

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2015)

Heft: 2

Rubrik: Unsere Dienstleistungen

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: 05.01.2026

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

//UNSERE DIENSTLEISTUNGEN



veloerlebnis.ch

...Genuss pur bei jeder Tour

Unterwegs mit Gleichgesinnten

Aktiv in den Ferien unterwegs sein, ist für viele nichts Neues. Bührer Reisen Hirzel bietet unter dem Namen veloerlebnis.ch schon seit Jahren Veloreisen an, welche jene Personen ansprechen, die gerne aktiv Ferien machen, aber nicht sportliche Höchstleistungen erbringen wollen. Die abwechslungsreichen Programme beinhalten nebst dem Radfahren kulturelle Höhepunkte wie Besichtigungen, Konzerte oder Weinproben.

Neben den Veloreisen bietet Bührer Reisen Hirzel auch Kulturreisen, Ferienreisen oder Musikreisen an.

Der Grossteil unserer Gäste befindet sich in der Altersklasse 55+. Ob Sie alleine oder in Begleitung reisen, Anschluss finden Sie schnell. Als Familienbetrieb liegt uns das Wohl unserer Gäste besonders am Herzen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt und Sie «gluschtig» gemacht? Dann bestellen Sie noch heute unser Jahresprogramm.



**BÜHRER
REISEN HIRZEL**

www.buehrer-reisen.ch
info@buehrer-reisen.ch



veloerlebnis.ch

www.veloerlebnis.ch
info@veloerlebnis.ch

Bestellung des Jahresprogramms Tel. 044 729 92 41



Bitte senden Sie mir Ihr Jahresprogramm 2015 zu.

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Einsenden an: Bührer AG Hirzel, Zugerstrasse 3, 8816 Hirzel

24 916 Mal geistig und körperlich fit

SPORT UND BILDUNG Mit einem vielfältigen Bildungs- und Sportangebot leistet Pro Senectute Kanton Zürich einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung. Über 800 Kurse halten nicht nur Körper und Geist im Schwung, sie fördern auch die Gemeinschaft und den sozialen Austausch.

Seit einem halben Jahrhundert bietet Pro Senectute Kanton Zürich Bewegungsaktivitäten an. Was vor 50 Jahren mit Turnen begann, ist zu einem vielfältigen Dienstleistungsbereich mit aktuell 521 wöchentlichen Angeboten herangewachsen. Die Kurse und Gruppen werden unterdessen von über 20 000 Bewegungs- und Sportbegeisterten genutzt. Von Wandern bis Schneeschuhlaufen und von Taiji/Qigong bis Everdance® ist für alle etwas dabei. Wir passen uns bei der Ausgestaltung der Lektionen und Kurse nicht nur Ihren Bedürfnissen und Leistungsmöglichkeiten an. Wir legen auch grossen Wert auf Kameradschaft und sozialen Austausch in der Gruppe.

Auch im Bereich Bildung und Kultur haben wir vieles zu bieten. Sprach- und Grundlagenkurse rund um neue Kommunikationsmittel wie PCs, Tablets und Smartphones erfreuen sich grosser Beliebtheit. Diese Kurse helfen nicht nur, mit neuen Technologien umzugehen. Sie ermöglichen es auch, Menschen zu begegnen, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende zu pflegen – und so mit Familienmitgliedern, Freunden und Bekannten in Verbindung zu bleiben.

Auch der Wunsch, Fremdsprachen zu erlernen und neue Kulturen zu entdecken, ist weiterhin ungebrochen. Unser Sprachangebot umfasst neben Englisch, Französisch und Italienisch auch Russisch und Spanisch. Die Kursteilnehmenden schätzen vor allem das auf ihre Bedürfnisse angepasste Lerntempo, die kleinen Gruppen und die bereichernden Begegnungen untereinander. Drei Gründe, warum sich unser Bildungsangebot weiterhin grosser Beliebtheit erfreut.

> Die Beilage AKTIV informiert sie über alle aktuellen Kurse.



Zwei Möglichkeiten, um bei Pro Senectute Kanton Zürich wertvolle Freiwilligenarbeit zuleisten: im Treuhanddienst (links) oder als Wanderleitende im Bereich Bewegung und Sport.

Geteilte Freude ist doppelte Freude

FREIWILLIG ENGAGIERT Die grösste Belohnung für freiwilliges Engagement sind die persönlichen Begegnungen mit anderen Menschen. Ein Lächeln, ein Blick der Dankbarkeit oder eine Berührung, die von Herzen kommt – dies sind gelebte Momente der Dankbarkeit, welche die Freiwilligenarbeit zum Erlebnis und zur persönlichen Bereicherung für alle machen.

Eine besonders sinnstiftende Art und Weise, seine Zeit zu verbringen, ist, wenn man sie jemandem schenkt. Auch wenn das Engagement für Mitmenschen viel Herzblut und Zeit in Anspruch nimmt, erhalten Freiwillige hier viel zurück. Heute setzen sich fast 4000 Personen in den unterschiedlichsten Bereichen für die ältere Bevölkerung im ganzen Kanton ein. Die Einsatzmöglichkeiten bei uns sind vielfältig. Im Folgenden finden Sie einige Beispiele für ein mögliches Engagement.

Ortsvertretungen

Als Freiwillige in der Ortsvertretungsarbeit setzen Sie sich für eine bedarfsgerechte Altersarbeit in den Gemeinden ein und schlagen so wichtige Brücken zu beteiligten Organisationen und Gruppen. Basistätigkeiten sind Gratulationsbesuche, die Durchführung von kulturellen und gesellschaftlichen Anlässen (zum Beispiel Mittagstische) oder die Organisation von Informationsveranstaltungen zu aktuellen Altersthemen.

Bewegung und Sport

Ob als Hauptleiterin oder Mitleiter einer der über 500 Sportgruppen, als Nachfolger bei einem Rücktritt oder Initiantin einer neuen Gruppe: Interessierte zukünftige Sportleiterinnen jeden Alters sind herzlich willkommen. In Zusammenarbeit von Pro Senectute mit dem Bundesamt für Sport erwerben die Interessierten in einer mehrtägigen Ausbildung die Anerkennung als Leiterin beziehungsweise Leiter Erwachsenensport Schweiz.

Generationen im Klassenzimmer

Sie stellen Ihre Lebenserfahrung, Geduld und Zeit Kindern in der Schule, dem Hort oder Kindergarten an zwei bis vier Stunden pro Woche zur Verfügung. Dabei steht die Förderung der Beziehungen zwischen den Generationen im Vordergrund und nicht der schulische Aspekt. Der freiwillige Einsatz von Seniorinnen und Senioren in Kindergärten, Horten und Schulen soll in erster Linie Spass machen und alle Beteiligten bereichern.

Treuhanddienst

Ältere Menschen, die ihre finanziellen Angelegenheiten nicht mehr selber erledigen können oder wollen, unterstützen wir mit unserem Treuhanddienst. Mit viel Geduld und sozialem Engagement kontrollieren Sie Zahlungen, überprüfen die Rückerstattungen von Krankenkassen und anderen Versicherungen und übernehmen, falls erwünscht, auch den gesamten Zahlungsverkehr.

> Weitere Informationen zu freiwilligen Engagements finden Sie auf unserer Webseite:
www.pszh.ch > Ihr Engagement