Zeitschrift: Visit: Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2016)

Heft: 3: Was das Leben lehrt

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: 21.11.2025

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

Informationen

Für allgemeine Informationen zu unseren Kursen siehe Seite 4.

Anmeldungen und Kursorte

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

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

Limmattal und Knonaueramt

Gehirntrainingskurs Winterhalbjahr 2016/2017

Ein aktives Gehirn langweilt sich nie! Abwechslungsreiche Denk- und Gedächtnisübungen fördern die geistige Aktivität und machen erst noch Spass.

Wann Mittwoch, 9-11 Uhr

12.10., 26.10., 9.11., 23.11.,

7.12.

4.1., 18.1., 1.2., 15.2., 1.3.

CHF 250.- (10 × 100 Min.) Kosten

Leitung Theres Gisler

Gedächtnistrainerin SVGT

Reformierte Kirchgemeinde Kursort

Zürichstr. 94, Affoltern a. A.

Anmeldung Theres Gisler, Eschenstr. 10

6312 Steinhausen 0417412853

theres.gisler@bluewin.ch

Bis 3.10.

Pfannenstiel

Docupass-Workshop:

Von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag

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

Wann Montag, 14:30-16:30 Uhr

26.9., 24.10.

Kosten CHF 80. - exkl. Docupass

2 × 120 Min.

Lucia Kalousek Leitung

Sozialarbeiterin

Treffpunkt Meilen Kursort

Schulhausstr. 23, Meilen

Anmeldung Bis 13.9.

Stadt Zürich

Geistige Fitness für alle 60+

Kurs 01.2016.05

Mit vielseitigen und spielerischen Übungen verbessern Sie Ihre Merkfähigkeit, Wortfindung, Sinneswahrnehmung und das logische Denken. Sie erleben, dass das Gedächtnis bis ins hohe Alter lernfähig ist. Dieser Kurs bildet die Grundlage für die Teilnahme am monatlichen Gedächtnis-Träff.

Montag, 14-16 Uhr Wann

5.9.-31.10. (ausser 17.10.)

CHF 220.- (8 × 120 Min.) Kosten Leitung

Annelies Roncari

Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung Bis 25.8.

Docupass-Workshop: Von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag

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

Kurs 51/16 Mittwoch + Donnerstag 9-11 Uhr, 31.8. + 15.9.

Kurs 52/16 Dienstag, 9-11 Uhr 27.9. + 11.10.

Kurs 53/16 Dienstag + Mittwoch

14-16 Uhr, 4.10. + 9.11. Kurs 54/16 Freitag, 14-16 Uhr

18.11. + 2.12.

Kurs 55/16 Donnerstag, 9-11 Uhr

24.11. + 8.12.

CHF 80. - exkl. Docupass Kosten

2 × 120 Min. Barbara Läuchli

Leitung Sozialarbeiterin Pro Senectute

Kanton Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Unterland und Furttal

Gedächtnistraining/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.

Donnerstag, 9:30-11:30 Uhr Wann

20.10., 27.10., 3.11., 10.11.

CHF 160.- (4 × 120 Min.) Kosten



Gedächtnis-Träff

Wir treffen uns zu einem regelmässigen Training. Damit kann die Gedächtnisleistung unterstützt und verbessert werden. Aktivieren Sie Ihre individuellen Fähigkeiten in einer geselligen Runde. Vorkenntnisse: Gedächtnis-Training/Grundkurs

Montag, 13:30-15:00 Uhr 15.8., 12.9., 17.10., 14.11.,

12.12.

Kosten

CHF 160.- (5 × 90 Min.)

Leitung

Susanne Fritschi

Gedächtnistrainerin SVGT

Docupass-Workshop: Von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag



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

Wann

Mittwoch, 14:30-16:30 Uhr 21.9.+28.9. oder 23.11.+7.12.

CHF 80.- (2 × 120 Min.) Kosten

Tanja Hänsel Leitung

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Wetzikon - Zürcher Oberland Gehirntraining



Im Gehirntraining Altes mit Neuem vernetzen, wachsamer, offen und neugierig sein.

Wann

Mittwoch, 9-11 Uhr oder

14-16 Uhr

26.10., 2.11., 9.11.,

16.11.,23.11.

CHF 125.-Kosten

(max. 10 Pers. je Kurs)

Leitung Kursort

Hanny Faisst CEVI Schüür

Kindergartenstr. 22, Wetzikon

Gedächtnistrainingskurs

In diesem Kurs erhalten Sie Informationen darüber, wie unser Gehirn funktioniert. Mit einfachen Übungen und Spielen trainieren Sie die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns und bauen die Angst vor der Vergesslichkeit ab.

Wann

Dienstag, 9:30-11:00 Uhr

25.10., 1.11., 8.11., 15.11.,

22.11.

Kosten

CHF 160. - inkl. Material

5 × 90 Min.

Leitung

Susanne Fritschi

Gedächtnistrainerin SVGT

Anmeldung Bis 10.10.

Winterthur und Weinland

Gedächtnisclub

Der Gedächtnisclub ist ein Bildungsangebot für Menschen, die motiviert sind, Neues zu lernen, und Orientierung für geistige Fitness suchen. Hier erhalten Sie neue Anregungen zum alltäglichen Fitnesstraining für Ihr Gedächtnis. Gedächtnistrainings-Vorkenntnisse sind erwünscht.

Wann

Mittwoch, 9:30-11:30 Uhr

7.9., 5.10., 2.11., 7.12.

Kosten

CHF 80.- (4 × 120 Min.)

Leitung

Susanne Fritschi und

Regula Uttinger

Gedächtnistrainerinnen SVGT

Anmeldung Bis 24.8.

Docupass

Pro Senectute hat mit dem Docupass ein Gesamtpaket geschaffen, welches aus verschiedenen Vorsorgedokumenten besteht. Damit können Sie Ihre persönlichen Anliegen und Wünsche im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Sterben und Tod festhalten. Im Workshop erhalten Sie Informationen, die es Ihnen ermöglichen, Ihr Recht auf Selbstbestimmung optimal zu nutzen.

Kurs 1

Donnerstag, 9:30-11:30 Uhr

8.9. + 15.9.

Kurs 2

Mittwoch, 14-16 Uhr

28.9. + 5.10.

Kosten

CHF 80. - exkl. Docupass 2 × 120 Min.

>>

17

BILDUNG UND KULTUR

Leitung

Anja Spescha

Sozialarbeiterin

Kursort

Pro Senectute Kanton Zürich

Lagerhausstr. 3, Winterthur

Anmeldung Bis 15.8.

Zimmerberg

Gedächtnistraining

Auf spielerische und unterhaltsame Art und Weise lernen Sie, Ihr Gedächtnis in Schwung zu halten.

Wann

Donnerstag, 9:45-11:15 Uhr

27.10.-1.12.

Kosten

CHF 135.- (6 × 90 Min.)

Leitung

Monique Meyer-Fausch

Ausgebildete

Gedächtnistrainerin

Leicht und schmackhaft kochen

Wollen Sie gesund und schmackhaft kochen? Ihnen fehlen jedoch die Ideen? Dann sind Sie in diesen Kursen genau richtig.

Wann Kosten Montag, 26.9, 17-21 Uhr CHF 60.- plus ca. CHF 20.-

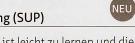
Essensgeld

Leitung Kursort

Regula Rosenfelder Schulhaus Berg

Schulküche, Thalwil

Einführungskurs Stand Up Paddling (SUP)



Stand Up Paddling ist leicht zu lernen und die Touren machen Spass. An zwei Morgen lernen Sie den richtigen Umgang mit Brett und Paddel.

Wann

Freitag, 10:00-11:30 Uhr

16.9., 23.9.

Kosten Leitung CHF 120.- (2 × 90 Min.) Trainer von 2 Legends

by Spinout

Kursort

2 Legends by Spinout Seestr. 184, Kilchberg

Orientalischer Tanz



Zu orientalischer Musik studieren wir Choreografien ein. Die Freude an der Bewegung und die Tanzfreude stehen im Vordergrund.

Wann

Dienstag, 9:30-11:00 Uhr

13.9.-4.10.

25.10.-15.11.

Kosten

CHF 240.- (8 × 90 Min.)

Leitung

Michèle Combaz Thyssen

Digitale Kommunikation

Stadt Zürich

Einsteigerkurs **Laptop und Computer** (Windows 10)





Kurs 03.2016.04

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

1.11.-6.12.

Kosten Leitung CHF 690.- (6 × 180 Min.) Mitarbeitende der Computer-

schule SurfingSenior

Kursort

Pro Senectute Kanton Zürich Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 11.10.

Internet- und E-Mail-Kurs (Windows 10)



Kurs 04.2016.02

Sie lernen gezielt im Internet suchen, Ihre Lieblingsseiten abspeichern, Videos abspielen, E-Mails versenden, lernen praktische Seiten wie Einkaufen im Internet kennen sowie Sicherheit im Internet. Kleingruppen 5-6 Personen.

Wann Dienstag, 9-12 Uhr

8.11.-22.11.

CHF 350.- (3 × 180 Min.)

Kosten Leitung Mitarbeitende der Computer-

schule SurfingSenior

Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 18.10.

Aufbaukurs Tablet iPad (Apple)



Kurs 17.2016.02

Kursort

Die Bedienung Ihres iPads ist Ihnen vertraut. Neu lernen Sie Multimedia-Anwendungen kennen (Radio hören, Youtube schauen und Bücher lesen). Sie laden weitere Apps herunter, ordnen und senden Fotos. Kleingruppen 5-6 Personen.

Wann Freitag, 13:30-16:30 Uhr

14.10.-28.10.

CHF 350.- (3 × 180 Min.) Kosten Mitarbeitende der Computer-Leitung

schule SurfingSenior

Pro Senectute Kanton Zürich Kursort

Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 23.9.

Aufbaukurs Tablet Samsung Galaxy



Kurs 18.2016.02

Die Bedienung Ihres Tablets ist Ihnen vertraut. Neu lernen Sie Multimedia-Anwendungen kennen (Radio hören, Youtube schauen und Bücher lesen). Sie laden weitere Apps herunter, ordnen und senden Fotos. Kleingruppen 5-6 Personen.

Dienstag, 13:30-16:30 Uhr Wann

11.10.-25.10.

CHF 350.- (3 × 180 Min.) Kosten

> Mitarbeitende der Computerschule SurfingSenior

Pro Senectute Kanton Zürich Kursort

Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 20.9.

Einsteigerkurs iPhone (Apple)

Kurs 20.2016.02

Leitung

Lernen Sie Ihr iPhone und seine wichtigsten Funktionen kennen: Telefonieren, surfen, fotografieren, Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail. Erfahren Sie, wie Sie Ihr iPhone an Ihre Bedürfnisse anpassen.

Wann Freitag, 9-12 Uhr 7.10., 14.10.

CHF 220.- (2 × 180 Min.) Kosten Leitung

Mitarbeitende der Computerschule SurfingSenior

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 23.9.

Einsteigerkurs Smartphone Samsung Galaxy

Kurs 21.2016.02

Kursort

Lernen Sie Ihr Smartphone und seine wichtigsten Funktionen kennen: Telefonieren, surfen, fotografieren, Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail. Erfahren Sie, wie Sie Ihr Smartphone an Ihre Bedürfnisse anpassen. Kleingruppen 5-6 Personen.

Wann Dienstag, 9-12 Uhr 4.10., 11.10.

Kosten CHF 220.- (2 × 180 Min.) Leitung Mitarbeitende der Computer-

schule SurfingSenior

Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstr. 145, Zürich Anmeldung Bis 13.9.

Aufbaukurs Smartphone Samsung Galaxy

Kurs 23.2016.02

Die Bedienung Ihres Smartphones ist Ihnen vertraut. Neu lernen Sie die Kamera bedienen und Fotos versenden. Sie laden weitere Apps herunter und lernen surfen und skypen.

Kleingruppen 5–6 Personen.

Wann Dienstag, 9–12 Uhr

25.10., 1.11.

Kosten CHF 220. – $(2 \times 180 \text{ Min.})$

Leitung Mitarbeitende der Computer-

schule SurfingSenior

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung Bis 27.9.

Unterland und Furttal

Einsteigerkurs PC-Grundlagen

Ein Einsteigerkurs für Seniorinnen und Senioren, die sich zum ersten Mal mit dem Computer vertraut machen wollen. In diesem Kurs werden die ersten Schritte am PC vermittelt. Kleingruppen 6–8 Personen.

Wann Dienstag, 16:00–17:40 Uhr

6.9.-25.10.

Kosten CHF 370. – (6 × 100 Min.)
Kursort Schulhaus Lindenhof

Lindenhofstr. 10, Bülach

Aufbaukurs PC-Grundlagen

Sie haben den Einstiegskurs besucht und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen. Der Schwerpunkt liegt beim Erstellen und Bearbeiten der Ordnerstruktur und beim Kennenlernen von Word. Zusätzlich vertiefen Sie Ihre Kenntnisse im Internet und E-Mail. Kleingruppen 6–8 Personen.

Wann Dienstag, 16:00–17:40 Uhr

1.11.-6.12.

Kosten CHF 370. – (6 × 100 Min.) Kursort Schulhaus Lindenhof

Lindenhofstr. 10, Bülach

Einsteigerkurs Smartphone

Bei richtiger Einsetzung und Konfigurierung können Sie damit nebst telefonieren und fotografieren auch E-Mails lesen, im Internet surfen, den Kalender verwalten, Informationen suchen oder einfach mal ein kleines Spielchen wagen. Dem Benützer sind keine Grenzen gesetzt.

Wann Montag, 9:15-11:15 Uhr

3.10., 10.10.

Kosten CHF 220. – $(2 \times 120 \text{ Min.})$

Leitung Kevin Rechsteiner

Einsteigerkurs Tablet

Bei richtiger Einsetzung und Konfigurierung können Sie mit einem Tablet auch fotografieren, E-Mails lesen, im Internet surfen und Ihren Kalender verwalten.

Wann Montag, 9–11 Uhr

14.11., 21.11.

Kosten CHF 220.- (2 × 120 Min.)

Leitung Kevin Rechsteiner

Einsteigerkurs iPhone

Bei richtiger Einsetzung und Konfigurierung können Sie mit einem iPhone auch fotografieren, E-Mails lesen, im Internet surfen und Ihren Kalender verwalten.

Wann Montag, 9–12 Uhr

19.9., 26.9.

Kosten CHF 250.- (2 × 180 Min.)

Leitung Albino Pallotta

Einsteigerkurs iPad

Bei richtiger Einsetzung und Konfigurierung können Sie mit einem iPad auch fotografieren, E-Mails lesen, im Internet surfen und Ihren Kalender verwalten.

Wann Freitag, 14–17 Uhr

7.10., 14.10.

Kosten CHF 250. – (2 × 180 Min.)

Leitung Albino Pallotta

Zimmerberg

Schnupperkurs Word

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie das Textverarbeitungssystem Word richtig starten, wie Sie Schriften verändern und vieles mehr.

Wann Montag, 3.10.

13:30–16:50 Uhr

Montag, 12.12. 13:30-16:50 Uhr

Kosten CHF 120.-Leitung Rolf Graber

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungs-

zentrums Zürichsee.

Fotobuch erstellen

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ein Fotobuch erstellen und gestalten können.

Wann Dienstag, 9:00-11:15 Uhr

25.10.-8.11. 10.1.-24.1.

Kosten CHF 240.- (3 × 135 Min.)

Leitung Zoe Tempset

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Suchen und Finden im Internet

In diesem Kurs lernen Sie unter anderem, wie Sie im Internet nach verschiedenen Themen suchen und vieles mehr

Wann Montag, 5.9., 13:30–16:50 Uhr

Montag, 14.11. 13:30-16:50 Uhr

Kosten CHF 120. – Leitung Rolf Graber

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Einkaufen im Internet

Das Internet ist das grösste Einkaufszentrum der Welt. Praxisnah zeigen wir Ihnen die Shoppingwelt im Internet.

Wann Montag, 12.9.

13:30-16:50 Uhr Montag, 21.11. 13:30-16:50 Uhr

Kosten CHF 120. – Leitung Rolf Graber

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungs-

zentrums Zürichsee.

Reisen und das Internet

An diesem Nachmittag möchten wir Ihnen das Thema «Reisen und Internet» näherbringen.

Wann Montag, 19.9.

13:30–16:50 Uhr Montag, 28.11. 13:30–16:50 Uhr

Kosten CHF 120.-Leitung Rolf Graber

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Zentrums Zunensee

Umstieg auf Windows 10

>>

Windows 10 ist in aller Munde. Sollen Sie den Umstieg wagen? Wir zeigen Ihnen auf, worauf Sie beim Setup achten müssen.

BILDUNG UND KULTUR

Wann Montag, 26.9. 13:30-16:50 Uhr

Montag, 5.12. 13:30-16:50 Uhr

CHF 120.-Kosten Rolf Graber Leitung

Bildungszentrum Zürichsee Kursort Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungs-

zentrums Zürichsee.

Word - Wir erstellen eine Einladung

Zusammen erstellen wir eine Einladung für eine Feier und lernen so die wichtigsten Funktionen von Word kennen.

Montag, 24.10. Wann

13:30-16:50 Uhr

Montag, 9.1., 13:30-16:50 Uhr

CHF 120.-Kosten Rolf Graber Leitung

Bildungszentrum Zürichsee Kursort

Seestr. 110, Horgen

Es gelten die Annullations-Anmerkung

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Einsteigerkurs iPhone

Lernen Sie Ihr iPhone und seine wichtigsten Funktionen kennen: Telefonieren, surfen, fotografieren, Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail. Erfahren Sie, wie Sie Ihr iPhone an Ihre Bedürfnisse anpassen.

Wann Donnerstag, 13:30-16:30 Uhr

15.9., 22.9.

Freitag, 13:30-16:30 Uhr

18.11., 25.11.

Kosten CHF 240.- (2 × 180 Min.)

Albino Pallotta Leitung

Einsteigerkurs iPad

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

Dienstag, 13:30-16:30 Uhr Wann

29.11., 6.12.

CHF 240.- (2 × 180 Min.) Kosten

Albino Pallotta Leitung

Einsteigerkurs Smartphone (Android)

Lernen Sie Ihr Smartphone und seine wichtigsten Funktionen kennen: Telefonieren, surfen, fotografieren, Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail. Erfahren Sie, wie Sie Ihr Smartphone an Ihre Bedürfnisse anpassen können.

Mittwoch, 13:30-16:30 Uhr Wann

7.9., 14.9.

Freitag, 13:30-16:30 Uhr

28.10., 4.11.

Kosten CHF 240.- (2 × 180 Min.)

Leitung Kevin Rechsteiner

Einsteigerkurs Tablet (Android)

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

Mittwoch, 13:30-16:30 Uhr Wann

28.9., 5.10.

Dienstag, 13:30-16:30 Uhr

15.11., 22.11.

Kosten CHF 240.- (2 × 180 Min.)

Kevin Rechsteiner Leitung

Fotobücher gestalten

Ob Hochzeit, Geburtstag oder Familienurlaub - mit Fotobüchern bewahren Sie Ihre schönsten Momente auf. Verwirklichen Sie Ihre Vorstellungen!

Wann Dienstag, 14-16 Uhr

18.10., 25.10.

Kosten CHF 160.- (2 × 120 Min.)

Kevin Rechsteiner Leitung

Bildbearbeitung mit Picasa

Mit Googles Picasa ist der Einstieg in die Bildbearbeitung sehr einfach. Lernen Sie in diesem Kurs, welche Möglichkeiten Ihnen diese Software bietet.

Wann Freitag, 14-16 Uhr

21.10., 28.10.

CHF 160.- (2 × 120 Min.) Kosten Leitung

Kevin Rechsteiner

Computerias

Wer beim Computer oder im Internet nicht weiterweiss, 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

Herrliberg

www.triangel-herrliberg.ch

Illnau-Effretikon

www.lebensphase3.ch/computeria

Langnau am Albis

www.computeria-langnau.ch

Meilen

www.computeriameilen.ch

Richterswil

www.computeria-richterswil.ch

Kilchberg und Rüschlikon

www.computeria-rueschlikon.ch

www.computeria-uster.ch

Volketswil

www.computeria-volketswil.ch

Winterthur

www.computeria-winterthur.ch

Stadt Zürich

www.computeria-zuerich.ch

Sprachen

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.

Kursstufe B2: Sie können sich zu verschiedenen Themen klar und detailliert ausdrücken. Kursstufe C1: Sie können sich spontan und fliessend ausdrücken und verstehen das Gesagte relativ mühelos.

Stadt Zürich

Englisch Konversationskurse A2 / B1 (laufende Kurse)





Möchten Sie Ihr Englisch in einem geselligen Umfeld ohne Druck mündlich anwenden oder auffrischen? In unseren Kursen erwerben Sie einen Alltagswortschatz, den Sie auf Reisen oder in privaten Kontakten anwenden können. Kontaktieren Sie uns für einen «Einstufungs-Test».

Wann Mittwoch, 10:00-11:30 Uhr

Donnerstag, 8:30-10:00 Uhr CHF 280.- (10 × 90 Min.)

Kosten Gabriela Meier Leitung

Spanisch Anfänger Al und Fortgeschrittene A2



Kurs 13.2016.03 oder 13.2016.04 Sie können noch fast kein oder etwas Spanisch. Im Kurs erwerben Sie einen Alltagswortschatz, den Sie auf Reisen oder in privaten Kontakten anwenden können.

Wann Al: Mittwoch, 14-16 Uhr A2: Mittwoch, 16-18 Uhr

31.8.-2.11.

CHF 310.- (10 × 120 Min.) Kosten

Maria Garate Leitung

Master of Advanced Studies in

Secondary and High Education

Einstieg

Unterland und Furttal

Sprachkurse (Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch)



Wann Auf Anfrage CHF 255.-Kosten

bei sieben Teilnehmenden

17 × 60 Min.

Uster - Zürcher Oberland

Englisch A0 / A1 (laufende Kurse)

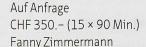


A0: Montag, 13:30-15:00 Uhr Wann Al: Montag, 15:15-16:45 Uhr

CHF 350.- (15 × 90 Min.) Kosten Andrea Strommer Leitung Zeughaus Uster Kursort

Spanisch AO (laufende Kurse)





Noch offen Kursort

Italienisch A0 / A2 (laufende Kurse)

Wann

Kosten

Leitung



A0: Mittwoch, 8:50-10:20 Uhr Wann A2: Mittwoch, 10:30-12:00 Uhr Wann CHF 350.- (15 × 90 Min.) Kosten Maria Clara Räber Leitung

Katholisches Pfarramt Kursort Neuwiesenstr. 17, Uster

Wetzikon - Zürcher Oberland

Brush up your English A2 / B1



A2: Montag, 8:30-10:00 Uhr oder 10:20-11:50 Uhr A2/B1: Donnerstag, 8:30-10:00 Uhr oder 10:15-11:45 Uhr

Kosten CHF 250.- (10 × 90 Min.) Montag: Judith Bertschi Leitung Donnerstag: Nelly Jaeger

Kursort Montag:

Wann

PSZH DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

Donnerstag: CEVI Schüür

Kindergartenstr. 22, Wetzikon

Ready for conversation A2 / B1



oder 14:00-15:30 Uhr Kosten CHF 250.- (10 × 90 Min.)

Lissa Pfenninger Leitung Kursort CEVI Schüür

Kindergartenstr. 22, Wetzikon

Italienisch A2





Carla Müller Leitung PSZH, DC Oberland Kursort

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

Zimmerberg

Travel English - Englisch für die Ferien

Dienstag, 9:30-11:10 Uhr Wann 6.9.-4.10. 25.10.-20.12. 10.1.-31.1.2017 Kosten CHF 530.- (18 × 100 Min.)

Leitung Klaudiia Sabo

Bildungszentrum Zürichsee Kursort Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Let's keep talking B1 / B2

Wann Mittwoch, 8:30-10:10 Uhr 7.9.-5.10. 26.10.-21.12. 11.1.-1.2.2017 CHF 530.- (18 × 100 Min.) >> Kosten

Leitung Sandra Bosshart

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Es gelten die Annullations-Anmerkung

bedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

Russisch für Reisevögel A1

Donnerstag, 9:00-10:40 Uhr Wann

8.9.-6.10. 27.10.-22.12. 12.1.-2.2.2017

Kosten CHF 530.- (18 × 100 Min.)

Leitung Irina Bilyavska

Kursort Bildungszentrum Zürichsee

Seestr. 110, Horgen

Es gelten die Annullations-Anmerkung

bedingungen des Bildungs-

zentrums Zürichsee.

Spanisch Konversation A2 / B1

Mittwoch, 8:30-10:10 Uhr Wann

> 7.9.-5.10. 26.10.-21.12. 11.1.-1.2.2017

CHF 530.- (18 × 100 Min.) Kosten

Leitung Iulia Amrein

Bildungszentrum Zürichsee Kursort

Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annullations-

bedingungen des Bildungs-

zentrums Zürichsee.

Zimmerberg

Englisch Konversation A1



Wann Donnerstag, 15:30-17:00 Uhr

25.8.-6.10. 20.10.-8.12.

CHF 340.- (15 × 90 Min.) Kosten

Lisa Leutenegger Leitung

Englischlehrerin

Englisch Konversation A2



Wann Mittwoch, 9-11 Uhr

24.8.-5.10. 19.10.-7.12.

Kosten CHF 450.- (15 × 120 Min.)

Leitung Lisa Leutenegger

Englischlehrerin

Englisch Konversation A2 / B1



Wann Dienstag, 9:15–11:15 Uhr

6.9.-25.10.

Kosten CHF 240. – (8 × 120 Min.)

Leitung Doris Scriven
Dipl. RSA DOTE

Französisch Konversation B2



Wann Montag, 9:45-11:15 Uhr

19.9.-10.10. 31.10.-21.11.

Kosten CHF 180.– (8 \times 90 Min.)

Leitung Ursula Schulthess, lic. phil. I

Italienisch A1 / A2





Wann Donnerstag, 14:00–15:30 Uhr

25.8.-6.10.

20.10.-8.12.

Kosten CHF 340. – (15 × 90 Min.) Leitung Katrin Bachmann

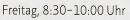
Dipl. Italienischlehrerin

Italienisch A2 / B1

Wann

Wann





26.8.-7.10.

Freitag, 14:00–15:30 Uhr

21.10.-9.12.

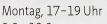
Kosten CHF 340. – (15 × 90 Min.)

Leitung Katrin Bachmann

Dipl. Italienischlehrerin

Russisch für Fortgeschrittene A2 / B1



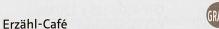


8.8.-19.9. 17.10.-31.10. 21.11.-12.12.

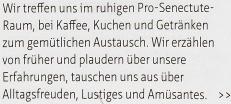
Kosten CHF 420. – (14 × 120 Min.) Leitung Elena Stutz, Russischlehrerin

Ausdruck und Kreativität

Unterland und Furttal



Mirtroffon II



Wann Freitag, 14–16 Uhr

26.8., 30.9., 28.10., 25.11.

Leitung Auf Anfrage

Anmeldung Nicht erforderlich

Uster - Zürcher Oberland

Kalligrafie-Kurs

Sie werden in die Welt von Schrift und Farben eingeführt und lernen gestalterische Elemente kennen, mit denen Sie in der Lage sind, am Ende des Kurses Ihre ersten Kunstwerke zu erschaffen (keine Vorkenntnisse nötig).

Wann Dienstag, 9–11 Uhr

25.10.-29.11.

Kosten CHF 220.-

plus CHF 35.- Material

Leitung Susanne Bischoff Kursort Familienzentrum

Zentralstr. 32, Uster

Jasskurs für Anfänger

Der Kurs beginnt mit Kartenlegen und vermittelt den «Tschau Sepp», «Schellenjass», «Obenabe» und Jassen mit Trumpf und den «Schieber». Keine Kenntnisse notwendig.

Wann Montag, 14:00–16:30 Uhr 7.11., 14.11., 21.11.,

28.11., 12.12.

Kosten CHF 80.– Leitung Ruedi Pfaffhauser

Erwachsenenbildner SVEB

Kursort TERTIANUM

Industriestr. 10, Uster

Anmeldung ruedi.pfaffhauser@hispeed.ch

044 940 93 45

Wetzikon - Zürcher Oberland

Musik-Kurs XII



Es werden Komponisten des Spätbarocks und der Frühklassik vorgestellt.

Wann Montag, 14–16 Uhr

26.9., 3.10., 10.10., 17.10.

Kosten CHF 125.- (max. 12 Pers.) Leitung Wolfgang Langer

Kursort PSZH, DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

Kunstkurs



Amerikanische Malerei im 20. Jahrhundert Wann Mittwoch, 9:30–11:30 Uhr

n Mittwoch, 9:30–11:30 Uhr 28.9., 5.10., 12.10., 19.10. plus Führung im Kunstmuseum Winterthur >> Kosten CHF 110. – (min. 15 Pers.) Leitung Veronika Kuhn

Kursort PSZH, DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

Biographisches Schreiben

Mein Leben in eigenen Worten. Jedes Leben ist erzählenswert.

Wann Montag, 14–17 Uhr

31.10., 7.11., 14.11., 28.11.

Kosten CHF 150.–
Leitung Brigitte Lusti
Kursort PSZH, DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

Winterthur und Weinland

Grundkurs Schieber-Jass

Lernen auch Sie den «Nationalsport Nr. 1» der Schweiz kennen. Der Schieber-Jass gehört zu den beliebtesten und bekanntesten Jass-Varianten der Schweiz. Im Kurs werden fast sämtliche Jass-Elemente verwendet. Somit ist er für Anfänger perfekt geeignet.

Wann Dienstag, 14–16 Uhr

6.10.-1.12.

Kosten CHF 180. – (8 × 120 Min.)

Leitung Albert Hagenbucher

Anmeldung Bis 10.9.

Märchen - vom Wachsen und Ernten

Die Märchenerzählerin Iris Kellerhals erzählt ein Märchen, geht mit Ihnen der Geschichte auf den Grund und sucht nach der Verbindung zu unserer heutigen Zeit.

Wann Dienstag, 9:30-11:30 Uhr

18.10., 29.11.

Kosten CHF 50.-

2 × 120 Min. Iris Kellerhals

Leitung Iris Kellerhals

Erwachsenenbildnerin

Anmeldung Bis 3.10.

Schreibwirkstatt

Wir spielen mit unserer Vorstellungskraft und bringen unsere Ideen auf unsere Art zu Papier. Blicken Sie zurück in die Vergangenheit und suchen Sie dort nach bunten Erlebnissen, die Sie schon immer aufschreiben wollten. Lassen Sie sich überraschen, was ein Blick zurück, einer auf heute oder morgen bei Ihnen an Ideen und Fantasien auslöst. Einführung und Information zur Schreibwirkstatt.

Wann: Montag, 9:30-11:00 Uhr

17.10., 31.10., 14.11.,

28.11., 12.12.

Kosten

CHF 180.-, 5 × 120 Min.

Gertrud Knöpfli Leitung

Schreibpädagogin

Anmeldung Bis 10.10.

Alte Kartenspiele – neu entdeckt

Sie werden staunen, wie viele unterhaltsame Gesellschaftsspiele mit Bridge- oder Rommékarten möglich sind. Es wird zu zweit, zu dritt oder zu viert gespielt. Zu jedem Spiel erhalten Sie detaillierte und leicht verständliche Anleitungen.

Wann

Mittwoch, 14-16 Uhr

2.11., 9.11., 16.11.,

23.11., 7.12.

Kosten

CHF 100.- (5 × 120 Min.)

Leitung

Theres Kolar Anmeldung Bis 17.10.

Erzählcafé





Sich Zeit nehmen, erzählen, zuhören - Gedanken in Worte fassen, philosophieren, sich erinnern. Kaffee und etwas dazu in einer gemütlichen Atmosphäre geniessen. Dies alles ist Erzählcafé – aber auch alles, was Sie daraus machen möchten. Das erste Thema ist vorgegeben, die weiteren bestimmen Sie mit.

Wann

Mittwoch, 14-16 Uhr 28.9., 26.10., 30.11.

Leitung

Astrid Schöni

Stubete «Zäme singe» und Spezialanlass -Adventsnachmittag





Einmal pro Monat treffen sich gesangsfreudige Seniorinnen und Senioren, um unter kundiger Leitung zu singen. Das Repertoire erstreckt sich vom altbekannten Volkslied bis zum volkstümlichen Schlager.

Wann

Dienstag, 13:30-14:30 Uhr 30.8., 27.9., 25.10., 22.11.

Leitung

Brigitte Schneider

Advents-

nachmittag Dienstag, 13.12., 14-16 Uhr

Leitung

Brigitte Schneider

Zimmerberg

Literatur-Treff

Sie werden neue Autorinnen und Autoren kennenlernen, vielleicht ein vergessenes Buch wieder lesen oder eines in Angriff nehmen, das Sie schon immer einmal lesen wollten!

Wann Montag, 14:15-16:15 Uhr

5.9., 3.10., 7.11., 5.12.

Kosten CHF 20.- (4 × 120 Min.) Leitung Elsbeth Müller

Dipl. Buchhändlerin

Kreatives biografisches Schreiben und Erzählen

Zurückschauen, um dann weiterzugehen autobiografisches Erzählen und Schreiben heisst, sich an Geschichten aus dem Leben zu erinnern, in Worte zu fassen, zu teilen und damit neu zu verstehen.

Mittwoch, 14:30-17:00 Uhr Wann

26.10., 9.11., 23.11., 7.12.

Kosten Leitung CHF 200.- (4 × 150 Min.) Katharina Bona, lic. phil. I.

Biblio- und Poesietherapeutin

Jung'sche Analytikerin in

Ausbildung

Zeichnen

Möchten Sie die Freude am Zeichnen neu entdecken und in einer spielerischen Atmosphäre Ihrer Fantasie und Gestaltungslust freien Lauf lassen? Wir arbeiten mit Bleistift, Kohle, Tusche und Farbstift.

Wann

Donnerstag, 14:15-16:15 Uhr

13.10.-8.12.

Kosten

CHF 170. - (9 × 120 Min.)

Leitung

Hans Held

Fotografie Grundkurs

Sie lernen die Möglichkeiten der Kamera kennen und wissen anschliessend, wie Sie diese einsetzen können. Wir üben zudem das Fotografieren.

Wann

Montag, 13:30-16:30 Uhr

19.9., 26.9.

Kosten

CHF 180.- (2 × 180 Min.)

Leitung

Kevin Rechsteiner

Fotografie / Botanischer Garten

Sie erhalten eine Instruktion zur Fotografie sowie zum praktischen Fotografieren. Dazwischen informiert Ursula Wegmann über verschiedene der insgesamt 7000 Pflanzen und erläutert Vegetationsgemeinschaften.

Wann Kosten Mittwoch, 21.9., 10-16 Uhr

CHF 240.-

Leitung Kursort

Kevin Rechsteiner Botanischer Garten

Zollikerstr. 107, Zürich

Selbstorganisierte Gruppen Stadt Zürich

In der Stadt Zürich besteht eine Reihe von Gruppen für Seniorinnen und Senioren, deren Aufbau Pro Senectute Kanton Zürich fachlich begleitete. Diese funktionieren weitgehend selbstorganisiert. Das Angebot der Gruppen ist sehr vielfältig. Genauere Informationen finden Sie bei den folgenden Adressen. Die Gruppen wünschen sich weitere Teilnehmende sowie engagierte Mitglieder.

Aktion S

Ehemalige Parlamentarier erläutern in den Altersheimen die Abstimmungsvorlagen. Werner Bosshard 044 322 27 77

Diskussionsrunde 60+

Wir hören, diskutieren und philosophieren über Bücher und Texte zu aktuellen Themen. Vera Nicolay 044 342 43 75 veni@gmx.ch

Kultur-Gruppe

Wir organisieren schweizweite Gruppenbesuche von kulturellen Veranstaltungen und Ausstellungen für Senioren.

Alex Villiger 044 422 45 28

villiger-naef@bluewin.ch

Seniorenbühne

Theaterbegeisterte Frauen und Männer 55+ produzieren Theaterstücke und führen sie bei Alters-, Gemeinde-, Firmen- und Vereinsanlässen auf. www.seniorenbuehne.ch 079 509 79 66

Jürg Kauer

kauerei@bluewin.ch

Seniorenorchester

Wir proben etwa 20 Mal pro Jahr und treten in Altersheimen, an Seniorenanlässen usw. auf. www.seniorenorchester-zh.ch

Ralph Brem 044 821 C8 24

mkdubs@bluewin.ch

Seniorenrat Zürich

Eine Denkzentrale für Menschen ab 60, die in unserer Gesellschaft etwas bewegen wollen. www.seniorenrat-zuerich.ch

Christian Casparis 044 492 90 35

christian.lita@bluewin.ch

S-Team / Seniorenhandwerkerdienst

Die freiwillige Anlaufstelle vermittelt qualifizierte pensionierte Handwerker aus unterschiedlichen Berufsgattungen.

Armin Meier 044 322 02 95

meier.steam@bluewin.ch

Grundschulung Treuhanddienst

Dieser kostenlose Einführungskurs ist Voraussetzung für die freiwillige Mitarbeit im Treuhanddienst (Unterstützung älterer Menschen in administrativen und finanziellen Angelegenheiten). Vorgängig findet ein unverbindliches Gespräch zur gegenseitigen Vorstellung und Eignungsabklärung statt. Wir bitten Sie um frühzeitige Kontaktaufnahmen.

| | | - |
|-----------|----------------------------|-------|
| Wann | Mittwoch, 5.10. | GRAT |
| | 13:30-17:00 Uhr | |
| | Donnerstag, 6.10., 9-12 | Uhr |
| Leitung | Eveline Scherrer und | |
| | Stefan Müller, Sozialarbei | tende |
| | Treuhanddienst | |
| Kursort | Dienstleistungscenter | |
| | Stadt Zürich | |
| | Seefeldstr. 94a, Zürich | |
| Anmeldung | Treuhanddienst Zürich un | nd |

Zimmerberg

058 451 50 00

treuhanddienst@pszh.ch

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.

| Serimial race | are we ise a acri ar. | or aur. | |
|---------------|-----------------------|------------|--|
| Wann | 25.8. + 26.8. | Winterthur | |
| | 1.9. + 2.9. | Zürich | |
| | 22.9. + 23.9. | Kappel am | |
| | | Albis | |
| | 29.9. + 30.9. | Winterthur | |
| | | (Singles) | |
| | 27.10. + 28.10. | Zürich | |
| | 24.11. + 25.11. | Winterthur | |
| | 8.12. + 9.12. | Zürich | |
| | jeweils 8:30-17 | ':00 Uhr | |
| Kosten | Einzelpersonen | CHF 700/ | |
| | Paare CHF 1350 | | |
| Anmeldung | AvantAge Fachstelle | | |
| | Alter und Arbeit | | |
| | Pro Senectute | | |
| | Kanton Zürich u | nd Bern | |

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 3/2016 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 und Furttal Lindenhofstrasse 1, 8180 Bülach Telefon 058 451 53 00

Limmattal und 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 Weinland

Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur Telefon 058 451 54 00

Stadt Zürich

Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich Postadresse: Postfach 3233, 8034 Zürich Telefon 058 451 50 00

Geschäftsstelle

Pro Senectute Kanton Zürich Forchstrasse 145, Postfach 1381 8032 Zürich Telefon 058 451 51 00 info@pszh.ch www.pszh.ch



GEMEINSAM STÄRKER