

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: 10.01.2026

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 Furtal

Kursort Lern- und Begegnungszentrum (LBZ)
Lindenhofstr. 1, Bülach
Anmeldung PSZH, DC Unterland und Furtal
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
Kursort Pro Senectute Kanton Zürich
Forchstr. 145, 8032 Zürich
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Gedächtnis-Träff

02.2018.05
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 Lächli
Sozialarbeiterin Pro Senectute
Kanton Zürich
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Unterland und Furtal

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 × 120 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 Computeralldag (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 Computeralldag (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
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



Bild: Zürcher Verkehrsverbund

GRATIS

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

Wann Donnerstag, 7.6.
 13.30–17.00 Uhr
Kursort KGH, Stationsstr. 34

Zürich-Altstetten

Wann Donnerstag, 14.6.
 8.30–12.00 Uhr
Kursort SBB, Konferenzraum,
 Vulkanplatz 11

Zürich-Wollishofen

Wann Donnerstag, 21.6.
 8.30–12.00 Uhr
Kursort Zürichsee Schifffahrtsgesellschaft, 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.

Kosten CHF 340.– inkl. Lehrmittel
2 x 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: 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 x 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: 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.

Kosten CHF 170.– inkl. Lehrmittel
1 x 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.

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.

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

Windows 10 kennen und anwenden

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr
Kurs 2 11.6.

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

Daten und Fotos richtig ablegen und finden

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr
Kurs 2 18.6.

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

Sprachen

Kurstufe A1: Sie verstehen alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze.

Sie können sich verständigen, wenn Ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht.

Kurstufe A2: Sie können sich in einfachen Alltagsgesprächen verständigen.

Kurstufe B1: Wenn klare Standardsprache verwendet wird, können Sie sich über vertraute Themen gut äussern.

Kurstufe B2: Sie können sich zu verschiedenen Themen klar und detailliert ausdrücken.

Kurstufe C1: Sie können sich spontan und flüssig 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 x 90 Min.)
bei 8–10 Teilnehmenden
CHF 400.– (10 x 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
Kosten CHF 330.– (11 x 2 Lektionen)
bei 8–10 Teilnehmenden
CHF 440.– bei 6–7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Leitung Yvonne Rimle Ausbilderin und
Stadtführerin für Englisch-
sprechende
Anmeldung Laufend

Englisch Fortsetzung 3, A1.1

50%



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	Montag, 16–17.30 Uhr
Kosten	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

Alle Angebote
finden Sie unter
www.pszh.ch

Spanisch Fortgeschrittene A2.2

50%

«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».

Wann	Mittwoch, 14.15–16.00 Uhr
Kosten	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 Furtal

Laufende Sprachkurse Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch

Wann	Auf Anfrage
Kosten	CHF 255.– (17 × 60 Min.) bei 7 Teilnehmenden
Anmeldung	Laufend

Spanischkurs Anfänger

NEU

Wann	Mittwoch, 12.30–13.30 Uhr ab 4.7.
Kosten	CHF 255.– (17 × 60 Min.) bei 7 Teilnehmenden
Leitung	Martha Hetflejs Spanischlehrerin
Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Uster– Zürcher Oberland**Englisch A1**

NEU



Wann	Mittwoch, 10.15–11.45 Uhr
Kosten	CHF 330.– für Mitglieder (14 × 90 Min.) CHF 370.– für Nichtmitglieder (14 × 90 Min.)
Leitung	Brigitte Frey
Kursort	Tertianum Uster Industriestr. 10, Uster

Italienisch A1

NEU



Wann	Dienstag, 9.15–10.45 Uhr
Kosten	CHF 330.– für Mitglieder (14 × 90 Min.) CHF 370.– für Nichtmitglieder (14 × 90 Min.)
Leitung	Maria Clara Räber
Kursort	Katholisches Pfarramt Uster Neuwiesenstr. 17, Uster

Spanisch A1

NEU



Wann	Dienstag, 13.30–15.00 Uhr
Kosten	CHF 330.– für Mitglieder (14 × 90 Min.) CHF 370.– für Nichtmitglieder (14 × 90 Min.)
Leitung	Fanny Zimmermann
Kursort	Freizeit Treff Uster, Freiestr. 29, 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
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

**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**Englisch Konversation A2**

Wann	Mittwoch, 9–11 Uhr 10.1.–7.2., 28.2.–18.4., 16.5.–27.6.
Kosten	CHF 600.– (20 × 120 Min.)
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.
Kosten	CHF 450.– (20 × 90 Min.)
Leitung	Rosella Federici

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

Wann 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

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich
Badenerstr. 1, Schlieren

Anmeldung Nicht zwingend

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.

NEU

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.

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, 10.30–12.00 Uhr
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)

>>



Bild: Adobe Stock

Wann	Dienstag, 10.30–12.00 Uhr 6., 13., 27.11. + 4.12.
Kosten	CHF 120.– (4 × 90 Min.) bei 10–14 Teilnehmenden CHF 160.– (4 × 90 Min.) bei 7–9 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)
Leitung	Joseph Auchter, Germanist und Musikwissen- schaftler, unterrichtet in der Erwachsenenbildung
Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn

«Geschichte – für einmal lebendig»



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.

Wann	Freitag, 15.00–16.45 Uhr 27.4.–13.7.
Kosten	CHF 390.– (11 × 105 Min.) bei 10–14 Teilnehmenden
Leitung	Dominik J. Schaller 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

Coffee-Time

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
Kosten	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

Alle Angebote
finden Sie unter
www.pszh.ch

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 gesangs-
freudige 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.
Leitung	Brigitte Schneider
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
begleitet. Diese funktionieren weitgehend
selbstorganisiert. Das Angebot der Gruppen
ist sehr vielfältig. Genauere Informationen
finden Sie unter den folgenden Adressen.
Die Gruppen wünschen sich weitere Teilneh-
mende 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

Senioren Bühne

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

Jürg Kauer 079 509 79 66
kauerei@bluewin.ch
www.seniorenbuehne.ch

BILDUNG UND KULTUR

Seniorenorchester

Wir proben etwa zwanzigmal pro Jahr und treten in Altersheimen, an Seniorenalassen 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

Informationen zu Anmeldung und Kursorten finden Sie auf Seite 13.

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

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

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

Dienstleistungszentrum

Unterland und Furtal

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

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER