

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2013)
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: 12.01.2026

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

BILDUNG UND KULTUR

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

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

SinnVolles GehirnTraining in Affoltern a. A.

DATEN	Winterhalbjahr 2013/2014 14-tägig, 09.00 – 11.00 Uhr Mittwochgruppe 1: 16.10.13 – 05.03.14 Donnerstaggruppe: 17.10.13 – 06.03.14 Mittwochgruppe 2: 23.10.13 – 12.03.14
KURSORT	Ref. Kirchgemeinde Zürichstrasse 94, Affoltern a. A.
LEITUNG	Ruth Schärer-Wicki, Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 250.– (10 × 100 Minuten)
INFO/	Ruth Schärer-Wicki, 044 784 98 92
ANMELDUNG	ruth.schaerer1@bluewin.ch oder PSZH DC Schlieren, 058 451 52 00 Anmeldeschluss: 07.10.

Gedächtnis-Club in Winterthur

WANN	Mittwoch, 09.30 – 11.30 Uhr 18.09., 16.10., 13.11., 11.12.
EINSTIEG	Jederzeit möglich
VORAUS-SETZUNG	Besuchter Gedächtnistrainingskurs
KURSORT	Königshof, 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 058 451 54 29 astrid.schoepi@pszh.ch

Gedächtnistraining in Winterthur

WANN	Freitag, 09.30 – 11.00 Uhr 25.10. – 29.11.2013
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4, WT
LEITUNG	Maria Holenstein, Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 150.– (6 × 90 Minuten)
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch
INFOANLASS	04.10., 9.30 Uhr Königshof Winterthur
ANMELDUNG	bis 09.10.

Augentraining in Winterthur

Sie erlernen eine Methode, um ihre Augen zu entspannen und ihre Sehkraft zu stärken.

WANN	Donnerstag, 09.30–11.30 Uhr 31.10.–14.11.
KURSORT	Könighof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Rosmarie Rüegg, Sehtrainerin SBS
KOSTEN	CHF 120.– (3 × 120 Minuten)
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch
ANMELDUNG	bis 14.10.

Geistige Fitness (Grundkurs) in Zürich



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

WANN Dienstag, 09.30–11.45 Uhr
08.10.–03.12. (ausser 26.11.)

LEITUNG Annette Zanoni,
Gedächtnistrainerin SVGT

KOSTEN	CHF 220.– (8 × 120 Min. + Pause)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

Geistige Fitness (Aufbaukurs) in Zürich



Gedächtnistraining haben Sie bereits kennengelernt. Im Aufbaukurs werden Sie durch neue Übungen geistig gefordert. Trainiert werden insbesondere Merkfähigkeit, Wortfindung, Sinneswahrnehmung und logisches Denken.

WANN	Dienstag, 14.00–16.15 Uhr 08.10.–03.12. (ausser 26.11.)
LEITUNG	Annette Zanoni, Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 220.– (8 x 120 Min. + Pause)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

Gedächtnis-Träff in Zürich

Viel beschäftigt, fast keine Zeit! Und doch wollen Sie Ihr Gedächtnis fit halten. Im monatlichen «Träff» haben Sie hierzu Gelegenheit. Im November startet die nächste Serie mit 6 Monatstreffen.

WANN	Montag, 14.00–15.45 Uhr 2013: 18.11., 16.12. 2014: 20.01., 17.02., 17.03., 14.04.
LEITUNG	Carla Wagner, Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 160.– (6 × 90 Min. + Pause)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch



MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL

COMPUTER- UND HANDYKURSE IN BÜLACH

KURSORT	Berufsschule Bülach Schwerzgruebstrasse 28 8180 Bülach
LEITUNG	Lehrpersonen der Berufsschule Bülach
INFO/ANMELDUNG	PSZH, DC Unterland u. Furttal Veronika Eggenberger 058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch

HINWEIS Schulung mit Windows 7 und Office 2010

PC-Grundlagen (Einstieg)

Ein Einsteigerkurs für SeniorInnen, die sich mit dem Computer erstmals und von Grund auf vertraut machen wollen.

WANN	Dienstag, 15.50–17.40 Uhr, 03.09.–05.11. Kurs: pc-g60-e1
	Mittwoch, 09.30–11.20 Uhr, 20.11.13–22.01.14 Kurs: pc-g60-e2
KOSTEN	CHF 310.– (8 × 110 Minuten)

PC-Grundlagen (Vertiefung)



Sie haben bereits einen Einsteigerkurs besucht und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen. Im Kurs erstellen Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur (Explorer) und lernen Word kennen.

WANN	Mittwoch, 15.50–17.40 Uhr, 04.09.–06.11. Kurs: pc-g60-v1
	Dienstag, 15.50–17.40 Uhr, 19.11.13–21.01.14 Kurs: pc-g60-v2
KOSTEN	CHF 310.– (8 × 110 Minuten)

Bildbearbeitung mit Google Picasa

Lernen Sie den Einstieg in die Bildbearbeitung mit dem kostenlosen Programm Picasa von Google.

WANN	Montag, 09.30–11.10 Uhr, 21.10.–11.11. Kurs: pc-pic60+
KOSTEN	CHF 150.– (4 × 100 Minuten)

Einladungen gestalten

Erstellen und Bearbeiten von Einladungen. Voraussetzung: Besuch PC-Vertiefungskurs.

WANN	Montag, 15.50–17.40 Uhr, 23.09.–04.11. Kurs: pc-60-ein
KOSTEN	CHF 280.– (4 × 100 Minuten)

Tablet-Grundkurse (iPad)



Sie lernen Ihr iPad und dessen Möglichkeiten kennen. Einstellungen können Sie anpassen und verwenden, Sie lernen, Apps (kleine Programme) zu laden und E-Mails auch unterwegs zu lesen und zu schreiben. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

WANN	Freitag, 14.00–17.30 Uhr, 22.11.
LEITUNG	Albino Pallotta
KOSTEN	CHF 110.–

Kurs iPhone

Ein iPhone ist mehr als nur ein Handy. Richtig eingesetzt und konfiguriert, können Sie damit neben Telefonieren und Fotografieren auch E-Mails lesen, im Internet surfen und Ihren Kalender verwalten.

WANN	Freitag, 14.00–17.00 Uhr, 06.09.
LEITUNG	Albino Pallotta
KOSTEN	CHF 110.–

Handy-Kurs

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.

WANN	Montag, 21.10., 28.10., 09.00–11.00 Uhr
LEITUNG	Kevin Rechsteiner
KOSTEN	CHF 105.–

COMPUTER- UND HANDYKURSE 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@pszh.ch
HINWEIS	Schulung mit Windows 8 und Microsoft Office 2010

Einsteigerkurse

Lernen Sie die wesentlichen Einsatzmöglichkeiten des Computers kennen: Texte mit Word schreiben, Dateien verwalten, Informationen im Internet suchen und E-Mails schreiben.

WANN	Kurs 5: Freitag, 13.30–16.30 Uhr 04.10.–08.11.
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 Freitag, 13.30–16.30 Uhr
13.09.–27.09.

KOSTEN CHF 350.– (3 × 180 Minuten)

Gemeinschaft im Netz

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

WANN Dienstag, 13.30–16.30 Uhr
03.12.–17.12.

KOSTEN CHF 370.– inkl. Kopfhörer
(3 × 180 Minuten)

Tablet-Grundkurse (iPad + Samsung Galaxy Tab)

Tablet-Computer sind leicht zu bedienen und handlich. Sie lernen, im Internet zu surfen und E-Mails zu verschicken. Außerdem laden Sie interessante Programme («Apps») auf Ihr Tablet. Keine Vorkenntnisse notwendig.

WANN Kurs 4 (iPad):
Dienstag, 09.00–12.00 Uhr
10.09.–08.10.

Kurs 5 (Samsung Galaxy Tab):
Dienstag, 13.30–16.30 Uhr
10.09.–08.10.

Kurs 6 (iPad):
Freitag, 09.00–12.00 Uhr
04.10.–01.11.

KOSTEN CHF 575.– (5 × 180 Minuten)
für EL-BezügerInnen:
CHF 275.–

Tablet-Aufbaukurse (iPad + Samsung Galaxy Tab)

Die Bedienung Ihres Tablets ist Ihnen bereits vertraut. Neu testen Sie Multimedia-Anwendungen: Radio hören, TV und Filme (youtube) schauen und Bücher lesen. Sie entdecken Apps und Internetseiten (z.B. Spiele, Gesundheit und Ernährung).

WANN Kurs 01 (iPad): Freitag,
09.00–12.00 Uhr
13.09.–27.09.

Kurs 02 (Samsung Galaxy Tab):
Dienstag, 13.30–16.30 Uhr
15.11.–29.11.

KOSTEN CHF 350.– (3 × 180 Minuten)
für EL-BezügerInnen:
CHF 175.–

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.

WANN Kurs 3 (alle Modelle):
Mittwoch, 09.00–10.30 Uhr
30.10. und 06.11.

Kurs 4 (alle Modelle):
Dienstag, 09.00–10.30 Uhr
19.11. und 26.11.

KOSTEN CHF 110.– inkl. Kursmaterial
(2 × 90 Minuten)

Smartphone-Grundkurse

Sie wollen wissen, wie ein iPhone oder andere Smartphones tatsächlich funktionieren. Erlernen Sie im Kurs die Bedienung mit den Fingern (Touchscreen), Anrufe zu tätigen, Ihr Adressbuch anzulegen und Kurznachrichten (SMS) zu versenden.

WANN Kurs 1 (iPhone): Mittwoch,
13.30–15.00 Uhr
30.10. und 06.11.

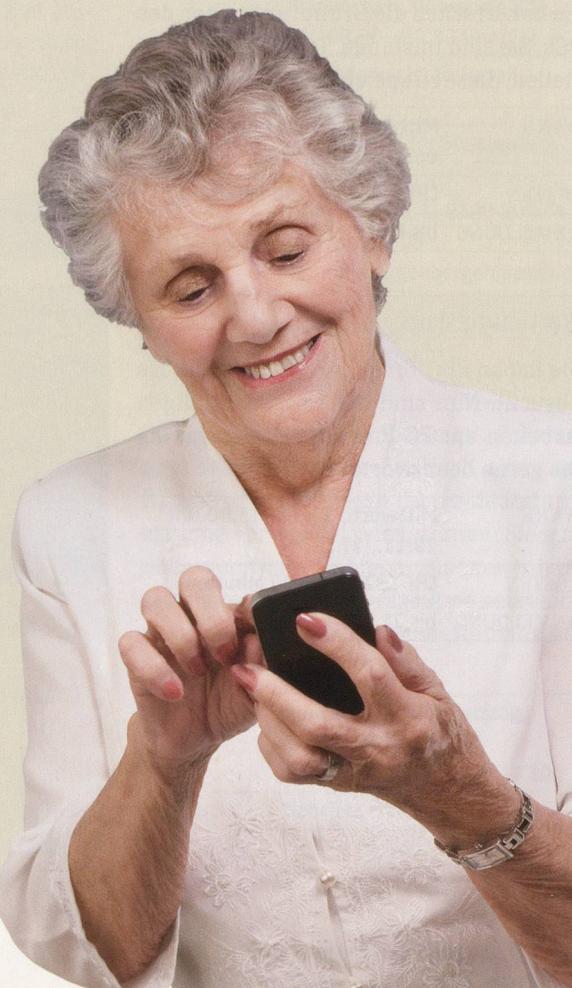
Kurs 2 (Android): Mittwoch,
15.30–17.00 Uhr
30.10. und 06.11.

Kurs 3 (iPhone): Dienstag,
13.30–15.00 Uhr
19.11. und 26.11.

Kurs 4 (Android): Dienstag,
15.30–17.00 Uhr
19.11. und 26.11.

KOSTEN CHF 110.– inkl. Kursmaterial
(2 × 90 Minuten)

Gestern Tasten, heute «Touchscreen»:
Wischen auch Sie!





COMPUTER- UND HANDYKURSE IN WINTERTHUR

KURSORT	Berufsfachschule Winterthur Lehrateliers, Lagerhausstr. 5
LEITUNG	Informatiker der Berufsfachschule
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch
HINWEIS	Bitte verlangen Sie unsere ausführliche Kursausschreibung. Die drei PC-Kurse vermitteln Ihnen solide PC-Anwenderkenntnisse. Kursunterlagen für alle drei Kurse CHF 22.-

Einführungskurs

Sie lernen den Computer als Arbeitswerkzeug kennen.

WANN	Mittwoch, 13.30–15.00 Uhr 23.10., 30.10.
KOSTEN	CHF 132.– (2 × 90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 23.09.

Aufbaukurs

Sie beherrschen die Grundfunktionen des PCs. Sie sind imstande, Textdateien zu erstellen, diese zu speichern und abzulegen.

WANN	Mittwoch, 13.30–15.00 Uhr 06.11., 13.11.
KOSTEN	CHF 132.– (2 × 90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 07.10.

Vertiefungskurs

Sie haben Einführungs- und Aufbaukurs besucht. Nun sind beim selbstständigen Arbeiten am PC Fragen aufgetreten, die Sie gerne beantwortet hätten.

WANN	Mittwoch, 13.30–15.00 Uhr 20.11., 27.11.
KOSTEN	CHF 132.– (2 × 90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 21.10.

Smartphone – erfolgreich bedienen



Sie möchten demnächst ein Smartphone kaufen oder besitzen seit Kurzem ein solches Gerät.

WANN	Mittwoch, 13.30–15.00 Uhr 25.09., 02.10.
KOSTEN	CHF 132.– inkl. Unterlagen (2 × 90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 07.09.

Smartphone – vielfältige Möglichkeiten

Sie besitzen ein Smartphone und möchten seine vielseitigen Einsatzmöglichkeiten kennenlernen.

WANN	Mittwoch, 13.30–16.00 Uhr 22.01.2014
KOSTEN	CHF 99.– inkl. Unterlagen (1 × 150 Minuten)
ANMELDUNG	bis 23.12.2013

Tablet – erfolgreich einsteigen

Sie besitzen seit Kurzem einen Tablet-PC oder möchten einen anschaffen.

WANN	Mittwoch, 15.30–17.00 Uhr 25.09., 02.10.
KOSTEN	CHF 132.– inkl. Unterlagen (2 × 90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 07.09.

Mit dem PC bin ich stets im Kontakt mit meinen Liebsten!





Tablet – vielseitig nutzen

Sie besitzen ein Tablet und möchten neue Einsatzmöglichkeiten kennenlernen.

WANN	Mittwoch, 13.30–16.00 Uhr 15.01.2014
KOSTEN	CHF 99.– inkl. Unterlagen (1×150 Minuten)
ANMELDUNG	bis 16.12.

Rund um die Digitalkamera

Sie besitzen eine Digitalkamera und möchten Ihre farbigen Bilder wirkungsvoll präsentieren: im digitalen Fotoalbum oder Fotokalender.

WANN	Mittwoch, 15.30–17.00 Uhr 23.10., 30.10.
KOSTEN	CHF 132.– inkl. Unterlagen (2×90 Minuten)
ANMELDUNG	bis 23.09.

Fotobuch erstellen

Sie gestalten Ihr individuelles Fotobuch.

WANN	Mittwoch, 27.11., 15.30–17.00 Uhr und 04.12., 13.30–16.00 Uhr
KOSTEN	CHF 165.– inkl. Unterlagen (1×90 Min.+1×150 Min.)
ANMELDUNG	bis 28.10.

Computeria Schlieren

Die Computeria bietet eine Vielfalt an Computer-, Tablet- und Smartphonekursen an. Ausserdem werden Workshops für Erfahrungsaustausch organisiert. Bitte beachten Sie das Angebot auf der Website.

KURSORT	Restaurant Mühleacker Mühleackerstrasse 15 Schlieren
LEITUNG	Kursleitende Computeria Schlieren
INFO/ ANMELDUNG	Computeria Schlieren 058 451 52 00 DC.Limmattal-Knonaueramt@ pszh.ch www.computeria-schlieren.ch

Computeria 60+ Winterthur

In der Computeria 60+ treffen sich SeniorInnen, die den Computer nutzen und Erfahrungen austauschen wollen. Die Computeria 60+ wird von Informatik-Lehrkräften der Berufsfachschule und von erfahrenen Anwendern von Pro Senectute geleitet und betreut.

KURSORT	Berufsfachschule (BFS) Lagerhausstr. 5, Winterthur
LEITUNG	Informatiker der BFS und freiwillige SeniorInnen
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, OV Oberwinterthur Hugo Rütti, 052 242 67 63 h.ruetti@vtxmail www.bfs-winterthur.ch/com- puteria/

Computeria Zürich

Die Computeria ist eine Gruppe von Seniorinnen und Senioren, die grosses Interesse am Computer haben. Zuhören, Dabeisein, Mitmachen, andern etwas Präsentieren – immer bist du gerne willkommen. Das gemütliche Zusammensein und die freiwillige Mitarbeit stehen im Vordergrund.

LEITUNG	Freiwillige
INFO	Werner Züst, 044 362 28 09, info@computeria-zuerich.ch www.computeria-zuerich.ch
ANMELDUNG	nicht erforderlich

SPRACHKURSE



Sprachkurse (E, It, Sp, Fr) in Bülach

WANN	Englisch, Grundstufe (A1/A2) Mo 15.30–16.30 Uhr (A1) Di 08.30–09.30 Uhr (A1) Di 09.45–10.45 Uhr (A2) Mi 17.30–18.30 Uhr, (A2) Do 09.45–10.45 Uhr (A2) Do 13.30–14.30 Uhr (A2)
------	---

Do 16.00–17.00 Uhr, (A1)
Fr 09.00–10.00 Uhr (A1-A2)

Englisch, Mittelstufe (B1/B2)

Mo 18.00–19.00 Uhr (B1)
Di 11.00–12.00 Uhr (B2)
Mi 08.35–09.35 Uhr (B1)
Mi 09.45–10.45 Uhr (B1)
Mi 13.15–14.15 Uhr (B1)
Fr 10.15–11.15 Uhr (A2-B1)

Englisch, Oberstufe (C1)

Di 18.15–20.15 Uhr (C1+)
Do 14.45–15.45 Uhr (C1)

Italienisch, Grundstufe (A1/A2)

Di 14.30–15.30 Uhr (A1)
Di 15.45–16.45 Uhr (A1-A2)

Italienisch, Oberstufe (C1)

Di 17.00–18.00 Uhr (C1)

Spanisch, Grundstufe (A1/A2)

Mi 11.00–12.00 Uhr (A1)
Fr 11.30–12.30 Uhr (A1-A2)

Spanisch, Mittelstufe (B1)

Mi 14.35–15.35 Uhr (B1)

Spanisch, Oberstufe (C1)

Mi 15.45–17.15 Uhr (C1)

Französisch, Oberstufe (C1)

Do 08.30–09.30 Uhr (C1)

HINWEIS Schnuppern ist jederzeit möglich

KOSTEN CHF 255.– (17×60 Minuten)

KURSORT/ PSZH, DC Bülach
INFO/ Lindenholzstr. 1, 8180 Bülach
ANMELDUNG 058 451 53 00
veronika.eggenberger@pszh.ch

Englisch-Konversationskurs (Stufe B1) in Zürich

In einer kleinen Gruppe (max. 9 Personen) wenden Sie Ihr Englisch aktiv an.

Kursstufe B1: Wenn klare Standardsprache verwendet wird, können Sie sich über vertraute Themen zusammenhängend äussern. Die Kursgruppe setzt sich aus neuen und bisherigen Teilnehmenden zusammen.

WANN Kurs 15 (B1): Donnerstag,
14.00–15.30 Uhr
19.09.–12.12. (ausser 17.10.)

LEITUNG Gabriela Meier

>>



KOSTEN	CHF 330.– (12 × 90 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch pro-senectute.ch

Englisch für Anfänger in Zürich NEU

Sie haben keine oder nur minimale Englischkenntnisse, wollen jedoch diese Weltsprache erlernen – und zwar ganz von Anfang an, Schritt für Schritt. In diesem Kurs tasten Sie sich mit dem speziell für Erwachsene entwickelten Lehrmittel «Network Starter» langsam an die fremde Sprache heran. Der Kurs wird 2014 fortgesetzt, so dass Sie mit der Zeit Basissprachkenntnisse für den Alltag erwerben.

WANN	Kurs 01: Freitag, 09.00–10.30 Uhr 04.10.–20.12. (ausser 08.11.)
Kurs 02: Freitag, 10.45–12.15 Uhr 04.10.–20.12. (ausser 08.11.)	
LEITUNG	Yvonne Rimle
KOSTEN	CHF 310.– exkl. Lehrmittel (11 × 90 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

AUSDRUCK UND KREATIVITÄT

Erzähl-Café in Bülach

Wir tauschen uns über Alltagsfreuden, Lustiges und Amüsantes aus und erinnern uns: Das waren noch Zeiten!

WANN	Freitag, 14.00–16.00 Uhr 27.09., 25.10., 29.11., 13.12.
KOSTEN	Keine
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach
ANMELDUNG	058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch

Erzählcafé in Winterthur

Sich Zeit nehmen, einander erzählen, zuhören, schweigen... Gedanken in Worte fassen, philosophieren und sich erinnern.

WANN	Mittwoch, 14.00–16.00 Uhr 25.09., 30.10., 27.11.
LEITUNG	Astrid Schöni
KOSTEN	Keine
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.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 05.09., 19.09., 03.10. usw.
KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a 8008 Zürich
KOSTEN	Keine
LEITUNG	Vera Nicolay 044 342 43 75 vera4@gmx.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

Bücherstammtisch in Winterthur



Sie lesen gerne und möchten sich mit anderen darüber unterhalten.

WANN	Montag, 09.30–11.30 Uhr 02.09., 04.11.
LEITUNG	Ursula Schwickert
KOSTEN	Keine

KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch

ANMELDUNG	Nicht erforderlich
-----------	--------------------

Märchen – von edlen und anderen Steinen



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 22.10. und 19.11.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Iris Kellerhals, Märchenerzählerin, Erwachsenenbildnerin
KOSTEN	CHF 20.– pro Morgen
INFO/	PSZH, DC Winterthur
ANMELDUNG	058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch bis 15.10.

Schreibseminar – Mein Lebensbuch

Gestalten Sie Ihr Lebensbuch. Es legt Botschaft von Ihnen ab und hilft anderen, Ihren Lebensweg zu verstehen – im Gestern, Heute und im Morgen.

WANN	Montag, 13.30–18.00 Uhr 2013: 04.11., 16.12. 2014: 20.01., 24.02., 24.03., 14.04., 12.05., 16.06., 07.07.
LEITUNG	Renate Rubin, Erwachsenenbildnerin
KOSTEN	CHF 750.– (EL-BezügerInnen CHF 375.–)
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstrasse 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch



Geschichte – für einmal lebendig!

Mit diesem Kurs wird Geschichte lebendig vermittelt. Wir greifen aktuelle Ereignisse auf und betrachten ihre geschichtlichen Ursachen.

WANN	Montag, 14.00–16.00 Uhr 07.10.–09.12. (ausser 21.10. und 18.11.)
LEITUNG	Dominik Schaller Wissenschaftler und Dozent
KOSTEN	CHF 285.– (8 × 120 Minuten inkl. Pause)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstrasse 94a, Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

Grosse europäische Komponisten



Sie lernen die Biografien und die Musik der Komponisten Frédéric Chopin, Peter Tschaikowsky, Camille Saint-Saëns und Friedrich Smetana kennen.

WANN	Dienstag, 09.30–11.30 Uhr 19.09.–08.10.2013
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Wolfgang Langer
KOSTEN	CHF 100.– (4 × 120 Minuten)

INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch bis 09.09.2013
--------------------	--

Stubete «zäme singe» in Winterthur

WANN	Dienstag, 13.30–14.30 Uhr 24.09., 22.10., 19.11., 10.12.2013 (im Dez. mit Adventsfeier)
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Brigitte Schneider
KOSTEN	Keine
INFO	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch
ANMELDUNG	Nicht erforderlich

Aquarell malen in Winterthur



Fantasie und ein wenig Mut sind erforderlich, um unter kundiger Anleitung ein eigenes Bild zu kreieren.

WANN	Mittwoch, 09.00–11.30 Uhr 11.09., 25.09., 09.10., 23.10., 06.11., 20.11.
KURSORT	Königshof, Neumarkt 4 8400 Winterthur
LEITUNG	Vreni Blaser
KOSTEN	CHF 180.– ohne Material (6 × 150 Minuten)
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch bis 01.09.

Im Komponistenkurs ist
Musik für Sie drin!



AVANTAGE: VORBEREITUNG AUF DIE PENSIONIERUNG

«Späte Freiheit – gut vorbereitet in die Pensionierung»

Langjährig bewährt sind die Seminare zur Vorbereitung auf die Pensionierung. Behandelt werden folgende Themen: Pensionierung heute, Gesundheit und Wohlbefinden, materielle Sicherheit (AHV, PK, 3. Säule), Herausforderungen in Beziehungen und Partnerschaft, Lebensgestaltung morgen. Leben Sie in einer Partnerschaft, besuchen Sie das Seminar idealerweise als Paar.

DAUER **Zwei Tage, 08.30–17.00 Uhr**

WANN / ORT	19.–20.09. Schaffhausen 26.–27.09. Wetzikon 23.–24.10. Zürich (Singles) 07.–08.11. Wetzikon 21.–22.11. Winterthur 11.–12.12. Zürich
------------	--

KOSTEN **CHF 700.– (Einzelperson) / CHF 1350.– (Paar)**

INFO / **AvantAge**
ANMELDUNG Fachstelle Alter und Arbeit
Pro Senectute ZH und BE
058 451 51 57
www.avantage.ch

FREIWILLIGENARBEIT

TREUHANDDIENST

Grundschulung Treuhanddienst

Dieser kostenlose Einführungskurs ist Voraussetzung für die freiwillige Mitarbeit im Treuhanddienst (Unterstützung älterer Menschen in administrativen/finanziellen Angelegenheiten). Vorgängig wird ein unverbindliches Abklärungsgespräch zur gegenseitigen Vorstellung und Eignung durchgeführt. Wir bitten Sie deshalb um frühzeitige Kontaktaufnahme.

WANN **Schulung Stadt Zürich und Zimmerberg:
09.10., 13.30–17.00 Uhr und
10.10., 09.00–12.00 Uhr**

ORT **PSZH, DC Stadt Zürich
Seefeldstr. 94a, 8008 Zürich**

KONTAKT **Susanne Keller oder Hans Bachmann, 058 451 50 00
treuhanddienst@pszh.ch**

WANN **Schulung für übrigen Kanton Zürich: 23.10./24.10., jeweils 13.30–17.30 Uhr**

ORT **PSZH, DC Winterthur
Brühlgartenstrasse 1
8400 Winterthur**

KONTAKT

**Eva Derendinger (Winterthur):
058 451 54 48
Brigitte Täschler (Unterland/
Furttal): 058 451 53 06
Ruth Hunn (Oberland):
058 451 53 75
Tanja Zimmermann (Limmattal/
Knonaueramt): 058 451 52 00**

INFOVERANSTALTUNG ERWACHSENENSPORELTER/-IN

Aqua-Fitness, Fitness/Gymnastik, Internationale Tänze, Nordic Walking, Schneeschuhlaufen, Velofahren und Wandern: Über 540 Gruppen sind regelmässig aktiv im Kanton Zürich. Geleitet werden diese von über 600 jüngeren und älteren Sportleitenden. Interessiert Sie diese Tätigkeit? An unverbindlichen Infoveranstaltungen wird über die Erwachsenensportleiterausbildung und die Einsatzmöglichkeiten orientiert.

Zürich

WANN **Donnerstag, 31.10.
18.00–19.30 Uhr
Freitag, 08.11.
15.00–16.30 Uhr**

KOSTEN **Keine**

KURSORT/ **PSZH, Forchstrasse 145
8032 Zürich, 058 451 51 31**

INFO/ **sport@pszh.ch**

ANMELDUNG **sport@pszh.ch**

IMPRESSUM Beilage zu VISIT 3/2013 HERAUSGEBERIN Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, Postfach 1381, 8032 Zürich, Telefon 058 451 51 00, Spendenkonto: PK 87-709119-2

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
info@pszh.ch
www.pszh.ch


**PRO
SENECTUTE**
KANTON ZÜRICH