

Zeitschrift:	Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber:	Pro Senectute Kanton Zürich
Band:	- (2019)
Heft:	2: Neue Ziele finden : wie sich Menschen nach der Pensionierung neu orientieren und engagieren : Beispiele, die Mut machen und inspirieren
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: 12.01.2026

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

Einführungskurs Stand Up Paddling

Stand Up Paddling ist leicht zu lernen und die Touren auf dem Wasser machen Spass. Gleichzeitig trainiert der Wassersport Koordination, Gleichgewicht und die Muskeln am ganzen Körper. An zwei Morgen lernen Sie den richtigen Umgang mit Brett und Paddle. Voraussetzung: Schwimmkenntnisse.

Kilchberg

Wann	<u>Kurs 1:</u> Freitag, 28.6. + 5.7. 10.30–12.00 Uhr
	<u>Kurs 2:</u> Freitag, 12.7. + 19.7. 10.30–12.00 Uhr
	<u>Kurs 3:</u> Dienstag, 13.8. + 20.8. 10.30–12.00 Uhr
Kosten	CHF 120.– (2 × 90 Min.) inkl. Brett, Paddle, Auftriebsweste, Neoprenanzug bei Kälte 6–12 Teilnehmende
Leitung	InstruktorInnen von 2 Legends by Spinout
Kursort	2 Legends by Spinout Seestr. 184, 8802 Kilchberg
Anmeldung	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Zimmerberg Alte Landstr. 24, Horgen Telefon 058 451 52 20

Aufbaukurs Stand Up Paddling

Vertiefung der Basiskenntnisse im SUP. Zusammen paddeln wir eine kleine Tour auf dem Zürichsee. Voraussetzung: Besuch Einführungskurs oder einige Stunden praktische SUP-Erfahrung. Sie können 1,5 Stunden am Stück im Wasser sein.

Kilchberg

Wann	<u>Kurs 1:</u> Freitag, 28.6., 13.30–16.00 Uhr
	<u>Kurs 2:</u> Freitag, 19.7., 13.30–16.00 Uhr
	<u>Kurs 3:</u> Dienstag, 20.8., 13.30–16.00 Uhr
Kosten	CHF 100.– (1 × 150 Min.) inkl. Brett, Paddle, Auftriebsweste, Neoprenanzug bei Kälte 3–6 Teilnehmende

Leitung	Trainer von 2 Legends by Spinout
Kursort	2 Legends by Spinout Seestr. 184, 8802 Kilchberg
Anmeldung	siehe Anmeldung Einführungskurs Stand Up Paddling

BILDUNG UND KULTUR

Informationen

Die Legende/Erklärung zu folgenden Symbolen finden Sie auf Seite 4.



Auf Anfrage 50% Preisreduktion ab Kurspreis CHF 300.– für EL-Beziehende in Kursen von Bildung und Kultur.

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 28 eva.walter@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

Stadt Zürich

Gedächtnis-Training



01.2019.02

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
23.8.–11.10.

Preis CHF 220.– (8 × 120 Min.)
bei 8–12 Teilnehmenden,
CHF 300.– (8 × 120 Min.)
bei 6–7 Teilnehmenden
(Kleingruppenzuschlag)

Leitung 50% Preisreduktion für
EL-Beziehende ab CHF 300.–
Iris Kaufmann

Gedächtnistrainerin SVTG
Anmeldung Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Gedächtnis-Träff

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 02.2019.04	
Wann	Freitag, 15.30-17.30 Uhr 23.8. + 20.9.
	Freitag, 13.15-15.15 Uhr 25.10., 8.11., 6.12.
Preis	CHF 135.- (5 x 120 Min.) bei 8-12 Teilnehmenden CHF 185.- (5 x 120 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)
Leitung	Iris Kaufmann Gedächtnistrainerin SVTG
Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Kurs 02.2019.05	
Wann	Freitag, 10-12 Uhr 23.8., 20.9., 25.10., 8.11., 6.12.
Preis	CHF 135.- (5 x 120 Min.) bei 8-12 Teilnehmenden CHF 185.- (5 x 120 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)
Leitung	Iris Kaufmann Gedächtnistrainerin SVTG
Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Kurs 02.2019.06	
Wann	Mittwoch, 9.30-11.30 Uhr 12.6., 10.7., 21.8., 11.9., 16.10., 13.11., 11.12.
Preis	CHF 189.- (7 x 120 Min.) bei 8-12 Teilnehmenden CHF 259.- (7 x 120 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)
Leitung	Gabriela Meier Gedächtnistrainerin SVTG
Anmeldung	Sofort

«Sicher und gut vorbereitet zum Arztgespräch»

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 können Sie einiges dazu beitragen, dass das Gespräch mit dem Arzt/der Ärztin besser gelingt. In einem theoretischen und einem praktischen Kurs lernen Sie, wie Sie sich gut dokumentieren, alle Ihre wichtigen Anliegen und Fragen selbstsicher vorbringen und bei Meinungsverschiedenheiten angemessen reagieren können.

Wann	Dienstag, 10-12 Uhr 23.8. + 27.8.
------	--------------------------------------

Preis	CHF 80.- (2 x 120 Min.) bei 8-12 Teilnehmenden, CHF 100.- (2 x 120 Min.) bei 6-7 Teilnehmenden (Kleingruppenzuschlag)
Leitung	Nora Herzog Diplompsychologin
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. Maximal 8 Teilnehmende.

Stadt Zürich

Kurs 7/19	Dienstag, 9-11 Uhr 2. + 16.7.
Kurs 8/19	Donnerstag, 14-16 Uhr 15. + 29.8.
Preis	CHF 80.- exkl. Docupass (2 x 120 Min.)
Leitung	Heidi Jost Teamleitung Sozialberatung Pro Senectute Kanton Zürich
Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn

Wetzikon – Zürcher Oberland

Kurs 03/19	Mittwoch, 14-16 Uhr 22.8. + 29.8.
Preis	CHF 80.- exkl. Docupass (2 x 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
-----------	---------------------------------------------------

Zimmerberg

Kurs 03/19	Mittwoch, 9.30-11.30 Uhr 3.7. + 17.7.
Preis	CHF 80.- exkl. Docupass (2 x 120 Min.)
Leitung	Gabriela Giger, Sozialberaterin/ Altersbeauftragte
Kursort	Dorftreff GZ Drei Eichen Stationsstr. 34, Samstagern

Anmeldung	Bis 10 Tage vor Kursbeginn dc.zimmerberg@pszh.ch
-----------	-----------------------------------------------------

Sprachen

Kursstufe A1: Sie verstehen alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze. Sie können sich verständigen, wenn Ihr Gegenüber langsam und deutlich spricht.

Kursstufe A2: Sie können sich in einfachen Alltagsgesprächen verständigen.

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

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

Kursstufe C1: Sie können sich spontan und flüssig ausdrücken und verstehen das Gesagte relativ mühelos.

Stadt Zürich

«Listen and Speak» für Wiedereinsteigende Niveau A2



11.2019.02

«Listen and Speak» eignet sich für Wiedereinsteigerinnen und Wiedereinsteiger, die ihre einmal erworbenen Sprechfähigkeiten auffrischen und vertiefen möchten. Anhand von einfachen Alltagsgesprächen (zum Beispiel 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.

Wann	Freitag, 10.45-12.15 Uhr 26.4.-12.7. (ausser 31.5.)
------	--------------------------------------------------------

Preis	CHF 330.- (11 x 90 Min.) bei 8-10 Teilnehmenden
-------	----------------------------------------------------

Leitung	Yvonne Rimle, Ausbilderin Stadtführerin für Englischsprechende
---------	----------------------------------------------------------------------

Anmeldung	Laufend
-----------	---------

Englisch für Einsteigerinnen und Einsteiger: More «Get Ready for Holidays» – Einsteiger plus –



13.2019.02

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 Ferien oder Reisen zu lernen.

Wann	Freitag, 9-10.30 Uhr 26.4.-12.7. (ausser 31.5.)
Preis	CHF 330.- (11 x 90 Min.) bei 8-12 Teilnehmenden
Leitung	Yvonne Rimle, Ausbilderin Stadtführerin für Englischsprechende
Anmeldung	Laufend

Englisch Konversationskurse A2-B1



10.2019.10

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 27.6.-26.9. (ausser 18.7., 25.7., 1.8., 8.8.)
Preis	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 Konversation und Lektüre B1.2



15.2019.02

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. Dieser Kurs ist lebendig, spannend, interessant und lehrreich zugleich.

Wann	Freitag, 13.15-15.00 Uhr 3.5.-19.7. (ausser 31.5.)
Preis	CHF 340.- (11 x 105 Min.) bei 8-14 Teilnehmenden

Leitung	Dominik J. Schaller Wissenschaftler und Dozent für neuere Geschichte
Anmeldung	Laufend

Pfannenstiel

Seniorenchor «Silberklang» am Zürichsee



NEU

Singfreudige Senioren jeden Alters proben in Uetikon am See leichte, weltliche und geistliche Chorsätze.

Wann	Donnerstag, 14.30-16 Uhr 23.5., 6.6., 20.6., 22.8., 5.9. (sechs weitere Daten bis 12.12.)
Preis	CHF 150.- (Jahresbeitrag)
Kursort	Riedstegsaal, Bergstr. 109, Uetikon am See
Leitung	Daniela Guex-Joris
Anmeldung	Daniela Guex-Joris, Meilen Tel. 044 923 55 60, Natel 079 464 31 22 chguexjo@bluewin.ch

Spanisch Fortgeschrittene B1



Wann	Mittwoch, 14.15-16.00 Uhr 8.5.-10.7.
Preis	CHF 20.50 pro Lektion
Leitung	María Gárate, Ausbilderin und Spanischlehrerin
Anmeldung	Laufend

Unterland und Furttal

Laufende Sprachkurse Englisch, Französisch und Italienisch

Wann	Auf Anfrage
Preis	CHF 255.- (17 x 60 Min.) bei 7 Teilnehmenden
Anmeldung	Laufend

Laufende Sprachkurse Spanisch

Wann	Auf Anfrage
Preis	CHF 255.- (17 x 60 Min.) bei 7 Teilnehmenden
Anmeldung	Laufend

Ausdruck und Kreativität

Limmattal und Knonaueramt

Erzählcafé



GRATIS

Im Erzählcafé berichten die Teilnehmenden in lockerer Atmosphäre, was sie zum Thema einbringen möchten – persönliche Erlebnisse und Begebenheiten von früher und heute. Motto: Das habe ich erlebt. Im Anschluss an die moderierte Erzählrunde darf bei Gebäck und Getränk rege diskutiert und ausgetauscht werden.

Wann	Dienstag, 17-18.45 Uhr 28.5. + 25.6.
Leitung	Regula Lehmann
Kursort	Dienstleistungscenter Limmattal und Knonaueramt Badenerstr. 1, Schlieren 058 451 52 00
Anmeldung	Ohne Voranmeldung

Winterthur und Weinland

Erzählcafé



GRATIS

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, 29.5., 14-16 Uhr
Leitung	Astrid Schöni
Anmeldung	Ohne Voranmeldung

Stubete «zäme singe» – Sommerfest im Königshof



Ein musikalischer Nachmittag mit dem «Königshof-Chörli» unter der Leitung von Brigitte Schneider. Sie sind herzlich zum Mitsingen eingeladen. Dazu servieren wir Ihnen Kaffee und Kuchen.

Wann	Mittwoch, 2.7., 14-16 Uhr
Leitung	Brigitte Schneider
Anmeldung	Ohne Voranmeldung

Digitale Kommunikation



Allgemeine Informationen Klubschule

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

Tel. 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

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

Wann: Dienstag, 13.30–17.20 Uhr

18.6.–9.7.

Montag, 8.30–12.20 Uhr

22.7.–12.8.

Details: Siehe allgem. Infos Klubschule

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

Kosten: CHF 340.– inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)

Wann: Montag und Donnerstag,

13.00–16.50 Uhr

15.7. + 18.7.

Dienstag, 8.30–12.20 Uhr

30.7. + 6.8.

Details: Siehe allgem. Infos Klubschule

Einsteigerkurs: iPhone

Lernen Sie Ihr iPhone und seine wichtigsten Funktionen kennen: Telefonieren, Surfen, Fotografieren, Nachrichtensenden, Apps, Kalender, E-Mail. Erfahren Sie, wie Sie Ihr iPhone an Ihre Bedürfnisse anpassen können.

Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende

Kosten: CHF 340.– inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)

Wann: Montag, 13.00–16.50 Uhr

15.7. + 22.7.

Freitag, 8.30–12.20 Uhr

16.8. + 23.8.

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, Nachrichtensenden, Apps, Kalender, E-Mail.

Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende

Kosten: CHF 340.– inkl. Lehrmittel (2 x 200 Min.)

Wann: Freitag, 13.00–16.50 Uhr

14.6. + 21.6. oder 2.8. + 9.8.

Montag, 8.30–12.20 Uhr

15.7. + 22.7.

Details: Siehe allgem. Infos Klubschule

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, 27.8., 13.30–14.30 Uhr

Leitung: Brigitte Schneider

Anmeldung: Ohne Voranmeldung

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

17.6./24.6. + 8.7./15.7.

Preis: CHF 160.– (4 x 120 Min.)

Leitung:

Erika Steiger

Msc. Organisationsentwicklerin, dipl. Pädagogin / dipl. Sozialpädagogin

Anmeldung:

Bis 7.6.

Alle Angebote
finden Sie unter
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	23.5. + 24.5. Zürich 20.6. + 21.6. Winterthur 4.7. + 5.7. Winterthur (nur für Singles) 22.8. + 23.8. Wetzikon
Preis	jeweils 8.30–17 Uhr 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

Alle Angebote
finden Sie unter
www.pszh.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

Legende zu den Symbolen finden Sie auf Seite 4,
Informationen zu Anmeldung und Kursorten auf Seite 12.

Impressum Beilage zu Visit 2/2019 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

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER