Zeitschrift: Visit: Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2016)

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: 22.11.2025

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



ürnten
Freitag, 8–9 Uhr, 9–10 Uhr, 10–11 Uhr, 11–12 Uhr 6.5.–26.8. (ohne Sommerferien) 12 × 60 Min.
CHF 264/Person inkl. Platzmiete
Urs Senn, Walter Meyer
Tennishalle Dürnten Bubikonerstr. 43a
Urs Senn urs.senn@swissgmx.ch 055 240 96 60, 079 209 51 00

BILDUNG UND KULTUR

Wo im Kursprogramm nicht anders erwähnt, finden die Kurse im Bereich Bildung und Kultur je Region an folgenden Kursorten statt, und die Anmeldung erfolgt über die angegebenen Kontakte:

UNTERLAND UND FURTTAL

KURSORT	Lern- und Begegnungszentrum (LBZ) Lindenhofstr. 1, Bülach
ANMELDUNG	PSZH, DC Unterland und Furttal 058 451 53 00 katja.scheiber@pszh.ch

WINTERTHUR UND WEINLAND

KURSORT	Königshof Neumarkt 4, Winterthur
ANMELDUNG	PSZH, DC Winterthur und Weinland, 058 451 54 29 astrid.schoeni@pszh.ch

ZIMMERBERG

KURSORT	Alterszentrum Serata Seminarraum Gattikon Tischenloostr. 55, Thalwil
ANMELDUNG	PSZH, DC Zimmerberg 058 451 52 20 dc.zimmerberg@pszh.ch www.pszh.ch

STADT ZÜRICH

KURSORT	PSZH, DC Stadt Zürich Seefeldstr. 94a, Zürich
ANMELDUNG	058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch www.pszh.ch

USTER - ZÜRCHER OBERLAND

ANMELDUNG	Senioren-Netz Uster
	Kurssekretariat Marlies Sigg
	044 940 24 77 oder
	044 940 51 40
	sigg.oase@bluewin.ch oder
	seniorennetz-uster@bluewin.ch
	www.seniorennetz-uster.ch

WETZIKON -	ZÜRCHER OBERLAND
ANMELDUNG	Senioren-Forum Zürcher Oberland 032 511 23 89 senioren.forum.zo@gmail.com www.senioren-forum-zo.ch

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

STADT ZÜRICH

Gedächtnis-Träff

KURS 02.2016.02

Der monatliche Gedächtnis-Träff ist eine Möglichkeit, in einer motivierten Gruppe geistig «am Ball zu bleiben». Mit Freude und Spass trainieren Sie Ihre Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung und Sinneswahrnehmung.

WANN	Montag, 14–16 Uhr 13.6., 15.8., 19.9., 10.10., 14.11.	
KOSTEN	CHF 135 (5 × 120 Min.)	
LEITUNG	Margrit Madlener Gedächtnistrainerin SVTG	

Grundkurs Geistige Fitness

KURS 01.2016.04

Mit vielseitigen und spielerischen Übungen verbessern Sie Ihre Merkfähigkeit, Wortfindung und Sinneswahrnehmung. Sie erleben, dass das Gedächtnis bis ins hohe Alter lernfähig ist.

WANN	Montag, 9:30-11:30 Uhr 5.931.10.
KOSTEN	CHF 220 (8 × 120 Min.)
LEITUNG	Annelies Roncari Gedächtnistrainerin SVTG

Aufbaukurs Geistige Fitness

KURS 01.2016.05

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

WANN	Montag, 14–16 Uhr 5.9.–31.10.	
KOSTEN	CHF 220 (8 × 120 Min.)	
LEITUNG	Annelies Roncari Gedächtnistrainerin SVTG	

Docupass-Workshop: Von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag

Der Docupass beinhaltet Unterlagen von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag. Sie erhalten Informationen und Unterstützung in der Anwendung dieses umfassenden Vorsorgedossiers.

KURS 05/16	Dienstag, 9-11 Uhr, 21.6., 5.7.
KURS 06/16	Freitag, 14-16 Uhr, 8.7., 22.7.
KURS 07/16	Donnerstag, 14–16 Uhr 18.8., 8.9.
KOSTEN	CHF 80.– exkl. Docupass (2 × 120 Min.)
LEITUNG	Barbara Läuchli Sozialarbeiterin Pro Senectute Kanton Zürich
ANMELDUNG	Kurs 05/16 bis 13.6. Kurs 06/16 bis 30.6. Kurs 07/16 bis 10.8.

Docupass-Workshop: Patientenverfügung ausfüllen

Im Workshop erhalten Sie wertvolle Informationen, die Ihnen beim Ausfüllen der einzelnen Punkte helfen werden. Sie können die Patientenverfügung vor Ort ausfüllen oder sich auch «nur» Notizen machen.

KURS 14/16	Mittwoch, 15.6., 14-16 Uhr
KURS 15/16	Dienstag, 28.6., 9-11 Uhr
KURS 16/16	Freitag, 2.9., 9-11 Uhr
KOSTEN	CHF 40 exkl. Docupass
LEITUNG	Barbara Läuchli
	Sozialarbeiterin
	Pro Senectute Kanton Zürich
ANMELDUNG	Kurs 14/16: bis 7.6.
	Kurs 15/16 bis 20.6.
	Kurs 16/16 bis 25.8.



Docupass-Workshop: Vorsorgeauftrag - Worauf muss ich achten?

Im Workshop erhalten Sie Informationen, die Ihnen beim Erstellen eines Vorsorgeauftrages helfen.

KURS 32/16	Donnerstag, 9-11 Uhr, 26.5.
KURS 33/16	Donnerstag, 14-16 Uhr, 14.7.
KOSTEN	CHF 40 exkl. Docupass
LEITUNG	Barbara Läuchli Sozialarbeiterin Pro Senectute Kanton Zürich
ANMELDUNG	Kurs 32/16 bis 18.5. Kurs 33/16 bis 6.7.

ZIMMERBERG

Einführungskurs Stand Up Paddling (SUP) NEU

Stand Up Paddling ist leicht zu lernen und die Touren auf dem Wasser machen Spass. Gleichzeitig trainiert der Wassersport Koordination, Gleichgewicht und die Muskeln am ganzen Körper. An zwei Morgen lernen Sie den richtigen Umgang mit Brett und Paddel. Voraussetzung: Schwimmkenntnisse.

WANN	Donnerstag, 10:00–11:30 Uhr 9.6., 16.6.
KOSTEN	CHF 120.– (inkl. Board, Paddel, Auftriebsweste, Neoprenanzug) 2 × 90 Min.
LEITUNG	Trainer von 2 Legends by Spinout
KURSORT	2 Legends by Spinout Seestr. 184, Kilchberg

DIGITALE KOMMUNIKATION

STADT ZÜRICH

Einsteigerkurs Laptop und Computer (Windows 10) NEU

KURS 03.2016.03

Lernen Sie die wesentlichen Einsatzmöglichkeiten des Computers oder Laptops kennen: Texte mit Word schreiben, Dateien verwalten, Informationen im Internet suchen und E-Mails schreiben. Kleingruppen 5-6 Personen.

WANN	Dienstag, 13:30–16:30 Uhr 30.8.–4.10.
KOSTEN	CHF 690.– (6 × 180 Min.) 50 % Preisreduktion für EL-Bezüger/-innen
LEITUNG	Mitarbeitende der Computer- schule SurfingSenior
KURSORT	Pro Senectute Kanton Zürich Forchstr. 145, Zürich

Einsteigerkurs Tablet Samsung Galaxy

KURS 16.2016.02

Lernen Sie Ihr Tablet kennen und erfahren Sie, wie Sie es an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden. Zudem laden Sie interessante Apps auf Ihr Samsung Galaxy. Kleingruppen 5-6 Personen.

WANN	Dienstag, 9–12 Uhr 30.8.–27.9.
KOSTEN	CHF 580.– (5 × 180 Min.) 50 % Preisreduktion für EL-Bezüger/-innen
ANMELDUNG	Bis 14.7.





Einsteigerkurs Tablet iPad (Apple)

KURS 15.2016.02

Lernen Sie Ihr iPad (Tablet) kennen und erfahren Sie, wie Sie es an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden. Kleingruppen 5-6 Personen.

WANN	Freitag, 13:30-16:30 Uhr 230.9.
KOSTEN	CHF 580 (5 × 180 Min.)
	50 % Preisreduktion für
	EL-Bezüger/-innen
ANMELDUNG	Bis 14.7.

UNTERLAND UND FURTTAL

PC-Grundlagen (Praxis)

KURS PC-G60-P1

Ein Einsteigerkurs für Seniorinnen und Senioren, die sich zum ersten Mal mit dem Computer vertraut machen wollen. Kleingruppen 5-7 Personen.

Dienstag, 15:50–17:40 Uhr 7.6.–28.6.
CHF 50 (4 × 110 Min.)
Esther Hess Berufsschullehrerin
E BELL LINE CONTROL OF THE SECOND CONTROL OF
Schwerzgruebstr. 28, Bülach

Office 2013: Einladungen gestalten

KURS PC-60-EIN

Sie erstellen und bearbeiten allerlei Einladungen: Zum Geburtstag, zu Weihnachten etc.

WANN	Montag, 15:50–17:40 Uhr 23.5.–20.6.
KOSTEN	CHF 300 (4 × 110 Min.)
LEITUNG	Esther Hess
	Berufsschullehrerin
KURSORT	Schwerzgruebstr. 28, Bülach

Einsteigerkurs Tablet (Android)

Lernen Sie Ihr Tablet kennen und erfahren Sie, wie Sie es an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden.

WANN	Montag, 9–11 Uhr 23.5., 30.5.
KOSTEN	CHF 220 (2 × 120 Min.)
LEITUNG	Kevin Rechsteiner

AKTIV Nr. 2/2016

ZIMMERBERG

Einsteigerkurs iPad (Apple)

Lernen Sie Ihr iPad kennen und erfahren Sie, wie Sie es an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden können.

WANN	Mittwoch, 14-17 Uhr
	1.6., 8.6.
KOSTEN	CHF 240 (2 × 180 Min.)
LEITUNG	Albino Pallotta

Einsteigerkurs Tablet (Android)

Lernen Sie Ihr Tablet kennen und erfahren Sie, wie Sie es an Ihre Bedürfnisse anpassen und sinnvoll verwenden.

WANN	Dienstag, 14–17 Uhr 14.6., 28.6.
KOSTEN	CHF 240 (2 × 180 Min.)
LEITUNG	Kevin Rechsteiner

Computerias

Wer beim Computer oder im Internet nicht mehr weiter weiss, findet in den Computerias Hilfe und praktische Tipps. Computerias gibt es in der ganzen Schweiz, Sie sind als Club, Verein oder ungebundene Zweckgemeinschaft zusammengeschlossen und bieten die Möglichkeit, sich in geselligem Rahmen über Erfahrungen und Probleme mit dem Computer auszutauschen. Informationen über das gesamtschweizerische Projekt finden Sie unter www.computerias.ch.

Im Kanton Zürich gibt es rund ein Dutzend Computerias, die in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich betrieben werden. Deren Angebot ist unterschiedlich. Nebst dem informellen Austausch können Vorträge, Workshops, Kurse oder Veranstaltungen stattfinden. Genauere Angaben finden Sie hier:

ADLISWIL

www.computeria-adliswil.ch

DÜBENDORF

Computer-Treff, Stadtbibliothek

HEDINGEN

www.aemtlerpc.ch/Computeria.htm

www.triangel-herrliberg.ch



ILLNAU-EFFRETIKON

www.lebensphase3.ch/computeria

LANGNAU AM ALBIS

www.computeria-langnau.ch

MEILEN

www.computeriameilen.ch

www.computeria-richterswil.ch

KILCHBERG UND RÜSCHLIKON

www.computeria-rueschlikon.ch

USTER

www.computeria-uster.ch

VOLKETSWIL

www.computeria-volketswil.ch

WINTERTHUR

www.computeria-winterthur.ch

STADT ZÜRICH

www.computeria-zuerich.ch

SPRACHEN

STADT ZÜRICH

Spanisch Anfänger A1

KURS 13.2016.03

Sie können noch fast kein Spanisch. Im Kurs erwerben Sie einen Alltagswortschatz, den Sie auf Reisen oder in privaten Kontakten anwenden können.

WANN	Mittwoch, 14-16 Uhr 31.82.11.
KOSTEN	CHF 310 (10 × 120 Min.) 50 % Preisreduktion für EL-Bezüger/-innen
LEITUNG	Maria Garate Master of Advanced Studies in Secondary and High Education

Spanisch Anfänger etwas fortgeschrittener A1/A2

KURS 13.2016.04

Sie können schon etwas Spanisch. Im Kurs erwerben Sie einen Alltagswortschatz, den Sie auf Reisen oder in privaten Kontakten anwenden können.

Mittwoch, 16-18 Uhr

	31.82.11.
KOSTEN	CHF 310 (10 × 120 Min.)
	50 % Preisreduktion für
	EL-Bezüger/-innen
LEITUNG	Maria Garate
	Master of Advanced Studies in
	Secondary and High Education

UNTERLAND UND FURTTAL

Französisch, Spanisch, Italienisch, Englisch, Russisch und Chinesisch

WANN	Kursdaten auf Anfrage
KOSTEN	CHF 255 (17 × 100 Min.)

bildung und kultur

USTER - ZÜRCHER OBERLAND

Englisch Ao/A1/A2/B1 (laufende Kurse)	
WANN	A0: Montag, 10:15-11:45 Uhr A1: Dienstag, 8:30-10:00 Uhr A2: Montag, 8:30-10:00 Uhr B1: Dienstag, 10:15-11:45 Uhr B1: Dienstag, 13:30-15:00 Uhr
KOSTEN	CHF 300 (15 × 90 Min.)
LEITUNG	Andrea Strommer und Kathrin Kohler
KURSORT	Auf Anfrage

Spanisch.	Ao (laufende Kurse)
WANN	A0: Dienstag, 13:30–15:00 Uhr A0: Dienstag, 15:00–16:30 Uhr
KOSTEN	CHF 300 (15 × 90 Min.)
LEITUNG	Fanny Zimmermann
KURSORT	Auf Anfrage

WETZIKON - ZÜRCHER OBERLAND

Brush up your English A2/B1 (laufende Kurse)

Mündliche Verständigung in alltäglichen Situationen. Grammatik nach Bedarf.

WANN	A2: Montags, 8:30-10:00 Uhr
	oder 10:20-11:50 Uhr
	A2/B1: Donnerstags,
	8:30-10:00 Uhr oder
egatila el	10:15-11:45 Uhr
KOSTEN	CHF 250 (10 × 90 Min.)
LEITUNG	Montags: Judith Bertschi
	Donnerstags: Nelly Jaeger
KURSORT	Montags: PSZH, DC Oberland
	Bahnhofstr. 182, Wetzikon
	Donnerstags: CEVI Schüür
	Kindergartenstr. 22, Wetzikon

Ready for conversation A2/B1 (laufende Kurse)

WANN	Donnerstag, 9:30–11:00 Uhr oder 14:00–15:30 Uhr
KOSTEN	CHF 250 (10 × 90 Min.)
LEITUNG	Lissa Pfenninger
KURSORT	Morgens: Quartierwohn- zimmer, Bahnhofstr. 256 Wetzikon Nachmittags: CEVI Schüür Kindergartenstr. 22, Wetzikon



Italienisch A2	(laufende Kurse)
ILUIICIIISCII MZ	(laulellue Kulse)

WANN	Dienstag, 8:15-9:45 Uhr
KOSTEN	CHF 250 (10 × 90 Min.)
LEITUNG	Carla Müller
KURSORT	PSZH, DC Oberland Bahnhofstr. 182, Wetzikon

AUSDRUCK UND KREATIVITÄT

UNTERLAND UND FURTTAL

Erzählcafé

Sich Zeit nehmen, einander erzählen und zuhören. Gedanken in Worte fassen, philosophieren und sich über die Alltagsfreuden austauschen.

WANN	Freitag, 14-16 Uhr, 24.6.
KOSTEN	Keine
LEITUNG	Sonya Kuchen

VORBEREITUNG AUF DIE PENSIONIERUNG

AvantAge: Späte Freiheit - gut vorbereitet in die Pensionierung

Behandelt werden Themen wie Pensionierung heute, Gesundheit und Wohlbefinden, materielle Sicherheit (AHV, Pensionskasse, 3. Säule, Güter- und Erbrecht), Herausforderungen in Beziehungen und Partnerschaft, Lebensgestaltung morgen. Besuchen Sie das Seminar idealerweise auch als Paar.

WANN	25.8.–26.8. Winterthur 1.9.–2.9. Zürich 15.9.–16.9. Wetzikon 22.9.–23.9. Kappel am Albis 29.9.–30.9. Winterthur (Singles)
	jeweils 8:30-17:00 Uhr
KOSTEN	Einzelpersonen CHF 700.– Paare CHF 1350.–
ANMELDUNG	AvantAge Fachstelle Alter und Arbeit 058 451 51 57 www.avantage.ch



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.

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, Salt) an uns weiter.

IMPRESSUM Beilage zu VISIT 2/2016 HERAUSGEBERIN Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, Postfach 1381, 8032 Zürich, Telefon 058 451 51 00, Spendenkonto 80-79784-4, IBAN CH94 0900 0000 8768 0192 1

WIR SIND IN IHRER NÄHE

Dienstleistungscenter

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/ WEINLAND Lagerhausstrasse 3, 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

