

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2005)  
**Heft:** 3  
  
**Rubrik:** Agenda

### **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:** 01.02.2026

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





## 24. Oktober

### Lebensmitte und Ernährung

Gesundheit geht durch den Magen. Für eine gesunde Ernährung bedankt sich unser Körper mit vermehrter Lebenslust, Vitalität und Wohlbefinden. Verschiedene Ernährungstheorien geistern herum und man spricht über die Heilwirkung der Nahrung. Da stellen sich Fragen wie: «Was braucht unser Körper wirklich?», «Muss denn Süßes Sünde sein?» oder «Fett – Ja, Nein oder doch?» Die ärztlich geprüfte Gesundheits- und Ernährungsberaterin Lisa Broadbent-Müller gibt in einem zweistündigen Kurs Antworten auf diese Fragen. Diese Veranstaltung von Pro Senectute Willisau wird am Montag, 24.10.05 und am 7.11.05 je zweimal durchgeführt: von 8.45 bis 10.45 Uhr in Willisau (Kursraum Pro Senectute) und von 14 bis 16 Uhr in Sursee (Pfarreiheim). Kosten: CHF 30.–. Am 25.10 und am 8.11.05 findet der gleiche Kurs auch in Luzern statt.

Weitere Informationen erhalten Sie bei: Pro Senectute Willisau, Tel. 041 970 40 20.

## 3. Oktober

### Start der Pro-Senectute-Herbstsammlung

Nun ist es wieder so weit – wie jeden Herbst klopfen ab dem 3. Oktober während des ganzen Monats Sammlerinnen und Sammler an Ihrer Haustür und sammeln zugunsten von Pro Senectute Kanton Luzern – oder Sie erhalten von uns einen Spendenaufruf mit Einzahlungsschein.

Mit dieser alljährlichen Spendenaktion appellieren wir an die Solidarität gegenüber denjenigen älteren Menschen, die an ihrem Lebensabend nicht auf der sonnigen Seite stehen. Diese Personen sind auf Hilfe und Unterstützung angewiesen – wie zum Beispiel auf kostenlose und diskrete Beratung durch unsere diplomierten Sozialarbeitenden. Jedes Jahr werden so durch Pro Senectute im Kanton Luzern über 700 000 Franken Direkthilfen an hilfesuchende Seniorinnen und Senioren ausbezahlt. Unsere Fachorganisation trägt so ihren Teil dazu bei, dass sich ältere Menschen sicher fühlen und ihre Lebensqualität und Würde wahren können. Damit dies auch in Zukunft weiterhin möglich ist, sind wir auf das Wohlwollen und die Zuwendungen von privater Seite angewiesen.

Jeder Spendenfranken hilft! Im Namen derer, die auf uns zählen, danken wir Ihnen bestens für Ihr Wohlwollen und Ihr Vertrauen in unsere Arbeit.

## 2. Oktober

### Tanzen im Grand Casino Luzern

Im altherwürdigen Casineum, dem früheren Kursaal in Luzern, spielt jeweils am ersten Sonntag des Monats von 14.30 bis 17.30 Uhr das Salon-Ensemble Arabesque zum Tanz auf. «Club sixtysix», der Gönnerverein von Pro Senectute Kanton Luzern, präsentiert in Zusammenarbeit mit dem Grand Casino Luzern einmal im Monat einen Tanznachmittag. Erstmals erfolgreich durchgeführt wurde der Anlass am vergangenen 4. September mit dem Ehrengast Hazy Osterwald. Arabesque bietet als fünfköpfiges Orchester ein breites musikalisches Spektrum. Es spielt Operettenmelodien, Konzertwalzer, heitere und ernstere Charakterstücke sowie Tanzmusik aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts. In wohlthuender Atmosphäre einen beschwingten Wienerwalzer tanzen oder mit Bekannten musikalische Nostalgie genießen? Ein Muss für anspruchsvolle Musikfreunde! «Club sixtysix» lädt Sie herzlich dazu ein und wünscht Ihnen zusammen mit Ehrengast Mäni Weber musikalisch genussvolle Stunden. Der Eintritt beträgt 15 Franken pro Person (10 Franken für «club sixtysix»-Mitglieder). Weitere Tanznachmittage im Casineum finden an folgenden Sonntagen statt: 6.11. / 4.12.

## 10. November

### Vortragsnachmittag: Rheuma

Pro Senectute lädt Sie ein, sich am 10.11.05 von 14.30 bis 16 Uhr im Pfarreiheim an der Dägersteinstrasse 1 in Sursee über «Rheuma, ein Leiden mit vielen Gesichtern» zu informieren. Die Referentin Frau Dr. Brigitte Buchs-Niemack ist überzeugt, dass Rheuma mit natürlichen Heilmethoden positiv beeinflusst werden kann. Pflanzenextrakte, Vitamine, Mineral- und Spurenelemente, Homöopathie usw. können individuell eingesetzt werden. So kann man Schmerzen lindern und die Lebensqualität deutlich verbessern. Dieser Vortrag findet im Rahmen des Pro-Senectute-Bildungsangebotes für die Ämter Sursee und Willisau statt.

Kosten: 15 Franken. Weitere Informationen erhalten Sie bei: Pro Senectute Willisau, Tel. 041 970 40 20.

## 15. November

### Die Lust am Lernen entdecken

Lernen weckt die Lebens- und Kommunikationsfreude. Ein viertägiger Kurs von Pro Senectute mit Start am 15. November (jeweils 13.30 bis 16 Uhr) richtet sich an Menschen ab 60 Jahren, die ihren Reichtum an Erfahrungen und ihr Wissen optimal entfalten möchten. Die pädagogische Psychologin Eliane Burri vermittelt ihnen, wie der Computer im Kopf funktioniert und wie das Gehirn auch im Alter fit bleibt. Sie erfahren zudem, wie sie



ihre persönlichen Fähigkeiten im Alltag gezielt einsetzen können und wie Wissen das Selbstwertgefühl stärkt. Der Kurs findet in den Schulungsräumen an der Theaterstrasse 7 in Luzern statt. Kosten: 160 Franken. Weitere Informationen erhalten Sie bei: Pro Senectute Kanton Luzern, Bildung+Sport, Tel. 041 226 11 96.

## 1. Januar 2006

### Neujahrskonzert im Luzerner Theater

Mit einem musikalischen Leckerbissen ins neue Jahr starten? Ein einzigartiges Konzert des Seniorenorchesters Luzern im Luzerner Theater machts möglich. In Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Alzheimervereinigung Sektion Luzern lädt Pro Senectute Kanton Luzern Jung und Alt zu einem feierlichen Neujahrskonzert ein. Das musikalische Spektrum des Seniorenorchesters Luzern ist breit, und die diversen Konzerte sind populär und sehr gut besucht. Das Ensemble steht unter dem Patronat von Pro Senectute Kanton Luzern und ist ein Laienorchester mit über 50 Konzertierenden. Es ist das grösste seiner Art in der Schweiz. Das Orchester steht unter der musikalischen Leitung von Josef Meier, Emmenbrücke, und wird präsiert von Dominik Jost, Kriens.

## 19. Oktober GANGART

GANGART – Die Kunst des Gehens. Dieser neue Kurs von Pro Senectute startet am Mittwoch, 19. Oktober, und vermittelt bis am 16. November, immer mittwochs von 9.30 bis 10.45 Uhr, eine gesundheitsfördernde Form des individuellen Gehens. Die diplomierte Pädagogin und Therapeutin Marianne Combitaldi zeigt Ihnen, wie Ihr persönlicher Gang Freude bereiten und glücklich machen kann. Gewusst wie, kann Gehen den Körper rhythmisieren, den Beckenboden in Schwingungen versetzen sowie die Zwerchfellatmung stimulieren. So wird der Körper gleichsam durchlässig vom Scheitel bis zur Sohle – und umgekehrt. Das Rückgrad findet zu seiner Geschmeidigkeit zurück und ein selbstvergessenes Gehen mag sich einstellen. Lassen Sie sich überraschen! Kosten: 145 Franken. Anmeldung und Auskunft: Pro Senectute Kanton Luzern, Bildung+Sport, Tel. 041 226 11 96.

INSERATE

## 1a überzeugt



Wir haben uns für 1a hunkeler Fenster entschieden weil uns die hohe Qualität in Bezug auf Wärme- Einbruch- und Schallschutz absolut überzeugt hat.

Beatrice und Jürg Fluri, Oberbipp BE

**1a hunkeler**  
Der Fenster- und Holzbauer

Bahnhofstrasse 30, 6030 Ebikon  
Fon 041 444 04 40, [www.1a-hunkeler.ch](http://www.1a-hunkeler.ch)

## 1a weitsichtig



«Dank den filigranen und trotzdem robusten 1a hunkeler Fenstern geniessen wir eine grandiose Aussicht in die freie Natur.»

Hans und Marliese Wyss, Biobauerhof  
Ammergehriegen Maltes

**1a hunkeler**  
Der Fenster- und Holzbauer

Bahnhofstrasse 20, 6030 Ebikon  
Fon 041 444 04 40, [www.1a-hunkeler.ch](http://www.1a-hunkeler.ch)