde 60+ – Zeitgenössische Texte aus Hörbüchern in Zürich

Zuhören – diskutieren – Meinungen austauschen. Diese Gruppe eignet sich auch für Personen mit eingeschränktem Sehvermögen.

WANN	jeden 2. Donnerstag, 09.30–11.30 Uhr 06.09., 20.09., 04.10., 18.10., 01.11., 15.11., 29.11.
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich
LEITUNG	Vera Nicolay
KOSTEN	keine
INFO	Vera Nicolay 044 342 43 75 vera4@gmx.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

Geschichte – für einmal lebendig

Mit diesem Geschichtskurs wird Geschichte lebendig! Wir wollen nachvollziehen, welche Entwicklungen und Zusammenhänge zur Entstehung aktueller Ereignisse beigetragen haben.

WANN	Kurs 2: Montag, 14.00–16.00 Uhr (inkl. Kaffeepause) 01.10.–03.12. (ausser 15.10. und 19.11.)
LEITUNG	Dominik J. Schaller, Historiker
KOSTEN	CHF 285.– (8 × 120 Minuten)
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Märchen – Männer in Märchen und Legenden

Sie hören ein Märchen, gehen der Geschichte auf den Grund und stellen eine Verbindung zur heutigen Zeit her.

WANN	Dienstag, 09.30–11.30 Uhr 30.10./04.12.2012
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Iris Kellerhals, Märcchnerzählerin, Erwachsenenbildnerin
KOSTEN	CHF 20.– pro Morgen inkl. Kaffee
INFO/	PSZH DC Winterthur
ANMELDUNG	058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

Spiellust – ein Theaterseminar

Sich inspirieren lassen von Traum und Wirklichkeit, um dann gemeinsam mit anderen Theaterszenen zu spielen. Texte aus der Literatur, eigene Erfahrungen und frei Fundenes liefern uns das Material für unser Spiel.

WANN	Montag, 09.00–12.00 Uhr 26.11., 10.12., 17.12.2012 07.01., 14.01., 21.01.2013 (mit Werkschau) Samstag, 09.00–12.00 Uhr, 19.01.2013
LEITUNG	Franziska von Fischer dipl. Schauspielerin
KOSTEN	CHF 370.– (7 × 180 Minuten)
KURSORT / INFO /	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Selbst und bewusst zu neuer Lebenslust

Schluss mit Unsicherheit und Selbstzweifel. Im Kurs wird mit praktischen Beispielen aus dem Alltag aufgezeigt, wie das angeborene Selbstbewusstsein im Laufe des Lebens ins Wanken geraten kann.

WANN	Freitag, 09.45–12.30 und 14.00–16.15 Uhr 09.11., 23.11.
KURSORT	Frohbergstrasse 43 8620 Wetzikon
LEITUNG	Karin Eschmann und Silvia Müller-Lässer Kursleiterin FSB/SVEB
KOSTEN	CHF 320.– (inkl. Kursunterlagen)
INFO / ANMELDUNG	frauen-art 043 244 55 05, 044 836 58 46 kurse@frauen-art.ch

Stubete «zäme singe» in Winterthur

WANN	Dienstag, 13.30–14.30 Uhr 28.08., 25.09., 23.10., 20.11., 04.12. (Adventsnachmittag)
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Brigitte Schneider
KOSTEN	Keine
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

Grosse europäische Komponisten

Sie lernen die Biografien und Musik von vier bedeutenden Komponisten (Händel, Haydn, Schubert und Schumann) in deren damaligen Zeit kennen.

WANN	Dienstag, 09.30–11.30 Uhr 18.09.–09.10.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Wolfgang Langer
KOSTEN	CHF 100.– (4 × 120 Minuten) inkl. Material
INFO / ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

WANN	Mittwoch, 09.30–12.00 Uhr Kurs 05: 24.10. Kurs 06: 07.11. Kurs 07: 21.11. Kurs 08: 05.12. Kurs 09: 12.12.
KURSORT	Gallery Lumobox
LEITUNG	Mitarbeitende der Gallery Lumobox
KOSTEN	CHF 150.– inkl. Fujifilm Fotobuch (1 × 150 Minuten)
INFO / ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Digitale Fotografie in Zürich

Im Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre digitalen Fotos am Computer qualitativ verbessern können: z.B. Helligkeit und Kontrast ändern, rote Augen korrigieren, Bilder neu ausrichten und Texte in die Fotos einfügen.

WANN	Dienstag, 09.00–12.00 Uhr 09.10.–30.10.
KURSORT	Pro Senectute Kanton Zürich Forchstrasse 145, 8032 Zürich
LEITUNG	MitarbeiterInnen der Computerschule SurfingSenior
KOSTEN	CHF 460.– inkl. Kursbuch (4 × 180 Minuten)
INFO / ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@zh.pro-senectute.ch

Aquarell malen in Winterthur

Mit etwas Fantasie und ein wenig Mut lernen Sie, Ihre persönlichen Bilder zu gestalten.

WANN	Mittwoch, 09.00–11.30 Uhr 12.09., 26.09., 10.10., 21.11., 28.11., 05.12.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Vreni Blaser
KOSTEN	CHF 180.– für 18 Lektionen inkl. Material
INFO / ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro-senectute.ch

Plastisches Gestalten mit Einblick in die Kunstgeschichte im Atelier Orangerie

Möchten Sie mit Tonerde plastisch arbeiten? Ferner einiges über die Kunstgeschichte im Atelier Orangerie (Schloss Teufen) erfahren? Die Lust am Gestalten ist wichtig. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

WANN	Freitag–Sonntag, 09.30–12.30 und 13.30–16.30 Uhr 28.–30.09.
KURSORT	Atelier Orangerie Schloss Teufen/ZH
LEITUNG	Eva Ehrismann, Bildhauerin
KOSTEN	CHF 360.– (3 × 360 Minuten)
INFO / ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@zh.pro-senectute.ch

Fotobuch gestalten in Zürich



Entwerfen Sie im Handumdrehen Ihr eigenes Album. Sie erfahren Tricks und Tipps, wie Sie Ihre Fotos im Buch wirkungsvoll anordnen. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, Ihr Fotobuch zu Hause selbstständig abzuschliessen.