Zeitschrift: Visit: Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2014)

Heft: 2

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: 10.12.2025

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

WETZIKON - ZÜRCHER OBERLAND

Selbst- und bewusst zu neuer Lebenslust – für Frauen

Selbstbewusstsein kann im Laufe des Lebens ins Wanken geraten. Ziel ist es, mit diesen Erkenntnissen mehr Zufriedenheit und Selbstvertrauen zu gewinnen.

WANN	Freitag, 10.00-13.00 /
	14.00-17.00 Uhr
	05.09. und 12.09.
KOSTEN	CHF 420
	(inkl. Kursunterlagen)
LEITUNG	Karin Eschmann, Silvia Müller
	Kursleiterinnen FSB/SVEB 1
KURSORT	Frohbergstr. 43, 8620 Wetzikon
INFO	frauen-art
	043 244 55 05 / 044 836 58 46
	kurse@frauen-art.ch
	www.frauen-art.ch

STADT ZÜRICH

Geistige Fitness (Aufbaukurs)

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

Dienstag, 09.30–11.45 Uhr 19.08.–23.09.
Annette Zanoni, Gedächtnis- trainerin SVGT
CHF 175 (6×120 Min.+ Pause)
PSZH, DC Stadt Zürich
Seefeldstr. 94a, 8008 Zürich 058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

BÜLACH - ZÜRCHER UNTERLAND

Gedächtnis-Training (Grundkurs)

Das Gedächtnis steuert die Fähigkeiten, Informationen zu speichern, zu ordnen und wieder abzurufen. Geistige Fitness ist keine Frage des Alters, vielmehr eine Frage der Aktivität.

Freitag, 14.00-15.30 Uhr 16.0513.06.
CHF 150 (5×90 Minuten)
Susanne Fritschi, Gedächtnistrainerin SVGT
PSZH, DC Bülach
Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch

MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL

Computeria

Wer beim Computer oder im Internet nicht weiter weiss, findet in den «Computerias» Hilfe und praktische Tipps. Sie bieten die Möglichkeit, sich in geselligem Rahmen über Erfahrungen und Probleme mit dem Computer auszutauschen. Wo die nächste Computeria in Ihrer Umgebung ist und was sie anbietet, finden Sie unter www.pszh.ch > unsere Angebote > Bildung und Kultur.

LEITUNG	Freiwillige
INFO DE SELECTION DE LA CONTRACTION DEL CONTRACTION DE LA CONTRACT	Werner Züst, 044 362 28 09, info@computeria-zuerich.ch, www.computeria-zuerich.ch
ANMELDEN	Nicht nötig

BÜLACH - ZÜRCHER UNTERLAND

Computerk	urse
KURSORT	Berufsschule Bülach / Schwerz- gruebstr. 28 oder Lindenhof- str. 10, 8180 Bülach
LEITUNG	Lehrpersonen der Berufs- schule Bülach
INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch
HINWEIS	Schulung mit Windows 8 und Office 2013

Kurs Apple iPhone

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

Freitag, 14.15-16.15 Uhr,
04.07. und 11.07.2014
Albino Pallotta
CHF 150 (4×120 Minuten)
PSZH, DC Bülach
Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach
058 451 53 00
veronika.eggenberger@pszh.ch

Kurs iPad Einsteigerkurs

Besitzen Sie ein iPad, oder planen Sie eines anzuschaffen? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie das iPad an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden.

WANN	Montag, 09.00-12.00 Uhr
B estati	23.06. und 30.06.
LEITUNG	Albino Pallotta
KOSTEN	CHF 220 (2×180 Minuten)
KURSORT/	PSZH, DC Bülach
INFO/	Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach
ANMELDUNG	058 451 53 00
Bedisor 169 . I	veronika.eggenberger@pszh.ch

SCHLIEREN - LIMMATTAL / KNONAUERAMT

Kurse für Co und Tablets	rse für Computer, iPhones d Tablets	
KURSORT	8952 Schlieren	
START	fortlaufend Einzel- und Gruppenunterricht	
LEITUNG	Kompetente Fachleute der Computeria Schlieren	
INFO/ ANMELDUNG	058 451 52 00 dc.limmattal@pszh.ch www.computeria-schlieren.ch	

USTER - ZÜRCHER OBERLAND

Computerkurse

MS-Office-Programme und PhotoShop, Einführungs- und Aufbaukurse, Workshops, und Compitreff.

WANN	laufende Kurse auf Anfrage



KOSTEN	je Angebot zwischen CHF 30 und CHF 270 (inkl. Kurs- unterlagen)
KURSORT	Pflegezentrum Grund, Wagerenstr. 20, 8610 Uster
LEITUNG	Hermann Weiss und Erwin Mütschard
INFO	Computeria Uster 044 940 80 64 / 044 940 06 37 info@computeria.uster.ch www.computeria-uster.ch

STADT ZÜRICH

urse
Pro Senectute Kanton Zürich Forchstrasse 145, 8032 Zürich
Mitarbeitende der Computer- schule SurfingSenior
PSZH, DC Stadt Zürich
058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch www.pszh.ch
Schulung mit Windows 8

Computer-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 04:
	Freitag, 13.30-16.30 Uhr
	05.0910.10.
KOSTEN	CHF 690 inkl. Kursbuch
	(6×180 Minuten)
	für EL-BezügerInnen
	50% Preisreduktion
INFO/	PSZH, DC Stadt Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00
	dc.zuerich@pszh.ch
HINWEIS	Schulung mit Windows 8

Tablet (iPad) Grund- und Aufbaukurse

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 05 (Grundkurs):
	Dienstag, 09.00-12.00 Uhr
	02.0930.09.2014
	Kurs 06 (Grundkurs):
	Freitag, 09.00-12.00 Uhr
	05.0903.10.
KOSTEN	CHF 580 (5×180 Minuten)
	für EL-BezügerInnen
	50% Preisreduktion

Tablet (Samsung Galaxy) Grund- und Aufbaukurse

Vielleicht haben Sie sich für ein Tablet mit dem Betriebssystem Android entschieden. Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Lerninhalte: siehe Tablet-Grundkurse (iPad).

WANN	Kurs 03 (Grundkurs):
	Dienstag, 13.30-16.30 Uhr
	02.0930.09.2014
	Kurs 01 (Aufbaukurs):
	Freitag, 09.00-12.00 Uhr
	20.0604.07.2014
KOSTEN	Grundkurs:
	CHF 580 (5×180 Minuten)
	Aufbaukurs:
	CHF 350 (3×180 Minuten)
	für EL-BezügerInnen
	50% Preisreduktion

SPRACHKURSE

Kursstufe A1: Sie verstehen alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze. Sie können sich verständigen, wenn Ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht.

Kursstufe A2: Sie können sich in einfachen Alltagsgesprächen verständigen.

Kursstufe B1: Wenn klare Standardsprache verwendet wird, können Sie sich über vertraute Themen gut äussern.

BÜLACH - ZÜRCHER UNTERLAND

Englisch «Einfach reden» NEU	
WANN	jeden letzten Samstag im Monat, 09.30–10.30 Uhr
START	ab 01.07.
KOSTEN	CHF 255 (17 x 60 Min.)
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch

Spanisch für Anfänger NEU	
WANN	ab 01.07.
KOSTEN	CHF 255 (17×60 Minuten)
LEITUNG	M. Hetflejs
KURSORT/ INFO/ ANMELDUNG	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach 058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch

Sprachkurse (Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch)

ANGEBOT	Englisch, Grundstufe (A1/A2) Englisch, Mittelstufe (B1/B2) Englisch, Oberstufe (C1)
	Italienisch, Grundstufe (A1/A2) Italienisch, Oberstufe (C1)
	Spanisch, Grundstufe (A1/A2) Spanisch, Mittelstufe (B1) Spanisch, Oberstufe (C1)
	Französisch, Oberstufe (C1)
WANN	Kursdaten auf Anfrage
KOSTEN	CHF 255 bei 7 TN (17×60 Minuten)
KURSORT/ INFO/	PSZH, DC Bülach Lindenhofstr. 1, 8180 Bülach
ANMELDUNG	058 451 53 00 veronika.eggenberger@pszh.ch
HINWEIS	Schnuppern jederzeit möglich

USTER - ZÜRCHER OBERLAND

Kurse für Fortgeschrittene in Englisch und Italienisch

WANN	English First: Montag, 9.00–10.00 Uhr English Advanced: Montag, 10.00–11.30 Uhr Italienisch mit Vorkenntnissen: Mittwoch, 8.30–10.00 Uhr Italienisch mit Vorkenntnissen: Mittwoch 10.00–11.30 Uhr
SCHNUPPERN	möglich bei freien Plätzen
KOSTEN	CHF 250 bis 360 pro Semester (je nach Anzahl Teilnehmenden)
KURSORT	Englisch: Fachstelle Uster Pro Senectute Kanton Zürich Amtsstrasse 3, Uster Italienisch: frjz, Jugend- und Freizeithaus, Zürichstrasse 30, Uster
LEITUNG	Englisch: Frau K. Kohler Italienisch: Herr A. Beolchi



INFO	Senioren-Netz Uster
	044 940 24 77
	seniorennetz-uster@bluewin.ch
	www.seniorennetz-uster.ch

Konversationsgruppe
Tea Time Chat (Englisch)
und Causerie (Französisch)

WANN	einmal monatlich auf Anfrage
KOSTEN	CHF 8.– pro Nachmittag (120 Minuten)
KURSORT	je nach Gruppe
LEITUNG	je nach Gruppe
INFO	Senioren-Netz Uster 044 940 24 77 seniorennetz-uster@bluewin.ch www.seniorennetz-uster.ch

WETZIKON - ZÜRCHER OBERLAND

Brush up your English		
WANN	Beginners: Montag, 8.30–10.00 und 10.30–12.00 Uhr Advanced: Donnerstag, 8.30–10.00 und 10.15–11.45 Uhr Conversation: Dienstag, 10.00–11.30 Uhr	
EINSTIEG	jederzeit möglich	
KOSTEN	CHF 20.— pro Lektion (90 Minuten)	
KURSORT	DC Oberland, Bahnhof- strasse 182, 8620 Wetzikon	
LEITUNG	je nach Gruppe	
INFO	Senioren-Forum Zürcher Oberland 044 930 08 10 info@senioren-forum-zo.ch	

www.senioren-forum-zo.ch

Italienisch	mit Vorkenntnissen
WANN	Dienstag, 8.30-10.00 Uhr
EINSTIEG	jederzeit möglich
KOSTEN	CHF 20.– pro Lektion (90 Minuten)
KURSORT	DC Oberland, Bahnhof- strasse 182, 8620 Wetzikon
LEITUNG	je nach Gruppe
INFO	Senioren-Forum Zürcher Oberland 044 930 08 10 info@senioren-forum-zo.ch www.senioren-forum-zo.ch

STADT ZÜRICH

Englisch-Konversationskurse (Stufe A1, A2 oder B1)

In einer kleinen Gruppe (max. 9 Personen) wenden Sie Ihr Englisch aktiv an. Die Kursgruppen setzen sich aus neuen und bisherigen Teilnehmenden zusammen.

WANN	Kurs 11 (A2):
	Montag, 10.00-11.30 Uhr
	08.0901.12. (ausser 13.10.)
	Kurs 12 (A1):
	Mittwoch, 10.00-11.30 Uhr
	10.09 03.12. (ausser 15.10.)
	Kurs 13 (A2):
	Donnerstag, 08.30-10.00 Uhr
	11.0904.12. (ausser 16.10.)
	Kurs 14 (B1):
	Donnerstag, 10.30-12.00 Uhr
	11.0904.12. (ausser 16.10.)
	Kurs 15 (B1):
	Donnerstag, 14.00-15.30 Uhr
	11.09. – 04.12. (ausser 16.10.)

LEITUNG	Gabriela Meier
KOSTEN	CHF 330 (12×90 Min.)
	für EL-BezügerInnen
	50% Preisreduktion
KURSORT/	PSZH, DC Stadt Zürich
INFO/	Seefeldstr. 94a, 8008 Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00
	dc.zuerich@pszh.ch

AUSDRUCK UND KREATIVITÄT

STADT ZÜRICH

Diskussionsrunde 60+ - zeitgenössische Texte aus Hörbüchern

Zuhören – diskutieren – Meinungen austauschen. Auch geeignet für Personen mit eingeschränktem Sehvermögen.

Jeden 2. Donnerstag, 09.30–11.30 Uhr 12.06./26.06./10.07./24.07./	
O7.08./21.08. usw. PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstr. 94a, 8008 Zürich	
Vera Nicolay	
Keine	
Vera Nicolay, 044 342 43 75 vera4@gmx.ch	
Nicht erforderlich	







Links: Aufmerksames Zuhören.

Mitte: Männerturnen in Wallisellen mit der Übung «Schubkarre».

Rechts: Gut gekleidet beim Trainieren.

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	1920.06.	Wetzikon
	2627.06.	Zürich
	0304.07.	Winterthur
		(Singles)
	2122.08.	Schaffhausen
	2122.08.	Zürich
	0405.09.	Wetzikon
	1819.09.	Winterthur
KOSTEN	Einzelperson	en: CHF 700
	Paare: CHF 13	350
INFO/	AvantAge	
ANMELDUNG	Fachstelle Alt	er und Arbeit
	Pro Senectute ZH und BE	
	058 451 51 5	7
	www.avanta	ge.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:
	17.11., 13.30-17.00 Uhr und
	18.11., 09.00-12.00 Uhr
ORT	PSZH, DC Stadt Zürich
	Seefeldstr. 94a, 8008 Zürich
KONTAKT	Susanne Keller oder Stefan
	Müller, 058 451 50 00
	treuhanddienst@pszh.ch
WANN	Schulung für übrigen Kanton
	Zürich:
	5.11. und 6.11.,
	jeweils 13.30-17.30 Uhr
ORT	PSZH, DC Winterthur
	Brühlgartenstrasse 1,
	8400 Winterthur
KONTAKT BA	Eva Derendinger (Winterthur): 058 451 54 48
	Brigitte Täschler (Unterland /
	Furttal): 058 451 53 06
	Hanna Urech (Oberland):
	058 451 53 84
	Tanja Zimmermann
	(Limmattal / Knonaueramt):
	058 451 52 00

SMS SPENDEN

9-Franken-Spende

AN 488

Einfach und sicher spenden

Pro Senectute Kanton Zürich bietet zum Spenden sichere Wege an. So können Sie auch via SMS spenden. Wir garantieren, dass keine Telefonnummern gespeichert und weiterverwendet werden.

werden.
Schreiben Sie eine SMS mit dem Wort SPENDEN und senden
Sie es an die Nummer 488 – Sie lösen damit eine Spende von 9 Franken aus.
Dieser Betrag wird Ihrer nächsten Telefonrechnung unter der Bezeichnung «FairGive.org» belastet. FairGive leitet dieses Geld vom Telefonanbieter (Swisscom, Sunrise, Orange) an uns weiter.

IMPRESSUM Beilage zu VISIT 2/2014 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

