

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2018)

**Heft:** 1: Gut umsorgt zu Hause leben : ältere Menschen möchten so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden bleiben : dies gelingt dank Angehörigen und spitälexternen Diensten

**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:** 08.01.2026

**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 (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  
Tischenloosstr. 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  
044 951 19 70 (Mi, 14–17 Uhr)  
info@senioren-forum-zo.ch  
www.senioren-forum-zo.ch

## Gesundheit und Prävention

### Stadt Zürich

#### 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. Max. 8 Teilnehmende.

Kurs 3/18 Mittwoch, 14–16 Uhr  
7.3. + 21.3.  
Kurs 4/18 Dienstag, 9–11 Uhr  
3.4. + 17.4.  
Kurs 5/18 Freitag, 14–16 Uhr  
4.5. + 18.5.  
Kosten CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)  
Leitung Barbara Läuchli  
Sozialarbeiterin Pro Senectute  
Kanton Zürich  
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

### Unterland und Furttal

#### Grundkurs Gedächtnistraining

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.

Wann Donnerstag  
10.00–11.30 Uhr  
5.4., 12.4., 19.4., 26.4.  
Kosten CHF 165.– (4 × 90 Min.)  
Leitung Susanne Fritschi  
Gedächtnistrainerin SVTG  
Anmeldung Bis 26.3.

#### 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. Max. 8 Teilnehmende.

Wann Montag, 10–12 Uhr  
4.6. + 11.6.  
Kosten CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)  
Leitung Tanja Hänsel, Sozialarbeiterin  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Anmeldung Bis 23.5.

## Winterthur und Weinland

### Vortrag

#### «Senioren im Strassenverkehr»

GRATIS

Welche medizinischen Anforderungen müssen Seniorinnen und Senioren erfüllen, um am motorisierten Strassenverkehr teilnehmen zu können?

Wann Mittwoch, 21.3., 14–16 Uhr  
Kosten Kollekte  
Leitung Dr. med. Rolf Seeger,  
Verkehrsmediziner  
Kursort Kath. KGH, Römerstr. 103,  
Winterthur  
Anmeldung Nicht erforderlich

### Wetzikon – Zürcher Oberland

#### 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. Max. 8 Teilnehmende.

Kurs 2/18 Mittwoch, 14–16 Uhr  
25.4. + 2.5.  
Kosten CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)  
Leitung Gudrun Gwisdek  
Teamleitung Sozialberatung  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Kursort DC Oberland  
Bahnhofstr. 182, Wetzikon  
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn  
Karin Dürger  
Telefon 058 451 53 42  
karin.duerger@pszh.ch

### Zimmerberg

#### 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. Max. 8 Teilnehmende.

Kurs 01/18 Donnerstag, 9.30–11.30 Uhr  
8.3. + 22.3.  
Kosten CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)  
Leitung Daniela Wittker  
Sozialarbeiterin  
Pro Senectute Kanton Zürich  
Kursort Dorftreff GZ Drei Eichen  
Stationsstr. 34, Samstagern  
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

## Mobil sein &amp; bleiben



Bild: Zürcher Verkehrsverbund

GRATIS NEU

Experten des Zürcher Verkehrsverbundes und der Polizei vermitteln Grundlagen, um im Alltag sicher unterwegs zu sein. Sie lernen, wie Sie einen Ticketautomaten bedienen und mit welchen Fahrausweisen Sie am besten und günstigsten reisen können. Ausserdem lernen Sie sich sicher im öffentlichen Raum zu bewegen. Der Kurs besteht aus einem theoretischen und einem praktischen Teil. Weitere Informationen: [www.zvv.ch/mobilsein](http://www.zvv.ch/mobilsein).

Kosten  
Leitung  
Anmeldung

Gratis  
Zürcher Verkehrsverbund  
[contact@zvv.ch](mailto:contact@zvv.ch)  
Telefon 0848 988 988  
Bis 14 Tage vor Kursbeginn  
Max. 21 Teilnehmende

## Dübendorf

Wann

Donnerstag, 5.4.  
13.30–17.00 Uhr  
Reformiertes Kirchen-  
zentrum, ReZ  
Bahnhofstr. 37

Kursort

## Wiesendangen

Wann

Donnerstag, 12.4.  
8.30–12.00 Uhr

Kursort

Quartierraum Wiesental  
Schulstr. 8a

## Dietlikon

Wann

Donnerstag, 19.4.  
8.30–12.00 Uhr

Kursort

Alterszentrum Hofwiesen  
Bahnhofstr. 64

## Digitale Kommunikation

### Stadt Zürich

#### Einstiegerkurs: Einstieg in den Computeralltag (PC/Laptop) NEU

Der Kurs bietet einen praktischen Einstieg in die Arbeit am Computer, vermittelt Grundkenntnisse im Umgang mit Windows und gibt Einblicke in verschiedene Anwendungsbereiche. Sie erstellen einfache Texte. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1168340 Dienstag, 8.30–12.20 Uhr  
6.3.–10.4.

Kurs 1138703 Donnerstag, 8.30–12.20 Uhr  
5.4.–17.5.

Kurs 1167748 Freitag, 8.30–12.20 Uhr  
25.5.–29.6.

Kosten CHF 660.– inkl. Lehrmittel  
6 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

Anmeldung Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

#### Aufbaukurs: Vertiefung im Computeralltag (PC/Laptop)

Sie möchten mehr zum Thema Internet und Excel erfahren. Mit Excel erstellen Sie einfache Tabellen und lernen die wichtigsten Berechnungsformeln kennen. Sie erhalten Tipps für die Sicherheit im «World Wide Web». Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1138813 Dienstag, 8.30–12.20 Uhr  
27.2., 6.3., 13.3.

Kurs 1138965 Montag, 13.00–16.50 Uhr  
12.3., 19.3., 26.3.

Kurs 1168353 Mittwoch, 8.30–12.20 Uhr  
4.4., 11.4., 18.4.

Kosten CHF 380.– inkl. Lehrmittel  
3 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

Anmeldung Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

>>

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

#### Einstiegerkurs: Windows 10 Starter-Seminar

Stimmen Sie die Einstellungen auf Ihre Bedürfnisse ab. Organisieren Sie die Dateiablage mit dem Windows-Explorer. Sie lernen die Sicherheitsfunktionen kennen und wissen, wie man eine Datensicherung erstellt. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1138820 Mittwoch, 8.30–12.20 Uhr  
14.2. + 21.2.

Kurs 1138821 Dienstag, 13.00–16.50 Uhr  
20.3. + 27.3.

Kurs 1168367 Montag, 8.30–12.20 Uhr  
7.5. + 14.5.

Kosten CHF 320.– inkl. Lehrmittel  
2 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

Anmeldung Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

Anmeldung Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62  
kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

#### Einstiegerkurs 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 können. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1139317 Mittwoch, 8.30–12.20 Uhr  
21.2. + 28.2.

Kurs 1139319 Freitag, 8.30–12.20 Uhr  
16.3. + 23.3.

Kurs 1167737 Mittwoch, 13.00–16.50 Uhr  
2.5. + 9.5.

Kosten CHF 340.– inkl. Lehrmittel  
2 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

Anmeldung Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

#### Einstiegerkurs iPad

Das iPad von Apple überzeugt durch die intuitive Benutzerführung und die Möglichkeit, Musik, Internet und E-Mail zu verbinden. Sie lernen, das Gerät selber einzurichten, damit Sie es optimal nutzen können. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1139315 Mittwoch, 13.00–16.50 Uhr  
14.3. + 21.3.

Kurs 1167683 Montag, 8.30–12.20 Uhr  
23.4. + 30.4.

Kurs 1167709 Mittwoch, 8.30–12.20 Uhr  
30.5. + 6.6.

Kosten CHF 340.– inkl. Lehrmittel  
2 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

>>

#### Einstiegerkurs: Online-Grundlagen

Sie sammeln erste Erfahrungen mit dem Internet. Danach kennen Sie die Grundlagen von Web-Browser und können E-Mails versenden und empfangen. Sie können den Kalender für die Organisation von Terminen nutzen. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1138811 Montag, 8.30–12.20 Uhr  
5.3., 12.3., 19.3.

Kurs 1168405 Freitag, 13.00–16.50 Uhr  
13.4., 20.4., 27.4.

Kosten CHF 380.– inkl. Lehrmittel  
3 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros

Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich

Alle Angebote  
finden Sie unter  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

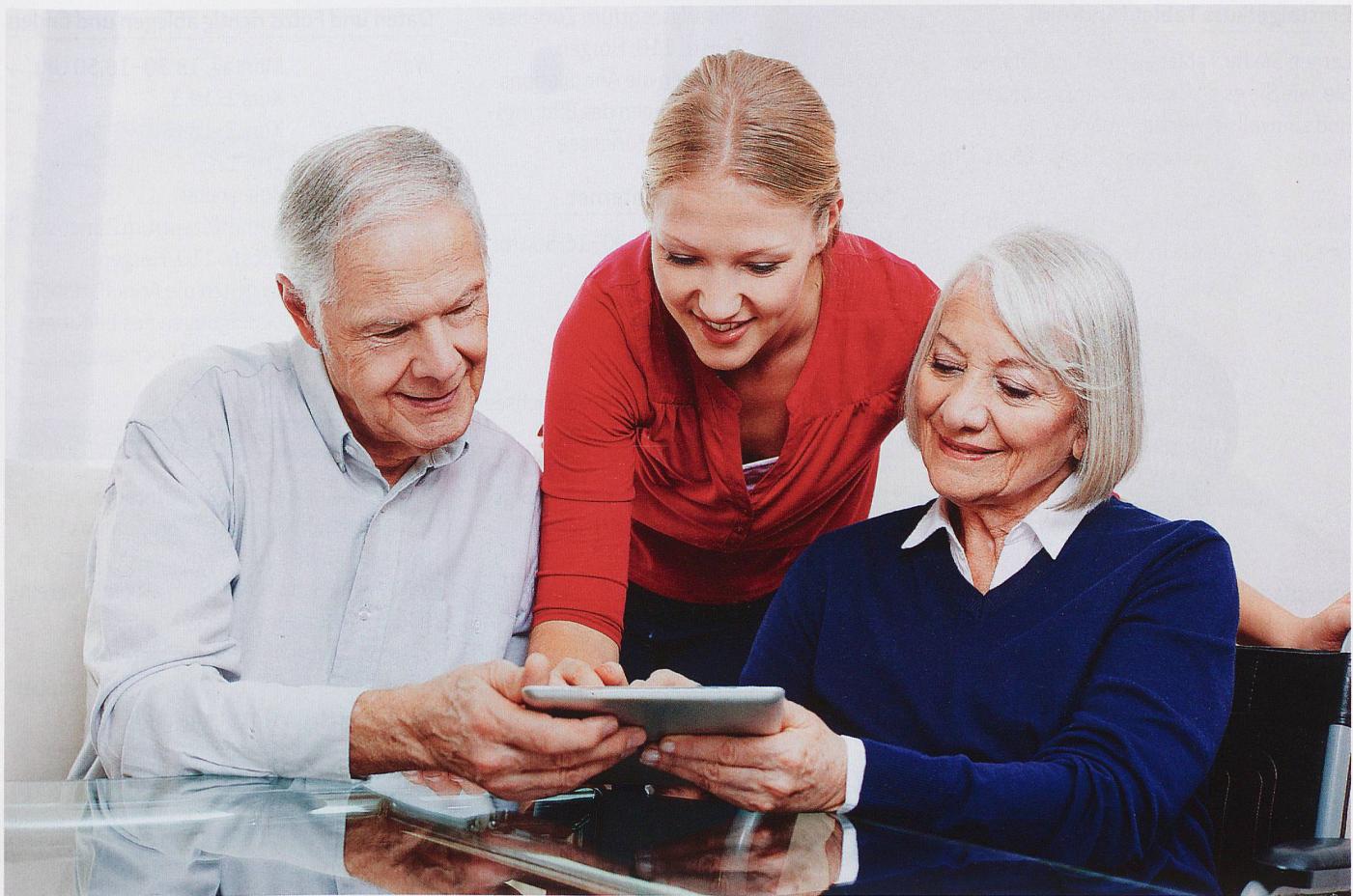


Bild: Adobe Stock

**Anmeldung**

Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62  
kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

**Anmerkung**

Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

**Android-Smartphones und -Tablets  
im Alltag**

Wir machen Sie vertraut mit Ihrem Gerät und  
helfen Ihnen, es optimal zu nutzen. Sie  
erhalten Tipps zu den wichtigsten Funktionen:  
Telefonieren, surfen, fotografieren,  
Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail.  
Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

**Kurs 1138683** Freitag, 13.00–16.50 Uhr  
23.3. + 6.4.

**Kurs 1167652** Mittwoch, 8.30–12.20 Uhr  
16.5. + 23.5.

**Kurs 1167656** Montag, 13.00–16.50 Uhr  
18.6. + 25.6.

**Kosten** CHF 340.– inkl. Lehrmittel  
2 × 200 Min.

**Leitung** Klubschule Migros  
**Kursort** Klubschule Zürich  
Limmatplatz  
Limmatstr. 152, Zürich >>

**Anmeldung**

Klubschule Zürich  
Telefon 044 278 62 62  
kundenservice-center@  
gmz.migros.ch

**Anmerkung**

Es gelten die Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen der  
Klubschule Migros Zürich.

**Unterland und Furttal****Fahrplanabfrage und Billettkauf mit  
SBB Mobile und auf [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)**

Sie möchten von Ihrem Computer aus die  
beste ÖV-Verbindung für Ihre Reise finden?  
Oder sind Sie schon unterwegs und brauchen  
rasch ein Billett? Im Kurs lernen Sie, wie Sie  
den ÖV-Fahrplan konsultieren und Billette  
kaufen können – schnell und bequem.  
Bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop bzw.  
Ihr eigenes Smartphone (iPhone oder  
Android) mit. Wir setzen voraus, dass Sie mit  
der grundlegenden Bedienung Ihres Geräts  
vertraut sind und die App «SBB Mobile» auf  
Ihrem Smartphone installiert ist.

**Wann** Montag, 23.4.  
9.30–11.30 Uhr  
**Leitung** SBB  
**Anmeldung** Bis 11.4.

**Wetzikon – Zürcher Oberland****Fotokurs «Vom Knipsen  
zum Fotografieren»**

Was sollten Sie beim Fotografieren vermeiden,  
worauf achten: Tipps und Fallbeispiele  
helfen Ihnen, noch mehr Freude an Ihren  
Bildern zu haben.

**Wann** Dienstag, 9.00–11.15 Uhr  
6.3.–27.3.

**Kosten** CHF 200.–

**Leitung** Denise Broer

**Kursort** Boflex Floors

Mühlestr. 27, Wetzikon

**Zimmerberg****Einsteigerkurs Smartphone (Android)**

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

**Wann** Dienstag, 9–12 Uhr  
6.3. + 13.3.

**Kosten** CHF 240.– (2 × 180 Min.)  
**Leitung** Kevin Rechsteiner

## Einstiegerkurs Tablet (Android)

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

Wann Dienstag, 13.30–16.30 Uhr  
6.3. + 13.3.

Kosten CHF 240.– (2 × 180 Min.)  
Leitung Kevin Rechsteiner



## Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile und auf www.sbb.ch GRATIS

Sie möchten von Ihrem Computer aus die beste ÖV-Verbindung für Ihre Reise finden? Oder sind Sie schon unterwegs und brauchen rasch ein Billett? Im Kurs lernen Sie, wie Sie den ÖV-Fahrplan konsultieren und Billette kaufen können – schnell und bequem. Bringen Sie bitte Ihren eigenen Laptop bzw. Ihr eigenes Smartphone (iPhone oder Android) mit. Wir setzen voraus, dass Sie mit der grundlegenden Bedienung Ihres Geräts vertraut sind und die App SBB Mobile auf Ihrem Smartphone installiert ist.

Wann Freitag, 13.4., 14–16 Uhr  
Leitung SBB

## Einladung mit Word erstellen

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 26.3.  
Kurs 2: 25.6.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Fotobuch erstellen (Ifolor)

Wann Mittwoch, 9–12 Uhr  
Kurs 1: 28.2.–14.3.  
Dienstag, 9–12 Uhr  
Kurs 2: 15.5.–29.5.  
Kosten CHF 240.– (3 × 180 Min.)  
Leitung Zoe Tempset >>

Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen  
Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Suchen und Finden im Internet

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 26.2.  
Kurs 2: 14.5.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Einkaufen im Internet

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 5.3.  
Kurs 2: 7.5.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Reisen finden und buchen im Internet

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 12.3.  
Kurs 2: 28.5.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Windows 10 kennen und anwenden

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 9.4.  
Kurs 2: 11.6.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Daten und Fotos richtig ablegen und finden

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 19.3.  
Kurs 2: 18.6.

Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Gruber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

Anmerkung Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## 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](http://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 über:

### Adliswil

[www.computeria-adliswil.ch](http://www.computeria-adliswil.ch)

### Dübendorf

[Computer-Treff, Stadtbibliothek](http://Computer-Treff.Stadtbibliothek)

### Herrliberg

[www.triangel-herrliberg.ch](http://www.triangel-herrliberg.ch)

### Illnau-Effretikon

[www.lebensphase3.ch/computeria](http://www.lebensphase3.ch/computeria)

### Kilchberg und Rüschlikon

[www.computeria-rueschlikon.ch](http://www.computeria-rueschlikon.ch)

### Richterswil

[www.computeria-richterswil.ch](http://www.computeria-richterswil.ch)

### Uster

[www.computeria-uster.ch](http://www.computeria-uster.ch)

### Volketswil

[www.computeria-volketswil.ch](http://www.computeria-volketswil.ch)

### Winterthur

[www.computeria-winterthur.ch](http://www.computeria-winterthur.ch)

### Stadt Zürich

[www.computeria-zuerich.ch](http://www.computeria-zuerich.ch)



# BILDUNG UND KULTUR

## 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 flüssig ausdrücken und verstehen das Gesagte relativ mühelos.

## Stadt Zürich

### Englisch für Einsteiger: «Get Ready for Holidays»

50%

Kurs 13.2018.02

Wann Freitag, 9.00–10.30 Uhr  
27.4.–13.7.  
(ausser 11.5., 18.5.)  
Kosten CHF 300.– (10 × 90 Min.)  
bei 9–12 Teilnehmenden  
Kosten CHF 400.– (10 × 90 Min.)  
bei 6–8 Teilnehmenden  
Leitung Yvonne Rimle  
Ausbildnerin und Stadtführerin für Englischsprechende  
Anmeldung Bis 13.4.

### Englisch Konversationskurse A2–B2

50% 

Wann Donnerstag, 8.45–10.15 Uhr  
Kosten CHF 300.– (10 × 90 Min.)  
bei 8–10 Teilnehmenden  
Leitung Gabriela Meier  
Ausbildnerin und Englischlehrerin  
Anmeldung Laufend

### Englisch Konversation und Lektüre B1/B2

50% 

Kurs 15.2018.01  
Wann Freitag, 13.15–15.00 Uhr  
Kosten CHF 340.– (11 × 105 Min.)  
Leitung Dominik J. Schaller  
Wissenschaftler und Dozent für neuere Geschichte  
Anmeldung Laufend

## Unterland und Furttal

Laufende Sprachkurse Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch  
**Wann** Auf Anfrage  
**Kosten** CHF 255.– (17 × 60 Min.)  
bei 7 Teilnehmenden  
**Anmeldung** Laufend

**Kosten** CHF 240.– (10 × 90 Min.)  
**Leitung** Montag: Judith Bertschi  
Donnerstag: Nelly Jaeger  
**Kursort** Montag: PSZH, DC Oberland  
Bahnhofstr. 182, Wetzikon  
Donnerstag: CEVI-Schüür  
Kindergartenstr. 22, Wetzikon

## Uster – Zürcher Oberland

### Englisch A1–B2



**Wann** A1: Montag, 10.15–11.45 Uhr  
A1: Montag, 13.30–15.00 Uhr  
A1: Montag, 15.15–16.45 Uhr  
A1: Dienstag, 8.30–10.00 Uhr  
A1: Mittwoch, 10.15–11.45 Uhr  
B2: Dienstag, 10.15–11.45 Uhr  
B2: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr  
**Kosten** CHF 470.– (20 × 90 Min.)  
**Leitung** Andrea Strommer und Kathrin Kohler  
**Kursort** Katholisches Pfarramt Jugendhaus Frjz Tertianum Uster Freizeit-Treff Uster (je nach Kursangebot)

## Ready for conversation A2/B1



**Wann** Donnerstag, 9.30–11.00 Uhr  
Donnerstag, 14.00–15.30 Uhr  
**Kosten** CHF 240.– (10 × 90 Min.)  
**Leitung** Lissa Pfenninger  
**Kursort** morgens: Quartierwohnzimmer, Bahnhofstr. 256, Wetzikon nachmittags: Hittnauerstr. 32, Wetzikon

## Italienisch A2



**Wann** Dienstag, 8.30–10.00 Uhr  
**Kosten** CHF 240.– (10 × 90 Min.)  
**Leitung** Carla Müller  
**Kursort** PSZH, DC Oberland Bahnhofstr. 182, Wetzikon

## Zimmerberg

### Let's keep talking A2/B1

**Wann** Mittwoch, 8.30–10.10 Uhr  
28.2.–11.7. (ausser Schulferien)  
**Kosten** CHF 530.– (18 × 100 Min.)  
**Leitung** Andrea Snashall  
**Kursort** Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen  
**Anmerkung** Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Russisch für Reisevögel A1

**Wann** Donnerstag, 9.00–10.40 Uhr  
1.3.–12.7. (ausser Schulferien)  
**Kosten** CHF 580.– (18 × 100 Min.)  
**Leitung** Irina Bilyavska  
**Kursort** Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen  
**Anmerkung** Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee.

## Italienisch A1/A2



**Wann** A1: Dienstag, 9.15–10.45 Uhr  
A1: Mittwoch, 8.50–10.20 Uhr  
A2: Mittwoch, 10.30–12.00 Uhr  
**Kosten** CHF 470.– (20 × 90 Min.)  
**Leitung** Maria Clara Räber  
**Kursort** Katholisches Pfarramt Uster

## Spanisch A1



**Wann** A1: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr  
A2: Dienstag, 15.00–16.30 Uhr  
**Kosten** CHF 470.– (20 × 90 Min.)  
**Leitung** Fanny Zimmermann  
**Kursort** Freizeit-Treff Uster

## Wetzikon – Zürcher Oberland

### Brush up your English A2/B1



**Wann** A2: Montag, 8.30–10.00 Uhr  
A2: Montag, 10.20–11.50 Uhr  
A2/B1: Donnerstag 8.30–10.00 Uhr  
A2/B1: Donnerstag 10.15–11.45 Uhr  
**Anmerkung** >>

Spanisch Konversation A2/B1

|           |  |
|-----------|--|
| Wann      | Mittwoch, 8.30–10.10 Uhr<br>28.2.–11.7. (ausser Schulferien)         |
| Kosten    | CHF 580.– (18 × 100 Min.)  |
| Leitung   | Julia Amrein   |
| Kursort   | Bildungszentrum Zürichsee<br>Seestr. 110, Horgen                     |
| Anmerkung | Es gelten die Annulationsbedingungen des Bildungszentrums Zürichsee. |

Englisch Konversation A2

|         |   |
|---------|---|
| Wann    | Mittwoch, 9–11 Uhr<br>10.1.–7.2., 28.2.–18.4.,<br>16.5.–27.6. |
| Kosten  | CHF 600.– (20 × 120 Min.)                                     |
| Leitung | Lisa Leutenegger<br>Englischlehrerin                          |

Englisch Konversation A2/B1

|         |   |
|---------|---|
| Wann    | Dienstag, 9.15–11.15 Uhr<br>13.3.–24.4., 8.5. |
| Kosten  | CHF 240.– (8 × 120 Min.)                      |
| Leitung | Doris Scriven<br>Dipl. RSA DOTE               |

Französisch Konversation B1/B2

|         |   |
|---------|---|
| Wann    | Montag, 9.45–11.15 Uhr<br>15.1.–5.2., 26.2.–26.3.,<br>9.4., 23.4.–14.5. |
| Kosten  | CHF 315.– (14 × 90 Min.)  |
| Leitung | Ursula Schulthess, lic. phil. I   |

Italienisch A2

|         |   |
|---------|---|
| Wann    | Donnerstag, 13.30–15.00 Uhr<br>11.1.–8.2., 1.3.–19.4.,<br>17.5.–28.6. |
| Kosten  | CHF 450.– (20 × 90 Min.)  |
| Leitung | Rosella Federici  |

Russisch für Fortgeschrittene A2/B1

|         |  |
|---------|--|
| Wann    | Montag, 17–19 Uhr<br>9.1.–12.2., 19.3.–26.3.,<br>9.4.–7.5., 28.5.–9.7. |
| Kosten  | CHF 600.– (20 × 120 Min.)  |
| Leitung | Elena Stutz, Russischlehrerin  |

**Ausdruck und Kreativität**

**Stadt Zürich**

**«Geschichte – für einmal lebendig»**

Unser «etwas anderer Geschichtskurs» lässt Sie vergessen, wie Sie während der Schulzeit Ereignisse und Jahreszahlen auswendig lernen mussten. Denn «Geschichte – für einmal lebendig» ist spannend, packend, interessant und lehrreich zugleich. Wir greifen aktuelle Ereignisse auf und betrachten die geschichtlichen Hintergründe und Ursachen. Die politische Aktualität bestimmt die Themen. Sie haben die Möglichkeit, Themen zu wünschen, damit Ihre Fragen mit geschichtlichen Daten, Fakten und Zusammenhängen erklärt werden. Kurs 20.2018.01

Wann Freitag, 15.00–16.45 Uhr  
19.1.–6.4. (ausser 30.3.)

Anmeldung Laufend

Kurs 20.2018.02

Wann Freitag, 15.00–16.45 Uhr  
27.4.–13.7. (ausser 11.5.)

Kosten CHF 390.– (11 × 105 Min.)

Leitung 10–15 Teilnehmende  
Dominik J. Schaller  
Wissenschaftler und Dozent  
für neuere Geschichte

Anmeldung Bis 17.4.

**Kulturzirkel 1/3**

**«Literatur und Musik im Dialog»**

NEU

Kurs 31.2018.01

Bringen Sie Neugierde, waches Interesse und Freude an Literatur und Musik mit? Gemeinsam möchten wir den Gehalt überprüfen, den die ausgewählten Werke bis in unsere Gegenwart bewahrt haben. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Zirkel 1: Literatur und Musik im Dialog: «Schiller und Verdi, Goethe und Massenet, Hofmannsthal und Richard Strauss sind wechselseitige Inspirationsquellen, welche der deutschen Literatur auch im Musiktheater eine neue Deutungshoheit verleihen.» Freiwilliger Besuch Volksvorstellungen im Opernhaus am 15.4./10.5.

Wann Dienstag, 10.30–12.00 Uhr  
20.3., 27.3., 10.4., 17.4.

Kosten CHF 120.– (4 × 90 Min.)  
bei 10–15 Teilnehmenden

Kosten CHF 160.– (4 × 90 Min.)  
bei 7–9 Teilnehmenden  
(Kleingruppenzuschlag)

Leitung Joseph Auchter,  
Germanist und Musikwissenschaftler, unterrichtet in der Erwachsenenbildung

Anmeldung Bis 9.3.

**Unterland und Furttal**

**Erzählcafé**

Wir treffen uns bei einem Kaffee oder Tee zum gemütlichen Austausch. Erzählen von früher und plaudern über unsere Erfahrungen. Wir tauschen uns aus über Alltagsfreuden, Lustiges und Amüsantes.

Wann Freitag, 14–16 Uhr  
27.4., 25.5., 29.6.

Kosten Kostenlos

Leitung Katja Scheiber

Anmeldung Laufend

**Coffee-Time**

Möchten Sie in einer geselligen Runde Ihre Englischkenntnisse vertiefen? Wir diskutieren bei einem Kaffee oder Tee über alltägliche Themen, tauschen uns über Neuigkeiten aus und haben dabei Spass.

Wann Freitag, 14–16 Uhr  
9.2., 16.3., 20.4., 18.5., 15.6.

Kosten CHF 180.– (6 × 120 Min.)

Leitung Kate Murrie

Anmeldung Laufend

**Winterthur und Weinland**

**Märchen**

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  
6.3. + 8.5.

Kosten CHF 50.– (2 × 120 Min.)

Leitung Iris Kellerhals

Erwachsenenbildnerin

Anmeldung Bis 26.2.

**Erzählcafé**



Sich Zeit nehmen, erzählen, zuhören ...

Gedanken in Worte fassen, philosophieren, sich erinnern ... Kaffee und etwas dazu in einer gemütlichen Atmosphäre geniessen.

Das 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  
28.2., 28.3., 25.4., 30.5.

Leitung Astrid Schöni

## 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      | 8.3. + 9.3. Winterthur<br>22.3. + 23.3. Wetzikon<br>12.4. + 13.4. Zürich<br>3.5. + 4.5. Regensdorf<br>31.5. + 1.6. Wetzikon<br>jeweils 8.30–17.00 Uhr               |
| Kosten    | Einzelpersonen CHF 700.–<br>Paare CHF 1350.–  |
| Anmeldung | AvantAge Fachstelle<br>Alter und Arbeit<br>Pro Senectute<br>Kanton Zürich und Bern<br>Telefon 058 451 51 57<br><a href="http://www.avantage.ch">www.avantage.ch</a> |

Informationen zu Anmeldung und Kursorten finden Sie auf Seite 12.

## Grundschulung Treuhanddienst

Der Einführungskurs ist Voraussetzung für die freiwillige Mitarbeit im Treuhanddienst (Unterstützung älterer Menschen in administrativen und finanziellen Angelegenheiten). Vorgängig findet ein unverbindliches Gespräch zum gegenseitigen Vorstellen und zur Eignungsabklärung statt. Wir bitten Sie deshalb um frühzeitige Kontaktaufnahme.

|           |   |
|-----------|---|
| Für       | Region Stadt Zürich und Zimmerberg  |
| Wann      | Mittwoch, 18.4.<br>13.30–17.00 Uhr<br>Donnerstag, 19.4., 9–12 Uhr   |
| Kosten    | Kostenlos   |
| Kursort   | Dienstleistungscenter Stadt Zürich<br>Seefeldstr. 94a, Zürich   |
| Anmeldung | Brigit Ruprecht und Stefan Müller<br>Telefon 058 451 50 00<br><a href="mailto:treuhanddienst@pszh.ch">treuhanddienst@pszh.ch</a>          |
| Für       | Übrige Regionen   |
| Wann      | Mittwoch, 7.3.<br>13.30–17.30 Uhr<br>Donnerstag, 8.3.<br>13.30–17.30 Uhr  |
| Kosten    | Kostenlos   |
| Kursort   | Dienstleistungscenter Oberland<br>Bahnhofstr. 182, Wetzikon   |
| Anmeldung | Ruth Hunin und Hanna Urech<br>Telefon 058 451 53 40<br><a href="mailto:treuhanddienstoberland@pszh.ch">treuhanddienstoberland@pszh.ch</a> |



Schicken Sie ein SMS mit dem Wort SPENDEN 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 diesen Betrag von Ihrem Telefonanbieter an uns weiter. Pro Senectute Kanton Zürich garantiert Ihnen damit eine sichere Art zu spenden und versichert Ihnen, dass keine Telefonnummern gespeichert und weiterverwendet werden.

Weitere Möglichkeiten zu spenden:  
[www.pszh.ch/spenden](http://www.pszh.ch/spenden)

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Impressum Beilage zu Visit 1/2018 Verlag und Redaktion Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, Postfach, 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

### Limmat 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  
8032 Zürich  
Telefon 058 451 51 00  
[info@pszh.ch](mailto:info@pszh.ch)  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER