

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

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2018)

**Heft:** 3: Selbstbestimmt leben : höheres Alter und selbstbestimmtes Leben schliessen sich nicht aus : auch dann nicht, wenn man aus gesundheitlichen Gründen auf Unterstützung angewiesen ist

**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:** 11.01.2026

**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 08 86  
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

### Limmattal und Knonaueramt Gehirntrainingskurs Winterhalbjahr 2018/2019

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

Wann Mittwoch, 9–11 Uhr  
17.10., 31.10., 14.11., 28.11.,  
12.12., 9.1., 23.1., 6.2., 20.2.,  
6.3.

Kosten CHF 250.– (10 × 100 Min.)  
inkl. Kursmaterial

Leitung Theres Gisler  
Gedächtnistrainerin SVGT

Kursort Reformierte Kirchgemeinde  
Zürichstr. 94, Affoltern a. A.

Anmeldung Theres Gisler  
Eschenstr. 10, Steinhausen  
041 741 28 53  
theres.gisler@bluewin.ch  
bis 30.9.

### Stadt Zürich

#### Gedächtnistraining

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  
07.09.–12.10.2018

Kosten CHF 165.– (6 × 120 Minuten)  
bei 8–12 Personen  
CHF 225.– (6 × 120 Minuten)  
bei 6–7 Personen

Leitung Iris Kaufmann  
Gedächtnistrainerin SVTG

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich  
Forchstr. 145, Zürich

Anmeldung bis 29.8.

#### Gedächtnis-Träff

02.2018.05

Sie haben den Kurs «Gedächtnistraining» 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, 9.30–11.30 Uhr  
19.9., 24.10., 21.11., 12.12.

Kosten CHF 110.– (4x 120 Minuten)  
bei 8–12 Personen  
CHF 150.– (4x 120 Minuten)

Leitung bei 6–7 Personen (Kleingruppenzuschlag)  
Gabriela Meier  
Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung bis 5.9.

#### 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.

Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 8/18 Mittwoch, 14–16 Uhr  
5.9. + 19.9.

Kurs 9/18 Montag, 9–11 Uhr  
17.9. + 8.10.

Kurs 10/18 Donnerstag, 9–11 Uhr  
1.11. + 15.11.

Kosten CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)

Leitung Barbara Läuchli  
Sozialarbeiterin Pro Senectute  
Kanton Zürich

Anmeldung bis 10 Tage vor Kursbeginn

NEU

#### «Testament und Erbrecht»

Unser zweiteiliger Kurs «Testament und Erbrecht» richtet sich an ältere Menschen, die sich mit Fragen zur Nachlassplanung befassen.

Durch die Experten unseres Kooperationspartners Raiffeisen erhalten Sie Antworten auf folgende Fragen: Wie muss ein Testament rechtsgültig verfasst werden? Wie sind die gesetzlichen Regelungen bei Erbschaft? Wie sieht es mit dem Güterrecht zwischen verheirateten Personen aus? Wie kann ich meine Hinterbliebenen wirtschaftlich absichern? Ich möchte Streit unter den Erben vermeiden. Wer eignet sich als Willensvollstrecker? 8 – 14 Teilnehmende.

Kurs 20/18 Mittwoch, 14–16 Uhr  
10.10. + 17.10.

Kosten CHF 80.– (2 × 120 Min.) inkl.  
Kursunterlagen

Leitung Referenten Raiffeisen

Kursort Pro Senectute Kanton Zürich

Dienstleistungscenter Stadt  
Zürich  
Seefeldstr. 94a, Zürich  
Anmeldung Pro Senectute Kanton Zürich  
058 451 50 00  
dc.zuerich@pszh.ch

**«Der Immobilienratgeber»**

NEU

In diesem Kurs erhalten Sie Informationen über selbstbewohnte Immobilien im Alter. Durch Experten unseres Kooperationspartners Raiffeisen erhalten Sie Antworten auf folgende Fragen: Was ist meine Immobilie wert? Wie gehe ich vor beim Verkauf? Welches sind die geeigneten Wohnformen im 3. Lebensabschnitt? Eingeschränkte Mobilität – wann wird das Haus zur Last? Tragbarkeit im Falle von Invalidität oder Todesfall? Wie kann ich meine Liegenschaft an meine Kinder weitergeben?  
8 – 14 Teilnehmende.

**Kurs 21/18** Donnerstag, 25.10., 14–16 Uhr  
**Kosten** CHF 40.– inkl. Kursunterlagen  
**Leitung** Referenten Raiffeisen  
**Kursort** Pro Senectute Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter Stadt  
Zürich  
Seefeldstr. 94a, Zürich  
Anmeldung Pro Senectute Kanton Zürich  
058 451 50 00  
dc.zuerich@pszh.ch

## Unterland und Furttal

### Grundkurs Gedächtnistraining

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

**Wann** Donnerstag, 10–11.30 Uhr  
25.10., 1.11., 8.11., 15.11.  
**Kosten** CHF 165.– (4 × 90 Min.)  
**Leitung** Susanne Fritschi  
Gedächtnistrainerin SVTG  
**Anmeldung** bis 15.9.

### 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. Maximal 8 Teilnehmende.

**Wann** Montag, 10–12 Uhr  
12.11. + 19.11.  
**Kosten** CHF 80.– exkl. Docupass  
(2 × 120 Min.)  
**Leitung** Tanja Hänsel  
Sozialarbeiterin Pro Senectute  
Kanton Zürich  
**Anmeldung** bis 31.10.

## Winterthur und Weinland

### Gedächtnisclub

Der Gedächtnisclub ist ein Bildungsangebot für Menschen, die motiviert sind, Neues zu lernen und Orientierung für geistige Fitness suchen. Im Kurs erhalten Sie neue Anregungen zum täglichen Fitnesstraining für Ihr Gedächtnis. Gedächtnistrainingsvorkenntnisse sind erwünscht.

**Wann** Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr  
5.9., 3.10., 7.11., 5.12.  
**Kosten** CHF 80.– (4 × 120 Min.)  
**Leitung** Susanne Fritschi und Danielle Müller  
Gedächtnistrainerinnen SVGT  
**Anmeldung** bis 25.8.

## 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. Maximal 8 Teilnehmende.

**Kurs 03/18** 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  
**Kursort** DC Oberland  
Bahnhofstr. 182, Wetzikon  
**Anmeldung** bis 10 Tage vor Kursbeginn  
dc.oberland@pszh.ch

### Gehirntraining

Lernen – leisten – Lebenslust. Altes mit Neuem vernetzen, wachsam, offener und neugieriger sein. Es werden zwei Kurse geführt.

**Wann** Mittwoch, 9–11 Uhr oder  
14–16 Uhr  
10.10., 17.10., 24.10., 31.10., 7.11.  
**Kosten** CHF 125.–

**Leitung** Hanny Faisst,  
Gedächtnistrainerin, SVGT  
**Kursort** CEVI-Schüür  
Kindergartenstr. 22, Wetzikon

## 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.

Maximal 8 Teilnehmende.  
**Kurs 2/18** Montag, 14.30–16.30 Uhr  
22.10. + 05.11.  
**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

## 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.

Maximal 8 Teilnehmende.  
**Kurs 1/18** Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr  
5.9. + 19.9.  
**Kosten** CHF 80.– exkl. Docupass (2 × 120 Min.)  
**Leitung** Gabriela Giger  
Sozialarbeiterin Pro Senectute  
Kanton Zürich  
**Kursort** Dorftreff GZ Drei Eichen  
Stationsstr. 34, Samstagern  
**Anmeldung** bis 10 Tage vor Kursbeginn

**Kurs 2/18** Dienstag, 14–16 Uhr  
30.10. + 13.11.  
**Kosten** CHF 80.– exkl. Docupass (2 × 120 Min.)  
**Leitung** Daniela Wittker  
Sozialarbeiterin Pro Senectute  
Kanton Zürich  
**Kursort** Alterszentrum Serata  
Tischenlostr. 55, Thalwil  
**Anmeldung** bis 10 Tage vor Kursbeginn

## Gedächtnistraining

Auf spielerische Art lernen Sie, Ihr Gedächtnis in Schwung zu halten. Zudem erhalten Sie in leicht verständlicher Form Informationen über die Funktion des Gehirns. Mit erprobten Methoden und nützlichen Tipps können Sie Ihr Gedächtnis besser nutzen.

Wann	Donnerstag, Kurs 2 15.30-17 Uhr. 25.10.-29.11.
Kosten	CHF 135.- (6 x 90 Min.)
Leitung	Doris Weber Ausgebildete Gedächtnistrainerin

## Digitale Kommunikation



Die nachfolgenden Informatikkurse für die Stadt Zürich werden durch den Kooperationspartner Klubschule Migros Zürich durchgeführt.

Leitung	Klubschule Migros Zürich
Kursort	Klubschule Migros Limmatplatz, Limmatstr. 152, 8005 Zürich
Anmeldung	Bis 1 Tag vor Kursbeginn
	Klubschule Migros Zürich
	Telefon 044 278 62 62
	kundenservice-center@gmz.migros.ch
Hinweis	Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Klubschule Migros Zürich.

## 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. Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 1230728	Dienstag, 13.00 - 16.50 Uhr 18.9. - 9.10.
--------------	--

Kurs 1230730	Mittwoch, 8.30 - 12.20 Uhr 17.10. - 7.11.
--------------	--

Kurs 1230732	Donnerstag, 13.00 - 16.50 Uhr 15.11. - 6.12.
--------------	---

Kosten	CHF 550.- inkl. Lehrmittel (4 x 200 Min.)
--------	--

Leitung	Klubschule Migros, Kursort und Anmeldung siehe Infobox
---------	--

### 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».

Kleingruppe	Maximal 10 Teilnehmende.
Kurs 1228057	Freitag, 13.00-16.50 Uhr 31.8., 7.9., 14.9.
Kurs 1228064	Dienstag, 8.30-12.20 Uhr 30.10., 6.11., 13.11.
Kurs 1228068	Donnerstag, 8.30-12.20 Uhr 8.11., 15.11., 22.11.
Kosten	CHF 380.- inkl. Lehrmittel (3 x 200 Min.)
Leitung	Klubschule Migros, Kursort und Anmeldung siehe Infobox

### 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. Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 1228114	Mittwoch, 13.00-16.50 Uhr 19.9. + 26.9.
Kurs 1230141	Freitag, 8.30-12.20 Uhr 5.10. + 12.10.
Kurs 1230142	Dienstag, 13.00-16.50 Uhr 13.11. + 20.11.
Kosten	CHF 340.- inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)
Leitung	Klubschule Migros, Kursort und Anmeldung siehe Infobox

### 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. Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 1228108	Freitag, 13.00-16.50 Uhr 21.9. + 28.9.
Kurs 1228103	Dienstag, 13.00-16.50 Uhr 2.10. + 9.10.
Kurs 1230140	Mittwoch, 8.30-12.20 Uhr 14.11 + 21.11.
Kosten	CHF 340.- inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)
Leitung	Klubschule Migros, Kursort und Anmeldung siehe Infobox

### Einsteigerkurs: Android-Smartphones und Tablets im Alltag (Basis)

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. Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 1227203	Freitag, 13.00-16.50 Uhr 31.8. + 7.9.
Kurs 1227205	Montag, 8.30-12.20 Uhr 17.9. + 24.9.
Kurs 1227207	Mittwoch, 13.00-16.50 Uhr 17.10. + 24.10.
Kosten	CHF 340.- inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)
Leitung	Klubschule Migros, Kursort und Anmeldung siehe Infobox

## Aufbaukurs: Android-Smartphones und Tablets im Alltag (Aufbau)

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. Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende.

Kurs 1229274 Montag, 8.30–12.20 Uhr

10.9.

Kurs 1229278 Mittwoch, 13.00–16.50 Uhr  
7.11.

Kosten CHF 170.– inkl. Lehrmittel  
Leitung Klubschule Migros Kursort und Anmeldung siehe Infobox

## Unterland und Furttal

### Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile und auf [www.sbb.ch](http://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 – 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, 3.9., 9.30–11.30 Uhr  
Leitung SBB  
Anmeldung [katja.scheiber@pszh.ch](mailto:katja.scheiber@pszh.ch)  
bis 27.8.

## 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.

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

Wann Dienstag, 9–11.15 Uhr  
23.10., 30.10., 6.11., 13.11.  
Kosten CHF 200.– (4 x 135 Min.)  
Leitung Denise Broer  
Kursort c/o D. Broer  
Leisihaldenstr. 35b, Wetzikon

## Zimmerberg

### Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile und auf [www.sbb.ch](http://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 – 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, 5.10., 14–16 Uhr  
Leitung SBB  
Mitbringen Laptop, iPad, Tablet oder Smartphone

## iPhone Einsteigerkurs

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.

Wann Freitag, 9–12 Uhr  
9.11. + 16.11.  
Kosten CHF 240.– (2 x 180 Min.)  
Leitung Albino Pallotta

## iPad Einsteigerkurs

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.

Wann Freitag, 14–17 Uhr  
9.11. + 16.11.  
Kosten CHF 240.– (2 x 180 Min.)  
Leitung Albino Pallotta

## Fotobuch erstellen (Ifolor)

Anstelle von Kleben heißt es nun Klicken – Fotobücher, erstellt mit Ihren eigenen Fotos, persönlich, ausdrucksstark, individuell. Sie

arbeiten mit demselben Programm, das Sie auch zu Hause einsetzen können.

Kurs 1 Dienstag, 9–12 Uhr  
11.9.–25.9.  
Kurs 2 Mittwoch, 9–12 Uhr  
14.11.–28.11.  
Kosten CHF 240.– (3 x 180 Min.)  
Leitung Zoe Tempest  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

## Daten und Fotos richtig ablegen und finden

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihre Daten – Briefe, Fotos, Musik und vieles mehr – auf Ihrem Computer sinnvoll ablegen und dann auch wieder finden können.

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 17.9.  
Kurs 2: 5.11.  
Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Graber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestrasse 110, Horgen

## Suchen und Finden im Internet

Im Internet finden Sie im Prinzip alles, aber die Suche kann manchmal ganz schön aufwendig sein. In diesem Kurs lernen Sie folgende Bereiche kennen: Suche nach Themen im Internet, was ist eine Suchmaschine, Tipps und Tricks für effizientes Suchen: Wie finde ich SBB-Fahrpläne, Wetter- und Reiseanbieter etc.

Wann Montag, 13.30–16.50 Uhr  
Kurs 1: 24.9.  
Kurs 2: 12.11.  
Kosten CHF 120.–  
Leitung Rolf Graber  
Kursort Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

## Schnupperkurs Excel

Sie kennen das Programm Word und möchten auch Excel einsetzen. Ihnen fehlt der richtige Einstieg zum Benutzen der Tabellenkalkulation Excel. Lerninhalte:

- Starten von Excel
- Oberfläche (Zeilen, Spalten, Funktionen und Einstellungen)
- Daten eingeben (Text, Datum, Zahlen, Uhrzeit)
- Kopieren und Einfügen von Werten, Autoausfüllen
- Berechnungen (Addition, Multiplikation etc.)
- Praxisbeispiele

## Mobil sein & bleiben



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 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	Gratis
Leitung	Zürcher Verkehrsverbund
Anmeldung	<a href="mailto:contact@zvv.ch">contact@zvv.ch</a>

## Turbenthal

Wann Donnerstag, 6.9.  
13.30-17.00 Uhr  
Kursort Gemeindehaus, Tösstalstr. 56

Pfäffikon ZH

Wann Donnerstag, 13.9.  
13.30-17.00 Uhr  
Kursort Alterszentrum Sophie Guyer,  
Zelgliistr. 7

Horgen

Wann Donnerstag, 20.9.  
13.30-17.00 Uhr  
Kursort Schinzenhof, Alte Landstr. 24

## Bonstetten

Wann Dienstag, 25.9.  
8.30-12.00 Uhr  
Kursort Kath. Kirchgemeindehaus,  
Stallikerstr. 2

## Wetzikon

Wann Donnerstag, 4.10.  
8.30-12 Uhr  
Kursort SUVA Wetzikon,  
Guyer-Zeller-Str. 27

Wann	Montag, 13.30–16.50 Uhr 26.11.
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Rolf Gruber
Kursort	Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

#### Schnupperkurs Word

Ihnen fehlt der richtige Einstieg zum Benützen des Textverarbeitungssystems Word? Sie fühlen sich unsicher bei der Benützung? Sie bleiben immer wieder bei den gleichen Startproblemen hängen? In diesem Kurs geben wir Ihnen einen Einstieg ins Word und reservieren uns Zeit für Ihre Fragen.

Wann	Montag, 13.30–16.50 Uhr
Kurs 1:	1.10.
Kurs 2:	19.11.
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Rolf Gruber
Kursort	Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

#### Erste Schritte mit Windows 10

Sie besitzen PC/Notebook mit Windows 10, haben aber niemanden, der Ihre Fragen beantworten kann? Welches sind die wichtigsten Ratschläge für die Arbeit mit dem Computer? Lerninhalte:

- Computer starten /Worauf Sie achten müssen
- Anwenden der Tastatur (Tastenkombinationen)
- Anwenden der Maus (rechte und linke Maustaste)
- Was sind Ordner und Dateien auf dem Computer
- Programm starten und einen Text abspeichern

Wann	Montag, 13.30–16.50 Uhr
Kurs 1:	3.9.
Kurs 2:	22.10.
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Rolf Gruber
Kursort	Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen

#### Windows 10 kennen und anwenden

Windows 10 ist in aller Munde. Sie lernen die Grundfunktionen kennen. Wir zeigen Ihnen nutzbringende Neuerungen von Windows 10 und die wichtigsten Unterschiede zu den vorherigen Versionen auf.

Wann	Montag, 13.30–16.50 Uhr
Kurs 1:	10.9.
Kurs 2:	29.10.
Kosten	CHF 120.–
Leitung	Rolf Gruber

Kursort	Bildungszentrum Zürichsee Seestr. 110, Horgen
---------	--

## Computerias

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

### Adliswil

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

### Dübendorf

Computer-Treff in der Stadtbibliothek:

[www.stadtbiblio-duebendorf.ch](http://www.stadtbiblio-duebendorf.ch)

### Herrliberg

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

### Iltnau-Effretikon

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

### Richterswil

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

### Kilchberg und Rüschlikon

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

**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 Einsteigerinnen und Einsteiger: More «Get Ready for Holidays»

Fortsetzung für (Wieder-)Einsteigende

**NEU 50%**

Kurs 14.2018.01

Diesen Grundkurs können Sie besuchen, wenn Sie minimale Vorkenntnisse haben oder bereits an einem Kurs «Get Ready for Holidays» teilgenommen haben. Sie machen sich mit dem englischen Reise- und Ferienwortschatz vertraut. Erleben Sie, wie es Spass macht, Englisch für die Ferien oder eine Reise zu lernen. In diesem Kurs machen Sie im Kursbuch «Jeder kann Englisch lernen» ab Kapitel 8 weiter.

**Wann** Freitag, 9–10.30 Uhr  
21.9.–7.12. (ausser 23.11.)

**Kosten** CHF 330.– (11 × 90 Min.) bei 9–12 Teilnehmenden

**Leitung** Yvonne Rimle  
Ausbilderin, Stadtärztin  
Englischsprechende

**Anmeldung** bis 10 Tage vor Kursbeginn

## Englisch Konversationskurse A2–B2

**50%**

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** Donnerstag, 8.45–10.15 Uhr  
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 (Klein gruppenzuschlag)

**Leitung** Gabriela Meier  
Ausbilderin und Englischlehrerin

**Anmeldung** laufend

## 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.

## Englisch Konversation und Lektüre B1/B2



50%

15.2018.03

Sie unterhalten sich über Kunst, Gesellschaft, Politik, Sport, Literatur und Freizeit. Als Vorbereitung für anregende Diskussionen dient die gemeinsame Lektüre kürzerer englischer Texte und Zeitungsartikel. Zudem lesen, analysieren und besprechen Sie einfach zugängliche Literatur, wobei wir alle möglichen Genres vom Kriminalroman (Raymond Chandler) bis zum Klassiker (Ernest Hemingway) berücksichtigen.

Wann Freitag, 13.15–15.00 Uhr  
21.9.–30.11.

Kosten CHF 340.– (11 × 105 Min.) bei 8 – 14 Teilnehmenden  
CHF 450.– (11 × 105 Min.) bei 6 – 7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Leitung Dominik J. Schaller  
Wissenschaftler und Dozent für neuere Geschichte

Anmeldung laufend



50%

16.2018.05

«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  
19.9.–5.12. (ausser 10.+17.10.)

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

## Italienisch A1/A2



NEU

Wann

A1: Dienstag, 9.15–10.45 Uhr  
A1: Mittwoch, 8.50–10.20 Uhr  
A2: Mittwoch, 10.30–12.00 Uhr

Kosten

CHF 330.– (14 × 90 Min.) für Mitglieder  
CHF 370.– (14 × 90 Min.) für Nichtmitglieder

Leitung

Maria Clara Räber

Kursort  
Katholisches Pfarramt  
Neuwiesenstr. 17, Uster

## Spanisch A1



NEU

Wann

A1: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr  
A2: Dienstag, 15.00–16.30 Uhr

Kosten

CHF 330.– (14 × 90 Min.) für Mitglieder  
CHF 370.– (14 × 90 Min.) für Nichtmitglieder

Leitung

Fanny Zimmermann

Kursort  
Selbsthilfenzentrum  
Werk 1, Uster

## Englisch Fortsetzung 3, A1.2



50%

12.2018.03

«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  
17.9.–3.12. (ausser 19.11.)

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

## Unterland und Furttal

### Laufende Sprachkurse Englisch, Französisch, Italienisch und Spanisch

Wann Auf Anfrage

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

Anmeldung laufend

## Uster- Zürcher Oberland

### Englisch A1-B2



Wann

A1: Montag, 10.15–11.45 Uhr

A1: Montag, 13.30–15.00 Uhr

A2: Montag, 15.15–16.45 Uhr

A1: Dienstag, 8.30–10.00 Uhr

A1: Mittwoch, 9.15–10.45 Uhr (Neu)

B2: Dienstag, 10.15–11.45 Uhr

B2: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr

CHF 330.– (14 × 90 Min.) für Mitglieder

CHF 370.– (14 × 90 Min.) für Nichtmitglieder

Leitung Brigitte Frey, Andrea Strommer und Kathrin Kohler

Kursort  
Katholisches Pfarramt, Jugendhaus frjz, Tertianum Uster und Pfingstgemeinde je nach Kursangebot

## 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: Maja Fäh

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

CHF 240.– (10 × 90 Min.)

Leitung Lissa Pfenninger

Kursort morgens: Quartierwohnzimmer, Bahnhofstr. 256, Wetzikon

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

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

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 A2



Wann	Mittwoch, 9–11 Uhr 22.8.–3.10., 24.10.–12.12.
Kosten	CHF 450.– (15 × 120 Min.)
Leitung	Lisa Leutenegger, Englisch- lehrerin

### Englisch A2/B1



Wann	Dienstag, 9.15–11.15 Uhr 11.9.–30.10.
Kosten	CHF 240.– (8 × 120 Min.)
Leitung	Doris Scriven Dipl. RSA DOTE

## Französisch B1/B2



Wann	Montag, 9.45–11.15 Uhr 17.9.–1.10., 29.10.–26.11.
Kosten	CHF 180.– (8 × 90 Min.)
Leitung	Ursula Schulthess lic. phil. I

## Italienisch A2



Wann	Donnerstag, 13.30–15.00 Uhr 23.8.–4.10., 25.10.–13.12.
------	---

Kosten	CHF 340.– (15 × 90 Min.)
Leitung	Rosella Federici

## Russisch A2/B1



Wann	Montag, 17–19 Uhr 20.8.–1.10., 22.10.–10.12.
Kosten	CHF 450.– (15 × 120 Min.)
Leitung	Elena Stutz Russischlehrerin

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 21.9.–30.11.
Kosten	CHF 390.– (11 × 105 Min.) 8–14 Teilnehmende
Leitung	Dominik J. Schaller Wissenschaftler und Dozent für neuere Geschichte
Anmeldung	laufend

## Unterland und Furttal

### Erzählcafé

Wir treffen uns bei einem Café 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 Daten auf Anfrage
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 Spass dabei.

Wann	Freitag, 14–16 Uhr Daten auf Anfrage
Kosten	CHF 180.– (6 × 120 Min.) ab 7 Teilnehmenden
Leitung	Kate Murrie

## Uster – Zürcher Oberland

### Mandala

Geben Sie Ihrer Kreativität Raum und Zeit und lassen Sie sich von der Ruhe und Gelassenheit überraschen, die das Malen von Mandalas bringen kann. Bitte Malstifte und, wenn vorhanden, Mandalavorlagen mitbringen.

Wann	Donnerstag, 9–11 Uhr 30.8., 20.9., 18.10., 15.11., 6.12.
Kosten	CHF 40.– (5 × 120 Min.) plus Konsumation im Restaurant
Leitung	Marlies Sigg

Kursort

Uschter 77, Säli von Restaurant Stella del Centro

## Uster

### Kalligrafie-Kafi

Das Kalligraphie-Kafi ist für Schreibbegeisterte und Interessierte, die es noch werden wollen. Dabei lassen wir uns von Vorlagen inspirieren und probieren gemeinsam verschiedene Stifte und Techniken aus. Bitte Karton als Malunterlage, Schreibmaterial, Pinsel, Schere und Lineal mitbringen. Maximal 10 Teilnehmende.

Wann Mittwoch, 9–11 Uhr

3.10. + 5.12.

Freitag, 9–11 Uhr

7.9. + 9.11.

Kosten CHF 70.– (2 × 120 Min.), CHF 140.– (4 × 120 Min.) für Mitglieder (plus Konsumation im Restaurant)

CHF 110.– (2 × 120 Min.),

CHF 180.– (4 × 120 Min.) für Nichtmitglieder (plus Konsumation im Restaurant)

Leitung Susanne Bischoff  
Kursort Uschter 77, Säli von Restaurant Stella del Centro

Wann Donnerstag, 14–16 Uhr  
1.11., 8.11., 15.11., 22.11.  
Kosten CHF 100.– für Mitglieder,  
CHF 140.– für Nichtmitglieder  
(4 × 120 Min.)  
Leitung Theres Kolar  
Kursort noch offen

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

## Musikkurs

### NEU

Begegnung mit grossen europäischen Komponisten: Die bedeutenden italienischen Opernkomponisten Gioachino Rossini und Vincenzo Bellini, Hector Berlioz, einer zentralen Figur der französischen Musik im 19. Jahrhundert, und Jean Sibelius, dem vielleicht wichtigsten Komponisten Finnlands.

Wann Donnerstag, 9.30–12 Uhr  
25.10., 1.11., 8.11., 15.11.

Kosten CHF 80.– (4 × 150 Min.)

Leitung Wolfgang Langer

Kursort Tertianum

Industriestr. 10, Uster

Anmeldung Wolfgang Langer

Telefon 043 542 41 92

wolfgang.langer@gmx.ch

## Patience legen

### NEU

Im Grundkurs lernen Sie Schritt um Schritt das «Auslegen» und sogenannte «Aufgehen» von verschiedenen Spielen. Und dies ohne Partnerin oder Partner, da Patience nur mit sich alleine gespielt wird.

## Jasskurs für Anfänger

### NEU

Der Kurs beginnt mit Kartenlegen und vermittelt die Kartenspiele Tschau Sepp, Schellenjass, Obenabe, Jassen mit Trumf und den Schieber. Es sind keine Jasskenntnisse notwendig.

Wann Montag, 14–16.15 Uhr  
5.11., 12.11., 19.11., 3.12.,  
10.12.

Kosten CHF 90.– (5 × 135 Min.)

Leitung Ruedi Pfaffhauser

Kursort Erwachsenenbildner SVEB I

Anmeldung Tertianum

Industriestr. 10, Uster

Ruedi Pfaffhauser

Telefon 044 940 93 45

ruedi.pfaffhauser@hispeed.ch

## Wetzikon – Zürcher Oberland

### Musikkurs XVI

Es werden die Komponisten Rossini, Bellini, Berlioz und Sibelius vorgestellt.

Maximal 12 Teilnehmende.

Wann Montag, 14–16 Uhr  
3.9., 10.9., 24.9., 8.10.

Kosten CHF 100.– (4 × 120 Min.)

Leitung Wolfgang Langer

Kursort PSZH

DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

## Kunstkurs

Zentral in diesem Kurs stehen Paula Modersohn-Becker, Suzanne Valadon, Sonia Delaunay und Frida Kahlo mit ihren Werken.

Minimal 15 Teilnehmende.

Wann Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr  
14.11., 21.11., 28.11., 5.12.,  
12.12.

Kosten CHF 110.– (5 × 120 Min.)

Leitung Veronika Kuhn

lic. phil. I

Kursort PSZH

DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

## «Singen für Senioren»

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

Wann Mittwoch, 10–11 Uhr

Kosten CHF 100.– (10 × 60 Min.)

Leitung Manuel Oertli

Kursort Canario

Zürcherstr. 29, Wetzikon

## Biografisches Schreiben

Wie war und ist Ihr Leben? Gibt es einen roten Faden, der sich durch die Jahre zieht?

Wann Freitag, 14–17 Uhr

2.11., 9.11., 16.11., 30.11.

Kosten CHF 150.– (4 × 180 Min.)

Leitung Silvana Jecklin

Kursort PSZH

DC Oberland

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

## 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

9.10. + 11.12.

Kosten CHF 50.– (2 × 120 Min.)

Leitung Iris Kellerhals

Erwachsenenbildnerin

Anmeldung bis 18.9.

## 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

26.9., 31.10., 28.11., 19.12.

Leitung Astrid Schöni

**Stubete «zäme singe»**



Einmal im 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  
28.8., 25.9., 30.10., 27.11.

**Leitung** Brigitte Schneider

**Komponisten I**

In diesem Kurs werden Ihnen die Komponisten Anton Bruckner, Richard Strauss, Franz Lehár und Gustav Mahler vorgestellt. Sie hören Musik und erfahren mehr über das Leben jedes Künstlers.

**Wann** Freitag, 10–12 Uhr  
21.9., 5.10., 19.10., 2.11.

**Kosten** CHF 120.– (4 × 120 Min.)

**Leitung** Wolfgang Langer

**Anmeldung** bis 10.9.

**Flötenkurs**

Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen und Ihre Sopran- und Altblockflöte aktivieren? Oder möchten Sie dieses Instrument neu erlernen? Für ältere Menschen ist es ein gutes mentales und didaktisches Training, also gut für Herz, Hirn und Hand.

**Wann** Donnerstag, 9.30–11.30 Uhr  
6.9.–11.10.

**Kosten** CHF 240.– (6 × 120 Min.)

**Leitung** Noemi Burri-Streib

**Anmeldung** bis 27.8.

**Flötenclub**

Im Anschluss an den Flötenkurs geben wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse weiterzuentwickeln und in einer Gruppe Ihr Repertoire auszubauen. Sollten Sie auf die Einführung verzichten wollen, weil Sie über einige Kenntnisse verfügen, können Sie direkt in den Flötenclub einsteigen.

**Wann** Donnerstag, 9.30–11.30 Uhr  
1.11., 6.12.2018, 10.1., 7.2.,  
7.3., 4.4., 2.5., 6.6.2019

**Kosten** CHF 240.– (8 × 120 Min.)

**Leitung** Noemi Burri-Streib

**Anmeldung** bis 22.10.

**Schieberjasskurs (Aufbaukurs)**

Lernen Sie den «Nationalsport Nummer eins» der Schweiz kennen. Der Schieberjass gehört zu den beliebtesten und bekanntesten

Jassvarianten der Schweiz. Im Aufbaukurs perfektionieren Sie Ihr Können und lernen die Feinheiten des Jassens kennen. Gute Vorkenntnisse sind für diesen Kurs erforderlich.

**Wann** Mittwoch oder Donnerstag, 14–16 Uhr  
24.10., 1.11., 7.11., 14.11.,  
21.11., 29.11.

**Kosten** CHF 160.– (6 × 120 Min.)

**Leitung** Albert Hagenbacher

**Anmeldung** bis 3.10.

**Zimmerberg**

**Literatur-Treff**

Mögen Sie Bücher? Möchten Sie sich in ungezwungener Atmosphäre über gelesene Bücher austauschen? 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  
3.9., 1.10., 5.11., 3.12.

**Kosten** CHF 20.– (4 × 120 Min.)

**Leitung** Elsbeth Müller

Dipl. Buchhändlerin

**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 Teilnehmer\*innen 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 kundiger Führung besucht die Kulturgruppe alle 14 Tage Museen, macht

Stadtrundgänge der besonderen Art oder besucht spezielle Betriebe oder 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

**Seniorenorchester**

Wir proben etwa zwanzig Mal pro Jahr und treten in Altersheimen, an Seniorenanlässen etc. 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, die neue Leute treffen, spielen, diskutieren und Ausflüge planen möchten.

Kommen Sie vorbei, wir treffen uns jeden zweiten Donnerstagnachmittag im Restaurant Binzgarten.

**Christina Wünn** 044 315 52 44  
christina.wuenn@gz-zh.ch

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

Wann	23.8. + 24.8. Zürich 30.8. + 31.8. Wetzikon 6.9. + 7.9. Winterthur 25.10. + 26.10. Schaffhausen 25.10. + 26.10. Thalwil 8.11. + 9.11. Wetzikon 22.11. + 23.11. Winterthur jeweils 8.30 – 17 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 <a href="http://www.avantage.ch">www.avantage.ch</a>

## 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 Eignung statt. Wir bitten Sie deshalb um frühzeitige Kontaktaufnahme.

Für	Region Stadt Zürich und Zimmerberg
Wann	Mittwoch, 3.10., 13.30–17 Uhr Donnerstag, 4.10., 9–12 Uhr
Kosten	gratis
Kursort	Dienstleistungscenter Zürich Seefeldstr. 94a, Zürich
Anmeldung	Brigit Ruprecht / Stefan Müller 058 451 50 00 <a href="mailto:treuhanddienst@pszh.ch">treuhanddienst@pszh.ch</a>
Für	übrige Regionen
Wann	Mittwoch, 7.11., 13.30–17.30 Uhr Donnerstag, 8.11., 13.30–17.30 Uhr Freitag, 9.11., 8.30–12.30 Uhr
Kosten	gratis
Kursort	Dienstleistungscenter Oberland Bahnhofstr. 182, Wetzikon
Anmeldung	Ruth Hunn / Hanna Urech 058 451 53 40 <a href="mailto:treuhanddienstoberland@pszh.ch">treuhanddienstoberland@pszh.ch</a>



## 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](http://www.pszh.ch/spenden)

## PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

Impressum Beilage zu Visit 3/2018 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](mailto:info@pszh.ch)  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

## PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER