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

**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich

**Band:** - (2018)

**Heft:** 4: Traditionen und Wertewandel : Tradition pflegen, Rituale leben und

Werte hochhalten, das ist gerade auch für ältere Menschen wichtig : doch lebendige Traditionen entwickeln sich, stiften Identität und

schenken Geborgenheit

**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: 22.11.2025** 

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



Eine gute Kommunikation zwischen Arzt und Patient ist grundlegend für die richtige Diagnose und Therapie, den Behandlungserfolg, die Patientenzufriedenheit und das Vertrauen zum Arzt. Auch als Patientin oder Patient können Sie einiges dazu beitragen, dass das Gespräch mit dem Arzt/der Ärztin – bei den oft nur kurzen Sprechstundenzeiten – besser gelingt.

Möchten Sie sich optimal auf einen Arztbesuch vorbereiten, damit das Gespräch besser gelingt und Sie ihre Anliegen selbstsicher einbringen?

(Kurs: 2 × 120 Minuten)

Teil 1: Theoretische Grundlagen

Teil 2: Praktische Übungen, Gedankenaustausch etc.

Nähere Informationen zu Daten, Kosten und Anmeldung finden Sie unter www.pszh.ch > Sport und Bildung > Gesundheit und Prävention.

Telefon 058 451 50 00 dc.zuerich@pszh.ch

Kanton Zürich www.pszh.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 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

#### Stadt Zürich

#### Gedächtnis-Training



#### 01.2019.01

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 kennen lernen? Dieser Kurs bildet die Grundlage für die Teilnahme am monatlichen Gedächtnis-Träff.

Wann Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr

20.2.-24. 4. (ohne 6.3., 3.4.)

Kosten CHF 220. – (8 × 120 Min.)

bei 8–12 Teilnehmenden CHF 300.– (8 × 120 Min.) bei 6–7 Teilnehmenden

(Kleingruppenzuschlag)

Leitung Gabriela Meier

Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung Bis 6.2.

#### Gedächtnis-Träff



## 02.2019.01

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, 9.30–11.30 Uhr

6.2., 6.3., 3.4., 8.5., 5.6.

Kosten CHF 135.- (5 × 120 Min.)

bei 8–12 Teilnehmenden,

CHF 185.- (5 x 120 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden

(Kleingruppenzuschlag)

Leitung Gabriela Meier

Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung Bis 25.1.

#### Gedächtnis-Träff



02.2019.02 und 02.2019.03 Reservekurs 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. Kurs 02.2019.02

Wann Freitag, 13.15–15.15 Uhr

18.1., 15.2., 8.3., 12.4., 10.5.

Kosten CHF 135.- (5 × 120 Min.)

bei 8–12 Teilnehmenden CHF 185.– (5 × 120 Min.) bei 6–7 Teilnehmenden

(Kleingruppenzuschlag)

Kurs 02.2019.03

Wann: Freitag, 10.00–12.00 Uhr

(Reservekurs)

Der Kurs am Freitagmorgen wird durchgeführt, sofern die «Träffs» am Mittwochmorgen

und Freitagnachmittag genügend Anmeldungen haben. (Gleiche Kosten wie die

obigen Gedächtnis-Träffs).

Leitung Iris Kaufmann

Gedächtnistrainerin SVTG

Anmeldung Bis 4.1.

# 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 12/18 Dienstag, 14–16 Uhr 27.11. + 11.12.

Kurs 1/19 Mittwoch, 9–11 Uhr 16. + 30.1.

Kurs 2/19 Donnerstag, 14–16 Uhr 14. + 28.2.

Kosten CHF 80. – exkl. Docupass

(2 × 120 Min.) Leitung Barbara Läuchli

ng Barbara Läuchli Sozialarbeiterin Pro Senectute

Sozialarbeiterin Pro Senectute
Kanton Zürich

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

# klubschule

#### Allgemeine Informationen Klubschule

MIGROS

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.

Details Daten und weitere Angaben finden Sie auf www.pszh.ch > Sport und Bildung > Digitale Kommunikation > Angebote zeigen

# 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

CHF 550.- inkl. Lehrmittel

 $(4 \times 200 \text{ Min.})$ 

Siehe allgem. Infos Klubschule Details

### Einsteigerkurs: iPhone

Kosten

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 CHF 340. - inkl. Lehrmittel Kosten

 $(2 \times 200 \text{ Min.})$ 

Siehe allgem. Infos Klubschule Details

# 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 CHF 340. - inkl. Lehrmittel Kosten

(2 × 200 Min.)

Details Siehe allgem. Infos Klubschule

# Einsteigerkurs: Android-Smartphones und Tablets im Alltag Basis

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

Kleingruppe Maximal 8 Teilnehmende Kosten CHF 340.- inkl. Lehrmittel

 $(2 \times 200 \text{ Min.})$ 

Siehe allgem. Infos Klubschule

# 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.

Mittwoch, 9.30-11.30 Uhr Wann

9.1., 6.2., 6.3., 3.4., 8.5., 5.6.

Kosten

CHF 120.- (6 × 120 Min.) Susanne Fritschi und Danielle

Leitung

Müller

Gedächtnistrainerinnen SVGT

Anmeldung Bis 19.12.



# 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 01/19

Wann Mittwoch, 14-16 Uhr

16.1. + 23.1.

CHF 80. - exkl. Docupass Kosten

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

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

# Digitale Kommunikation

#### Zimmerberg

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



Details



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, 8.2., 14-16 Uhr

Leitung

Laptop, iPad, Tablet oder Mitbringen

Smartphone

# 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 für Einsteigerinnen und Einsteiger: More «Get Ready for Holidays» - Einsteiger plus -







Kurs 13.2019.01

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 Reisen zu lernen.

Wann Freitag, 9-10.30 Uhr

18.1.-5.4. (ausser 15.2.)

CHF 330.- (11 × 90 Min.) Kosten

bei 8-12 Teilnehmenden CHF 440.- (11 × 90 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Leitung Yvonne Rimle

Ausbilderin, Stadtführerin

Englischsprechende

Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

#### «Listen and Speak» für Wiedereinsteigende Niveau A2







# 11.2019.01

«Listen and Speak» eignet sich für Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger, die ihre einmal erworbenen Sprechfähigkeiten auffrischen und vertiefen möchten. Anhand von einfachen Alltagsgesprächen (z.B. einkaufen, Erlebtes erzählen) und Lebenssituationen (z.B. Freizeit, Gesundheit) sowie weiteren Themen (z.B. Kultur, Hobby) vertiefen Sie Ihre erworbenen Sprechfähigkeiten in Kleingruppen und im Plenum. Etwas Englischkenntnisse setzen wir voraus.

Freitag, 10.45-12.15 Uhr Wann 18.1.-5.4. (ausser 15.2.)

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 Bis 7.1.

### Englisch Konversationskurse A2-B1.2







10.2019.01 / 10.2019.02 / 10.2019.03 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 Kurs 10.2019.01:

> Montag, 10.30-12.00 Uhr 14.1.-25.3. (ausser 11.2.)

Kurs 10.2019.02:

Donnerstag, 8.45-10.15 Uhr

Kurs 10.2019.03:

Donnerstag, 10.30-12.00 Uhr

17.1.-28.3. (ausser 14.2.) CHF 300.- (10 × 90 Min.)

bei 8-10 Teilnehmenden CHF 400.- (10 × 90 Min.)

bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)

Gabriela Meier, Ausbilderin und Englischlehrerin

Anmeldung Laufend

#### Englisch Konversation und Lektüre B1.2



Kosten

Leitung





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

18.1.-29.3.

CHF 340.- (11 × 105 Min.) Kosten

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

Dominik J. Schaller Leitung

Wissenschaftler und Dozent

für neuere Geschichte

Anmeldung Laufend

#### Spanisch Fortgeschrittene B1





16.2019.01

«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 eine «Schnupperlektion» oder einen «Einstufungstest».

Wann Mittwoch, 14.15-16.00 Uhr

23.1.-3.4. (ausser 13.2.)

CHF 310.- (10 × 105 Min.) Kosten

> 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 und Italienisch



Wann Auf Anfrage

Kosten CHF 255.- (17 × 60 Min.)

bei 7 Teilnehmenden

Anmeldung Laufend

#### Laufende Sprachkurse Spanisch

Wann Kosten

Auf Anfrage

CHF 255.- (17 × 60 Min.)

bei 7 Teilnehmenden

Anmeldung Laufend



# Uster – Zürcher Oberland Englisch A1 – B2



bei allen A1-Kursen

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, 8.45–10.15 Uhr
A1: Mittwoch, 10.30–12.00 Uhr
A1: Mittwoch, 10.15–11.45 Uhr
B2: Dienstag, 10.15–11.45 Uhr
B2: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr

Kosten CHF 470. – für Mitglieder (20 × 90 Min.)

CHF 510. – für Nichtmitglieder (20 × 90 Min.)

Andrea Strommer, Käthi Weber und Brigitte Frey

Kursort Noch offen

## Italienisch A1 / A2



Leitung

Wann Al: Diens

A1: Dienstag, 9.15–10.45 Uhr A1: Mittwoch, 8.50–10.20 Uhr A2: Mittwoch, 10.30–12.00 Uhr Kosten CHF 470. – für Mitglieder (20 × 90 Min.)

CHF 510.- für Nichtmitglieder (20 × 90 Min.)

Leitung Maria Clara Räber Kursort noch offen

#### Spanisch Al



Wann Al: Dienstag, 13.30–15.00 Uhr A2: Dienstag, 15.00–16.30 Uhr

Kosten CHF 470. – für Mitglieder

(20 × 90 Min.)

CHF 510. – für Nichtmitglieder (20 × 90 Min.)

Leitung Fanny Zimmermann

Kursort Noch offen

# 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.- ( $10 \times 90$  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 Kosten CHF 240.– (10 × 90 Min.)

Leitung Lissa Pfenninger
Kursort Morgens: Quartierwohn-

zimmer, Bahnhofstr. 256,

Wetzikon

Nachmittags: Hittnauerstr. 32,

Wetzikon

#### Italienisch A2



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

Bahnhofstr. 182, Wetzikon

# Zimmerberg

### **Englisch Konversation A2**





Mittwoch, 9-11 Uhr Wann

16.1.-6.2.,27.2.-17.4.,

8.5.-26.6.

CHF 600.- (20 × 120 Min.) Kosten

Lisa Leutenegger Leitung Englischlehrerin

# Englisch Konversation A2 / B1







Dienstag, 9.15-11.15 Uhr Wann 8.1.-26.2. Kurs 1

12.3.-30.4. Kurs 2

CHF 240.- (8 × 120 Min.) Kosten

Doris Scriven Leitung Dipl. RSA DOTE

#### Französisch Konversation B1







Montag, 9.45-11.15 Uhr Wann

14.1.-4.2, 25.2.-15.4.,

13.5.-20.5.

CHF 315.- (14 × 90 Min.) Kosten

Ursula Schulthess Leitung lic. phil. I

#### Italienisch A2





Donnerstag, 13.30-15.00 Uhr

10.1.-7.2., 28.2.-11.4., 2.5.-23.5., 6.6.-27.6.

Kosten CHF 450.- (20 × 90 Min.) Rosella Federici Leitung

#### Russisch für Fortgeschrittene A2 / B1





Montag, 17-19 Uhr Wann 14.1.-4.2., 25.2.-15.4.,

6.5.-3.6.,17.6.-1.7.

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

Elena Stutz Russischlehrerin

#### Ausdruck und Kreativität

#### Stadt Zürich

#### «Geschichte - für einmal lebendig»







#### 20.2019.01

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

18.1.-29.3.

Kosten CHF 390.- (11 × 105 Min.)

bei 8-14 Teilnehmenden

CHF 500.- (11 × 105 Min.) Kosten

bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag) Dominik ]. Schaller

Wissenschaftler und Dozent für

neuere Geschichte

Anmeldung Laufend

# Winterthur und Weinland

#### Märchen

Leitung



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 26.2. + 7.5.

Kosten CHF 50.- (2 × 120 Min.)

Leitung Iris Kellerhals Erwachsenenbildnerin

Anmeldung Bis 5.2.

#### Erzählcafé







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

Wann Mittwoch, 14-16 Uhr

> 28.11., 19.12.2018, 30.1., 27.2., 27.3., 24.4., 29.5.

Astrid Schöni Leitung

# 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

27.11.2018, 29.1., 19.2., 26.3., 16.4., 28.5., 25.6.

Leitung Brigitte Schneider

# Komponisten II



Franz Schubert und sein gesamtes Werk werden Ihnen in diesem Kurs nähergebracht. Von leichten Tänzen und Menuetten über seine bekannten Lieder bis zur lateinischen Messe hören Sie seine Musik und lernen den Komponisten und sein Leben kennen.

Wann Freitag, 10-12 Uhr

15.2., 1.3., 15.3., 29.3.

Kosten CHF 120.- (4 × 120 Min.)

Leitung Wolfgang Langer

Anmeldung Bis 1.2.

#### Patience-Kurs (Grundkurs)



Für die spannenden Patience-Spiele braucht es weder eine Partnerin noch einen Partner. Im Grundkurs lernen Sie Schritt für Schritt, verschiedene Spiele auszulegen. Zu jedem Spiel erhalten Sie leicht verständliche, detaillierte Unterlagen.

Wann Mittwoch, 14-16 Uhr

16.1., 23.1., 6.2., 13.2., 20.2.

CHF 110.-  $(5 \times 120 \text{ Min.})$  inkl. Unterlagen, ohne Spielkarten

Theres Kolar Leitung Anmeldung Bis 19.12.

#### Schreibwerkstatt



Kosten

Wir spielen mit unserer Vorstellungskraft und bringen diese auf unsere Art zu Papier. Blicken Sie zurück in die Vergangenheit und

#### **BILDUNG UND KULTUR**

suchen Sie dort nach bunten Erlebnissen, die Sie schon immer aufschreiben wollten. Lassen Sie sich überraschen, was ein Blick zurück, einer auf heute oder morgen, bei Ihnen an Ideen und Fantasien auslöst.

Wann

Montag, 9-11.30 Uhr

14.1., 28.1., 11.2., 25.2.

Kosten Leitung CHF 180. – (4 × 150 Min.) Rosmarie Gerber

Schreibpädagogin

Anmeldung Bis 21.12.

### Zimmerberg

Eigene Ausdrucksformen finden und zulassen



Der Körper ist Ausdrucksquelle. Wenn ich eine positive Beziehung zu ihm habe, möchte ich ihm auch Aufmerksamkeit schenken und herausfinden, was ihm guttut, was ich an ihm betonen und was ich mit ihm machen möchte. Auf spielerische Weise wird die Sinneswahrnehmung geschärft, und Sie lernen verschiedene Ausdrucksmöglichkeiten kennen.

Wann

Montag, 14–16 Uhr

21.1.-11.2.

Kosten CHF 160.- (4 × 120 Min.)

Leitung Erika Steiger

Msc. Organisationsentwicklerin, dipl. Pädagogin/ dipl. Sozialpädagogin

Anmeldung Bis 11.1.

# 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

24.1. + 25.1. Winterthur

31.1. + 1.2. Zürich 28.2. + 1.3. Wetzikon jeweils 8.30–17 Uhr

Kosten Einzelpe

Einzelpersonen CHF 700.-Paare CHF 1350.-

Anmeldung AvantAge Fachstelle Alter und

Arheit

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 11.

Impressum Beilage zu Visit 4/2018 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