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

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2018)

Heft: 2: Kraftquelle Natur : der Aufenthalt in der Natur verschafft Erholung

und schärft die Sinne : und macht auch ältere Menschen glücklich

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: 25.11.2025** 

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

(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

044 951 19 70 (Mi, 14-17 Uhr)

info@senioren-forum-zo.ch www.senioren-forum-zo.ch

# Gesundheit und Prävention

## Stadt Zürich

#### Gedächtnis-Training

01.2018.02

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. Möchten Sie verschiedene Übungen und Strategien kennenlernen? Dieser Kurs bildet die Grundlage für die Teilnahme am monatlichen Gedächtnis-Träff.

Wann Freitag, 13.15–15.15 Uhr

24.8.-12.10.

Kosten CHF 220. – (8 × 120 Min.)

Leitung Iris Kaufmann

Gedächtnistrainerin SVTG

Pro Senectute Kanton Zürich Forchstr. 145, 8032 Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

## Gedächtnis-Träff

02.2018.05

Kursort

Sie haben den Kurs «Gedächtnis-Training» besucht, sind vielbeschäftigt und möchten das Gedächtnis weiterhin fit halten. Mit Freude und Spass trainieren Sie, geistig «am Ball zu bleiben». Sie erhalten wertvolle Informationen für den Transfer in den Alltag.

Wann Mittwoch, 10–12 Uhr 22.8., 19.9., 24.10., 21.11.,

12.12.

Kosten CHF 135.- (5 × 120 Min.)

Leitung

Gabriela Meier

Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

#### Gedächtnis-Träff

02.2018.04

Sie haben den Kurs «Gedächtnis-Training» besucht, sind vielbeschäftigt und möchten das Gedächtnis weiterhin fit halten. Mit Freude und Spass trainieren Sie, geistig «am Ball zu bleiben». Sie erhalten wertvolle Informationen für den Transfer in den Alltag.

Wann Dienstag, 13.30–15.30 Uhr

21.8., 18.9., 23.10., 20.11.,

11.12.

Kosten CHF 135.- (5 × 120 Min.)

Leitung Margrit Madlener

Gedächtnistrainerin SVTG

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstr. 145, 8032 Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

# 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 6/18 Dienstag, 14–16 Uhr

12.6. + 26.6.

Kurs 7/18 Mittwoch, 9-11 Uhr

20.6. + 4.7.

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**

# 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. Dokupass

(2 × 120 Min.)

Leitung Tanja Hänsel

Sozialarbeiterin Pro Senectute

Kanton Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

#### 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 3/18 Donnerstag, 14–16 Uhr

16.8. + 23.8.

Kosten CHF 80. – exkl. Docupass

 $(2 \times 120 \text{ Min.})$ 

Leitung Gudrun Gwisdek

Teamleitung Sozialberatung Pro Senectute Kanton Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

dc.oberland@pszh.ch

#### Meilen - 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. Max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1/18	Montag, 14.30–16.30 Uhr

4.6. + 18.6.

Kosten CHF 80. – exkl. Docupass

(2 × 120 Min.)

Leitung Lucia Kalousek

Sozialarbeiterin Pro Senectute

Kanton Zürich

Kursort Treffpunkt Meilen, Raum Berg

am unteren Dorfplatz, Schulhausstr. 23, Meilen

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

dc.pfannenstiel@pszh.ch

# Digitale Kommunikation

#### Stadt Zürich

# Einsteigerkurs: Einstieg in den Computeralltag (PC/Laptop)

Der Kurs bietet Ihnen 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 1167748 Freitag, 8.30–12.20 Uhr 25.5.–29.6.

Kurs 1167751 Dienstag, 13.00–16.50 Uhr 19.6.–28.8.

Kurs 1193901 Freitag, 8.30–12.20 Uhr

23.7.-27.8.

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 ein paar Berechnungsformeln. Wir geben Ihnen Tipps für die Sicherheit im «World Wide Web». Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende. Kurs 1193907 Donnerstag, 13.00–16.50 Uhr

24.5., 31.5., 7.6. Kurs 1193912 Freitag, 13.00–16.50 Uhr 13.7., 20.7., 27.7.

Kurs 1193914 Montag, 8.30-12.20 Uhr

6.8., 13.8., 20.8.

Kosten CHF 380. – inkl. Lehrmittel

3 × 200 Min.

Leitung Klubschule Migros Kursort Klubschule Zürich

Limmatplatz

Limmatstr. 152, Zürich Klubschule Zürich

Anmeldung Klubschule Zürich
Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@

gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der

Klubschule Migros Zürich.

# Einsteigerkurs:

# 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 1193918 Donnerstag, 13.00–16.50 Uhr

21.6. + 28.6. Kurs 1187154 Dienstag, 13.00–16.50 Uhr

17.7. + 24.7.

Kurs 1193921 Freitag, 8.30–12.20 Uhr 24.8. + 31.8.

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.

# Einsteigerkurs: 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 1195700 Montag, 8.30–12.20 Uhr

16.7, 23.7., 30.7 Kurs 1187165 Donnerstag, 13.00–16.50 Uhr

9.8., 16.8., 23.8

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.

# 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 können. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende.

Kurs 1167743 Dienstag, 8.30–12.20 Uhr 5.6 + 12.6.

Kurs 1167745 Freitag, 13.00–16.50 Uhr 20.7. + 27.7.

Kurs 1193898 Montag, 8.30–12.20 Uhr 6.8. + 13.8.

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.

# Mobil sein & bleiben





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. 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.

Kosten

Gratis

Leitung Zürcher Verkehrsverbund Anmeldung contact@zvv.ch

Telefon 0848 988 988 Bis 14 Tage vor Kursbeginn

Max. 21 Teilnehmende

Seuzach

Donnerstag, 7.6. Wann

13.30-17.00 Uhr

Kursort KGH, Stationsstr. 34 Zürich-Altstetten

Donnerstag, 14.6. Wann

8.30-12.00 Uhr

SBB, Konferenzraum, Kursort

Vulkanplatz 11

Zürich-Wollishofen

Wann Donnerstag, 21.6.

8.30-12.00 Uhr

Zürichsee Schifffahrtsgesell-Kursort

schaft, 1. Stock (ohne Lift),

Mythenquai 333

#### Einsteigerkurs: 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 danach optimal nutzen können. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende. Kurs 1167709 Mittwoch, 8.30-12.20 Uhr 30.5 + 6.6. Kurs 1167700 Freitag, 13.00-16.50 Uhr

29.6 + 6.7.

Kurs 1167715 Dienstag, 8.30-12.20 Uhr 7.8 + 14.8.

CHF 340. - inkl. Lehrmittel Kosten

2 × 200 Min. Leitung Klubschule Migros Klubschule Zürich Kursort

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.

# Einsteigerkurs: Android-Smartphones und Tablets im Alltag Basis

Wir machen Sie vertraut mit Ihrem Gerät und zeigen Ihnen, wie Sie es optimal nutzen können. Sie erhalten Tipps zu den wichtigsten Funktionen: Telefonieren, surfen, fotografieren, Nachrichten senden, Apps, Kalender, E-Mail. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende. Kurs 1181175 Montag, 13.00-16.50 Uhr 18.6. + 25.6.

Kurs 1167656 Montag, 13.00-16.50 Uhr 2.7. + 9.7.

Kurs 1189877 Freitag, 13.00-16.50 Uhr 20.7 + 27.7

Kosten CHF 340.- inkl. Lehrmittel

> 2 × 200 Min. Klubschule Migros

Klubschule Zürich Limmatplatz

> Limmatstr. 152, Zürich Klubschule Zürich

Anmeldung Telefon 044 278 62 62

kundenservice-center@ gmz.migros.ch

Anmerkung Es gelten die Allgemeinen

Geschäftsbedingungen der Klubschule Migros Zürich.

# Aufbaukurs: Android-Smartphones und Tablets im Alltag

In diesem Aufbaukurs vertiefen Sie Ihre Kenntnisse und lernen Ihr Gerät optimal zu nutzen. Trotz der einfachen Bedienung braucht es ein wenig Know-how, um Ihr Gerät auf die eigenen Bedürfnisse einzustellen und somit das Beste herauszuholen. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen nützliche Tipps und Tricks, die Sie sogleich ausprobieren können. Kleingruppen, max. 8 Teilnehmende. Kurs 1187728 Montag, 13.00-16.50 Uhr

6.7

Kurs 1193896 Freitag, 8.30-12.20 Uhr 3.8.

CHF 170.- inkl. Lehrmittel Kosten

1 × 200 Min. Klubschule Migros Leitung 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.

# Zimmerberg

#### Reisen finden und buchen im Internet

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

Wann Montag, 13.30-16.50 Uhr

Kurs 2 28.5. CHF 120.-Kosten Leitung Rolf Graber

Bildungszentrum Zürichsee Kursort

Seestr. 110, Horgen

#### Windows 10 kennen und anwenden

Wann Montag, 13.30-16.50 Uhr Kurs 2 11.6. CHF 120.-Kosten Rolf Graber Leitung Bildungszentrum Zürichsee Kursort Seestr. 110, Horgen

## Daten und Fotos richtig ablegen und finden

Wann Montag, 13.30-16.50 Uhr Kurs 2 18.6. CHF 120.-Kosten Rolf Graber Leitung Kursort

Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

# 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-B2





Möchten Sie Ihr Englisch in einem geselligen Umfeld mündlich anwenden oder auffrischen? In unseren Kursen erwerben Sie einen Alltagswortschatz, den Sie auf Reisen oder in privaten Kontakten nutzen können. Damit Sie Ihre Englischkenntnisse optimal einsetzen können, kontaktieren Sie uns für einen «Einstufungstest».

Wann Montag, 10.15-11.45 Uhr Wann Donnerstag, 8.45-10.15 Uhr Wann Donnerstag, 10.30-12.00 Uhr Kosten CHF 300.- (10 × 90 Min.) bei 8-10 Teilnehmenden CHF 400.- (10 × 90 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag) Leitung Gabriela Meier Ausbilderin und Englischlehrerin

Anmeldung Laufend

#### Englisch Fortsetzung A2.1

#### 11.2018.02

Englisch lernen ist kein Neuland mehr für Sie. In entspannter Atmosphäre erweitern Sie ihren Wortschatz für Reisen und alltägliche Situationen.

Wann Freitag, 10.45-12.15 Uhr CHF 330.- (11x 2 Lektionen) Kosten bei 8-10 Teilnehmenden CHF 440. - bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppen-

zuschlag)

Leitung Yvonne Rimle Ausbilderin und

Stadtführerin für Englischsprechende

Anmeldung Laufend

Leitung

Kursort

# Englisch Fortsetzung 3, A1.1



12.2018.02

«Learn English Now Fortsetzung 3» richtet sich an Kursteilnehmende, die schon etwas mit der englischen Sprache vertraut sind. Sie möchten in entspannter und lockerer Atmosphäre weiterkommen. Anhand von Lese-, Sprech- und Hörverständnisübungen bauen Sie einen Wortschatz auf, den Sie auf Reisen, in privaten Kontakten und in alltäglichen Situationen anwenden können.

Wann	
Kosten	

Montag, 16-17.30 Uhr CHF 330.- (11 × 90 Min.) bei 8-10 Teilnehmenden CHF 440.- (11 × 90 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Leitung

Yvonne Rimle

Ausbilderin und Stadtführerin für Englischsprechende

Anmeldung Laufend



# Spanisch Fortgeschrittene A2.2

«Hablamos Español». Sie haben schon Spanischkurse besucht oder sind so weit fortgeschritten, dass Sie sich verständigen können. Sie konzentrieren sich auf alle Aspekte des Lernens: Zuhören, antworten, lesen, schreiben und sprechen. Wir lehren die Sprache so, wie sie in Spanien gesprochen wird. Damit Sie Ihre Spanischkenntnisse optimal einsetzen können, kontaktieren Sie uns für einen «Einstufungstest».

1	Vann
ł	Kosten

Mittwoch, 14.15-16.00 Uhr CHF 310.- (10 × 105 Min.) bei 8-10 Teilnehmenden CHF 410.- (10 × 105 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Leitung

María Gárate

Ausbilderin und Spanischlehrerin

## Unterland und Furttal

Laufende Sprachkurse Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch

Auf Anfrage Wann

Kosten CHF 255. - (17 × 60 Min.)

bei 7 Teilnehmenden

Anmeldung Laufend

Wann

## Spanischkurs Anfänger



Mittwoch, 12.30-13.30 Uhr

ab 4.7.

Kosten CHF 255.- (17 × 60 Min.) bei 7 Teilnehmenden

Martha Hetfleis

Leitung

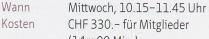
Spanischlehrerin

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

# Uster-Zürcher Oberland Englisch Al







(14 × 90 Min.)

CHF 370. - für Nichtmitglieder

(14 × 90 Min.)

Leitung Brigitte Frey Kursort

Tertianum Uster Industriestr. 10, Uster

#### Italienisch Al







 $(14 \times 90 \text{ Min.})$ 

CHF 370. – für Nichtmitglieder

 $(14 \times 90 \text{ Min.})$ 

Leitung Maria Clara Räber

Katholisches Pfarramt Uster Kursort

Neuwiesenstr.17, Uster

#### Spanisch Al







(14 × 90 Min.)

CHF 370. - für Nichtmitglieder

(14 × 90 Min.)

Fanny Zimmermann Leitung

Kursort Freizeit Treff Uster, Freiestr. 29,

#### 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

Kosten CHF 240.- (10 × 90 Min.) Leitung Montag: Judith Bertschi Donnerstag: Nelly Jaeger

Montag: PSZH, DC Oberland, Bahnhofstr. 182, Wetzikon Donnerstag: CEVI Schüür,

Kindergartenstr. 22, Wetzikon

## Ready for conversation A2/B1

Kursort





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 **Englisch Konversation A2**





Wann Mittwoch, 9-11 Uhr 10.1.-7.2.,28.2.-18.4.,

16.5.-27.6.

CHF 600.- (20 × 120 Min.) Kosten Leitung Lisa Leutenegger

Englischlehrerin

#### Italienisch A2





Wann Donnerstag, 13.30-15.00 Uhr

11.1.-8.2., 1.3.-19.4.,

17.5.-28.6.

CHF 450.- (20 × 90 Min.) Kosten

#### Russisch für Fortgeschrittene A2 / B1





Wann Montag, 17-19 Uhr 15.1.-12.2., 19.3.-26.3., 9.4.-7.5.,28.5.-16.7. Kosten CHF 600.- (20 × 120 Min.) Leitung Elena Stutz Russischlehrerin

Dienstag, 17.00-18.45 Uhr 22.5.: Sympathie - Antipathie 26.6.: Schule juhee, Schule oh weh! Kosten Gratis (inkl. Getränk/Gebäck)

Leitung Regula Lehmann Pro Senectute Kanton Zürich Kursort Badenerstr. 1, Schlieren

Anmeldung Nicht zwingend

# 31.2018.01 Kulturzirkel 1/3: «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 verliehen. Wann

Dienstag, 10.30-12.00 Uhr 12., 19., 26.6. + 20.7.

# Ausdruck und Kreativität

# Limmattal und Knonaueramt Erzählcafé zum Tagesausklang

Im Erzählcafé berichten die Teilnehmenden in lockerer Atmosphäre, was sie zum jeweiligen Themenschwerpunkt einbringen möchten - persönliche Erlebnisse und Begebenheiten von früher und heute. Motto: Das habe ich erlebt. Eingeladen sind Personen ab 60 Jahren, die Freude haben am Erzählen oder am Zuhören und Lebensgeschichten von anderen mit Respekt begegnen. >>

#### Stadt Zürich

Sind Sie an Literatur und Musik interessiert? Wir bieten Ihnen drei vielseitige, spannende und einmalige Kulturzirkel an: «Literatur und Musik im Dialog». Sie können sich für jeden Kurs einzeln, für zwei oder für alle drei Kurse gleichzeitig anmelden.

Gemeinsam möchten wir den Gehalt überprüfen, den die ausgewählten Werke bis in unsere Gegenwart bewahrt haben. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

# 31.2018.02 Kulturzirkel 2/3: «Schweizer Klassiker des 20. Jahrhunderts»

Max Frisch mit: «Andorra», «Biedermann und die Brandstifter», «Homo Faber» und «Biographie: ein Spiel» (mit verfilmten Uraufführungen)

Wann Dienstag, 10.30-12.00Uhr 25.9. + 2., 9., 16.10.

# 31.2018.03 Kulturzirkel 3/3: «Schweizer Klassiker des 20. Jahrhunderts»

Friedrich Dürrenmatt mit: «Der Besuch der alten Dame», «Abendstunde im Spätherbst», «Die Physiker» und «Der Meteor» (mit verfilmten Uraufführungen)



Wann Dienstag, 10.30-12.00 Uhr

6., 13., 27.11. + 4.12.

CHF 120.- (4 × 90 Min.) Kosten bei 10-14 Teilnehmenden

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

Leitung Joseph Auchter,

> Germanist und Musikwissenschaftler, unterrichtet in der

Erwachsenenbildung

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

#### Coffee-Time

Kosten

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

Wann Freitag, 14-16 Uhr

Daten auf Anfrage

CHF 180.- (6 × 120 Min.)

bei 7 Teilnehmenden

Leitung Kate Murrie

# Wetzikon - Zürcher Oberland Singen für Senioren

Singen zur eigenen Freude und Entspannung, getragen von Gruppen – echter Balsam für Körper, Geist und Seele!

Wann Mittwoch, 10-11 Uhr Kosten CHF 100. - für 10 Lektionen

Leitung Manuel Oertli

Kursort Canario, Zürcherstr. 29,

Wetzikon



# Winterthur und Weinland 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

30.5.

Leitung Astrid Schöni Anmeldung Laufend

#### Stubete «Zäme singe»

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

Wann Dienstag, 13.30-14.30 Uhr

5.6., 26.6., 28.8.

Anmeldung Nicht erforderlich

#### Stubete

#### «Zäme singe - Sommerfest»



Das jährliche Sommerfest ist schon fast legendär. Es richtet sich an gesangsfreudige ältere Menschen, die unter kundiger Leitung gerne singen. Dieses Jahr mit «Handörgeli-Musik».

Wann Dienstag, 3.7.

14-16 Uhr

Leitung Brigitte Schneider

Anmeldung Nicht erforderlich

# 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 unter 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. Helga Milou Obrecht 044 984 25 89

milou.obrecht@gmx.ch

## Kulturgruppe

Unter fachkundiger Führung besucht die Kulturgruppe alle 14 Tage Museen, macht Stadtrundgänge der besonderen Art oder besucht spezielle Betriebe und Institutionen.

Alex Villiger 044 422 45 28

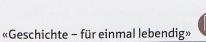
villiger-naef@bluewin.ch

#### Seniorenbühne

Theaterbegeisterte Frauen und Männer 55+ produzieren Theaterstücke und führen sie bei Alters-, Gemeinde-, Firmen- und Vereinsanlässen auf.

Jürg Kauer 079 509 79 66

> kauerei@bluewin.ch www.seniorenbuehne.ch



# 20.2018.02

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.

Freitag, 15.00-16.45 Uhr Wann

27.4.-13.7.

CHF 390.- (11 × 105 Min.) Kosten

bei 10-14 Teilnehmenden

Dominik J. Schaller Leitung

Wissenschaftler und Dozent

für neuere Geschichte

# Anmeldung Laufend

# Unterland und Furttal 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

Freitag, 14-16 Uhr Daten auf Anfrage

Leitung

Katja Scheiber Anmeldung Laufend



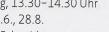




GRATIS







Brigitte Schneider Leitung



#### Seniorenorchester

Wir proben etwa zwanzigmal pro Jahr und treten in Altersheimen, an Seniorenalässen usw. auf.

Ralph Brem 044 821 08 24

mkdubs@bluewin.ch www.seniorenorchester-zh.ch

#### S-Team / Seniorenhandwerkerdienst

Die freiwillige Anlaufstelle vermittelt qualifizierte Handwerker aus unterschiedlichen Berufsgattungen.

Armin Meier 044 322 02 95

meier.steam@bluewin.ch

#### Treff 60+

Der Treff 60+ ist für Menschen gedacht, die neue Leute treffen, spielen, diskutieren und Ausflüge planen möchten. Kommen Sie vorbei, wir treffen uns jeden ersten und dritten Donnerstagnachmittag im Restaurant Binzgarten.

Christina Wünn 044 315 52 44

christina.wuenn@gz-zh.ch

# Computeria

Alles rund um Computer, Tablets, Handys, Smartphones und Internet wird thematisiert. Roland Meyer costei@gmx.ch

www.computeria-zuerich.ch

# Vorbereitung auf die Pensionierung

## AvantAge: Späte Freiheit – Gut vorbereitet in die Pensionierung

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

Wann

31.5. + 1.6. Wetzikon 14.6. + 15.6. Zürich 5.7. + 6.7. Winterthur (nur für Singles) 23.8. + 24.8. Zürich 3.8. + 31.8. Wetzikon jeweils 8.30–17.00 Uhr

Kosten Einzelpersonen CHF 700.-/
Paare CHF 1350.-

Anmeldung AvantAge Fachstelle Alter

und Arbeit

Pro Senectute Kanton Zürich

und Bern

Telefon 058 451 51 57 www.avantage.ch



# Einfach und sicher spenden

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



GEMEINSAM STÄRKER

Informationen zu Anmeldung und Kursorten finden Sie auf Seite 13.

Impressum Beilage zu Visit 2/2018 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

## 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 8032 Zürich Telefon 058 451 51 00 info@pszh.ch www.pszh.ch



GEMEINSAM STÄRKER