Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 71 (1993)

Heft: 5

Rubrik: Veranstaltungen

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: 30.11.2025

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

VERANSTALTUNGEN

a+s = alter+sport E = Exkursion/en = Führung = Kurs/Tagung M = Monat = Pro Senectute = Vortrag = Wanderung/en

Aargau

Jogging, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Velofahren, Wandern (064/24 08 77)

Di: Treffpunkt für Ältere, Jassen 13.30 - 16.30 Uhr, Bachtelstr. 111 Do: Wanderung 12. - 21.10.: Badeferien in Badenweiler (Schwarzwald) 18. - 27.10.: Herbstferien in Ascona 064/24 08 66 (PS)

Do alle 14 Tage: Akkordeon-Spiel Premiere Senioren-Theater Baden am 30.10.: 14.30 Uhr Kirchgemeindehaus Wettingen: «Di nöie Nachbere» von Alice Eichenberger. 056/22 27 92 7.12. - 10.12.: Adventsfahrt nach Interlaken 5.10.: 14 Uhr Patience-Spielnachmittag Folgende 2stündige Kurse à 8 Lektionen beginnen Mitte Oktober: Mo: Patiencenkurs (13.30 Uhr) Mo: Atemgymnastik (15.30 Uhr) Di: Gedächtnistraining (14.15 Uhr) Mi: Meine Zeit ist begrenzt, wie gehe ich damit um? (8.30 – 11 Uhr) Weitere Kurse: Autofahren heute, Bridge-Anfängerkurs, Schach, Diabetiker-Kochkurs, Italienische Küche. Informationen: 056/21 11 22 (PS)

Gebenstorf

28.10./25.11. und 16.12.: 12.00 Uhr Mittagstisch 056/23 10 93 od. 056/21 11 22 (PS)

Mi 13.10.: 14.00 - 15.30 Uhr Gedächtnistraining (K) 057/44 35 77 (PS)

10. - 16.10.: Marionettenkurs 23./24.10.: Musik für Unbegabte (K) 11. - 20.11.: Kurswoche: 1. Wohnen und Wohnformen im Alter; 2. Alters-Politik, Politik durch und für ältere Menschen (Graue Panther); 3. Altsein in verschiedenen Kulturen sowie das Bild des Alters in Volkskunde, Literatur, Malerei und Musik. 15. - 20.11.: Alter werden - Alt sein - Aktiv bleiben (K) 20./21.11.: Was macht das Leben aus mir? Was mache ich aus meinem Leben? (K) Haus für Bildung und Begegnung, 5025 Asp ob Aarau, 064/48 16 46

Wettingen 4.10./8.11. und 6.12.: 11.30 Uhr Mittagstisch

Anmeldung: 056/21 11 22 (PS)

Wislikofen

8. - 10.10.: Meditation und Malen 11. - 15.10.: Das Abenteuer, Frau

19. - 20.11.: Musikmeditation Bildungszentrum Propstei, 8439 Wislikofen, 056/53 13 55

Di 12.10 und 9.11.: Spielvormittag 9 - 11 Uhr Di 26.10. und 30.11.: Senioren-Tanznachmittag 14 – 17 Uhr, Stadtsaal Zofingen 062/52 21 61 (PS)

Appenzell AR

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (071/51 25 17)

Appenzell IR

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (071/87 31 55)

Baselland

Jogging, Langlauf, Schwimmen, Ski-Alpin, Tanzen, Turnen, Velo-fahren, Wandern (061/921 92 33)

Basel-Stadt

Jogging, Kegeln, Langlauf, Minitennis, Schwimmen, Ski-Alpin, Tanzen, Tennis, Tischtennis, Turnen, Velofahren, Wandern (061/272 30 71) Auskünfte über alle Veranstaltungen gibt 061/272 30 71 (PS) 6.10.: Bergwanderung (7 Std.) Alterssiedlung Bruderholzweg 3 Fr 9.30 Uhr: Blockflötenspiel Alterszentrum Weiherweg Rudolfstrasse 43 Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte usw. Dräffpunggt Wiisedamm Di Do Fr 13.30 – 18 Uhr: Jassen,

Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Käffele usw.

Alterszentrum Alban-Breite Fr 9 Uhr: Theaterkurs

Begegnungszentrum Gundeldingen, Bruderholzstr. 104 Malen, Nasstechnik, Zeichnen, Aquarell- und Bauernmalerei, Englisch, Französisch, Italienisch Hirzbrunnenstrasse 50 Aquarellieren für Fortgeschrittene Im Rankhof Haus Nr. 8 Musizieren, Modellieren, Töpfern, Gitarrenspiel, Singen, Kleider nähen und ändern

Kaserne Klybeckstr. 1b Stricken und Handarbeiten, Spanisch-Kurs, Werkstatt/Fotolabor, Sonntagstreff Mo - Fr 14 - 17 Uhr: Treffpunkt

Di, Mi, Fr ab 12 Uhr: Mittagstisch Do: vegetarischer Mittagstisch 061/691 66 10

Davidseck Davidsbodenstr. 25 Mo - Fr ab 12 Uhr: Mittagstisch Voranmeldung 061/321 48 28 1. Sa im M. ab 9 Uhr: Z'Morge PS Kurslokal Luftgässlein 1 Porträtmalen ab 11.10.: Altgriechisch Sternenhof Sternengasse 27

Nass- und Trocken-Aquarellmalen, Kleider-Neuanfertigungen und -Anderungen

Bern

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (031/44 35 35/36)

Stadt Bern

ab Di 19.10.93: 14 - 16 Uhr, 8mal Gedächtnistrainingskurs, 031/352 83 04

Burgdorf

Di 12.10./16.11./14.12.: Tanznachmittag im Schützenhaus, 14.30 Uhr

Interlaken

Do 21.10./18.11./16.12.: Tanznachmittag im Spycher, Kursaal, 14.30 Uhr

7./21.10./4./18.11./2.12.: Tanznachmittag im Weissen Kreuz, 16. – 30.10.: Sen.-Ferien in Rovio 032/84 71 46 (PS)

Twannberg

Kurse: Schach, Schwimmen, Selbstverteidigung, Musik-Erlebnis-Wochen, Fasten und Wandern, Raucher-Entwöhnung, Repro- und Künstlerpuppen Feriendorf Twannberg, 2516 Twannberg, 032/95 21 85

Freiburg

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen (037/22 41 53)

Langlauf, Schwimmen, Turnen (022/345 06 77 morgens)

Glarus

Langlauf, Schwimmen, Turnen, Wandern (058/61 40 32) 7. - 25.11.:Gedächtnistrainingskurs in Schwanden 058/61 40 32 (PS)

Graubünden

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (081/22 75 83)

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen (066/22 30 68)

Luzern

Jogging, Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern (041/23 01 80)

Evang. Studentenheim

Schweizerhausstr. 4, 041/23 16 31 Mi 12.00 Uhr: Mittagstisch Mi: Treffpunkt ab 13.30 Uhr

Alterssiedlung Eichhof Steinhofstrasse 7

Mo 13.30 Uhr: Handarbeitsstube (041/41 59 82)

Do: Tanznachmittage (041/23 03 25 PS)

Altersstube Dornacherstrasse 6

13.30 - 17 Uhr: 041/23 16 31

*Weitere Angebote:*Bürgergemeinde, 041/41 81 81

Seniorenzentrum Centralpark, 041/44 22 25 Beratungsstelle Luzern-Stadt, 041/23 73 43

Silberclub, Moosstrasse 15 6003 Luzern; W: 041/23 16 53

Neuenburg

Langlauf, Schwimmen, Turnen (038/24 56 56)

Nidwalden

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern (041/61 76 09)





Der entscheidende Durchbruch: Die ferngesteuerten Hörgeräte, digital auf Ihr Leben program-

Wir wissen alles darüber:

Madeleine Blum-Rihs

seit 1947 Fachgeschäft für Hörberatung

Talacker 35, 8001 Zürich Telefon 01/211 33 35 Haus Bernina-Nähmaschinen, 2. Stock

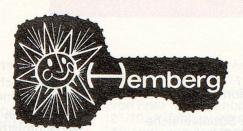
☐ Ich wünsche	einen kostenlosen Hörtest.	
☐ Bitte sende	Sie mir nähere PiCS-Unterlagen	
Name:	Vorname:	

miert!

Name: Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:



Brauchen Sie Ruhe? Suchen Sie Erholung?

In unserem Feriendorf finden Sie beides.

Sehr schönes voralpines Wandergebiet auf ca. 1000 m ü. M. in unverfälschter Natur.

Prospekte und weitere Auskünfte bei:

Verkehrsbüro Hemberg 071 56 11 65 oder Touristinformation 071 56 11 44



Kein Hosen- und Bettnässen mehr!

Numax Patent Urinal

 sicher und einfach in der Anwendung

Reisen problemlos

Senden Sie mir kostenlos und diskret Unterlagen

für ☐ Männer ☐ Frauen

Name:	(2) partial etalisation
A -l	
Adresse:	THE RESERVE THE PROPERTY AND THE PROPERT

NUMAX medical, Bernstrasse 15, 3280 Murten Tel. 037/71 48 45, Fax 037/71 48 46



Stans

St.Klara-Rain 1 20.10.: Exkursion Kloster Engelberg 21.10.: Unsere Sozialversicherungen AHV, IV, Ergänzungsleistungen (Vortrag, 14.30 Uhr) 9.11.: EWR-Vertrag/EG-Beitritt, (Vortrag, 14.30 Uhr) 3./10./17./24.11.: 9 – 11 Uhr Gedächtnistraining (K) 15.11.: Ernährung im Alter, Vortrag 23.11.: Mundart-Lesungen Im Nov.: Seniorentheater Kriens 1.12.: Texte und Bilder zum Advent (14.30 Uhr) Kurse: Italienisch, Französisch, Englisch, Gymnastik, Gedächtnistraining, Jassnachmittage und Schachtreffs

Obwalden

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern (041/66 57 00) Jassmeisterschaft: 6.10.: Sachseln - 7.10.: Engelberg - 12.10.: Lungern - 13.10.: Giswil -10.11.: Final in Sachseln 041/66 57 00 (PS)

Auskunft: 041/61 25 24 (PS)

Lungern 27.11. - 4.12.: Adventstage für Verwitwete Haus St. Josef, 6078 Luzern Tel. 041/69 12 44

Sachseln

24.9.: Modeschau für Seniorinnen und Senioren im Restaurant Bahnhof (14 Uhr)

Sarnen

Fr 14 Uhr: Volkstanzen 30.9.: Informationsnachmittag Rund ums Geld (14 Uhr) 22./29.10. und 5./12./19.11.: Gedächtnistraining (K) 23.9.: Modeschau für Seniorinnen und Senioren (14 Uhr) Auskünfte: 041/66 57 00 (PS)

Schaffhausen

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (053/24 80 77/78) Diverses: Singen, Spielen, Orchester, Mittagstisch, Sprachkurse Englisch, Italienisch und Französisch, Handarbeit, Stammtisch, Gedächtnistraining, Theaterspielen etc. Herrenacker 25, 053/24 80 77 (PS) Seniorenbühne 053/22 36 65

Schwyz

Langlauf, Schwimmen, Turnen, Wandern (043/21 39 77)

Unteriberg Mi 13.30 Ühr: Gymnastik und Turnen (055/56 14 25)

Solothurn

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (065/22 97 80)

Derendingen

Gedächtnistraining (Kurs im Alters- und Pflegeheim)

Matzendorf

Gedächtnistraining (Kurs im Kath. Pfarrheim)

Gedächtnistraining (K, Pfarrschüür)

Oensingen

Kochkurs für Männer (Schulküche VEBO)

Kurse im Ref. Kirchgemeindehaus Pauluskirche: Gedächtnistraining, Memoiren schreiben, Kochkurs für Männer

Solothurn

Kurse an der Forststrasse 2: Gedächtnistraining, Memoiren schreiben, Meditation und Entspannung Kurse im Pflegeheim z. Forst: Kochkurs für Männer, Älterwerden Kurse im Begegnungszentrum Altes Spital: Fussdruckmassage

Subingen

Do alle 14 Tage: Wanderung (065/44 23 39) Gedächtnistraining (K Josefsheim)

Informationen über alle Kurse in SO: 065/22 97 80 (PS)

St. Gallen

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (071/22 56 01) Gymnastik, Kochen, Malen und Zeichnen, Modellieren, Flöte, Gedächtnistraining, Autogenes Training, Familienkunde, Literatur und Poesie, Sprachen, Stricken-Sticken-Häkeln, Singen, Sonntagstreff, Spielnachmittage Senioren-Orchester (jeden zweiten Dienstag von 15 - 17 Uhr) Fr von 11.30 - 13 Uhr Fladen-Zmittag, Teufener Strasse 4 SG-Ost: 071/23 40 44 (PS) SG-Centrum: 071/23 40 45 (PS) SG-West: 071/23 29 36 (PS)

4.11. und 11.11.: «Ernährung im Alter» «Diät, Diabetes-Diät, leichte Kost» (V, 16.30 Uhr, Ref. Kirchgemeindehaus), 055/72 13 17 (PS)

Tessin

Langlauf, Schwimmen, Turnen (091/23 81 81)

Magliaso

Evangelisches Zentrum für Ferien und Bildung 30.10. - 6.11.: Ferien- und Besinnungswoche, Thema: «Von bleibender Freude» (K) Anmeldung 091/71 14 41

Thurgau

Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (072/22 51 20)

Frauenfeld

1. Do im M.: Senioren-Tanzen in Migros Klubschule, Bahnhofstrasse 054/21 58 01 od. 072/22 51 20 (PS)

Neukirch an der Thur

8. - 10.10.: Feldenkrais (K) 12. – 14.11. und 10. – 12.12.: Massage-Grundkurs Haus für Tagungen, Kurse, Ferienwochen, 8578 Neukirch an der Thur, 072/42 14 35

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (044/2 42 12)

Waadt

Schwimmen, Tanzen, Turnen (021/731 22 13)

Wallis

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen (027/22 07 41)

Montana-Crans

30.10. – 6.11.: Töpfern und Modellieren (K) Evang. Kur- und Ferienhaus Bella-Lui, 3962 Montana-Crans, 027/41 31 14

Zug

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen (042/21 43 66)

Zürich

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (01/422 42 55)

Adliswil

Wandergruppe, Spaziergruppe Mi: Turnen, Do: Jass- und Spielclub 14.11.: Altersnachmittag im Sunnesaal Sozialamt Adliswil, Frau Welti, 01/711 78 42

Gossau ZH

verschiedene Wanderungen 2. Di im M.: Mittagstisch (Linde)

Horgen

Seniorenzentrum Baumgärtlihof 01/725 95 55 Di 10 Uhr: Turnen (sitzend) Fr 9 – 12 Uhr: PS-Beratung 3.11.: Arbeit für wen?

4. - 17.11.: Kerzenziehen 10.11.: Musikcocktail

16.11.: Adventskranzbinden 27.11.: Samstig-Zmorge

28.11.: Adventssingen

Kappel am Albis

18. - 22.10.: Hör die Erde tönen im Atemwort 22. - 24.10.: Im Rhythmus der Jahreszeiten 19. – 21.11.: Leben heisst immer «à-Dieu»-Sagen!

Haus der Stille, 8926 Kappel am Albis, 01/764 12 11

Männedorf

6. – 8.10.: Sprechen in der Öffentlichkeit (K) Evangelisches Tagungs- und Studienzentrum Boldern, 8708 Männedorf, 01/922 11 71

Meilen

Do alle 14 Tage: Mittagstisch 5.10./12.10.: Senioren-Wandergruppe 27.10.: Carreise

Richterswil

Kurszentrum Mülene 18. – 22.10.: Gestaltung von Holzspielzeugen 6./7.11.: Scherenschnitt Kurszentrum Mülene, Seestrasse 72, 8805 Richterswil, 01/784 25 66

Wädenswil

Mo 14 Uhr: Altersturnen im Kirchgemeindesaal Di 14 Uhr: Altersturnen im Etzelsaal Do+Fr 13.15 Uhr: Altersschwimmen

Winterthur

Zentrum am Obertor, 052/213 88 88 Mo und Fr: Wanderungen Di 14 Uhr: Lismerchränzli Di 14 Uhr (alle 14 Tage): Tanzen Mi 14.30 Uhr: Jassclub Kurse: Malen, Porzellanmalen, Tischdekorationen, Töpfern, Literatur, geführte Autobiographien, Gesunde Küche, Vollwertkochkurse, Autogenes Training, Themenzentriertes Theater, Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit, Nähen, Zeichnen und Malen, Singen und Musizieren

Zürich

Elternbildungszentrum
01/252 82 81
Do alle 14 Tage: Clubnachmittag:
Eine erfahrene Leiterin begleitet
Gespräche zu persönlichen und
aktuellen Themen.
Schule für Haushalt und
Lebensgestaltung 01/272 43 20
Kurse: Kleidung und Mode,
Textiles und Nichttextiles
Handarbeiten, Haushaltkunde
sowie Nahrung und Gesundheit

Guttemplergruppe Fortschritt 01/784 27 44 7.10.: Vorlesung Jeremias Gotthelf von Frau M. Eggenberger 21.10.: Erfahrungen mit und ohne Alkohol, aus Ärztesicht, Herr Dr. med. H.U. Eggenberger 4.11.: Tonbildschau von Hans Gemmerli «Unser schönes Tessin» Alle Veranstaltungen im Kirchgemeindehaus Wipkingen

Zentrum Espenhof 01/493 16 28
Mo 10 Uhr: Turnen
Mo 14 Uhr: Stammtisch
Di 14 Uhr: Jassen
Fr 14 Uhr: Schachclub
Kurse: Handarbeiten, Werken,
Malen, Zeichnen, Kochen, Körpertraining, Klangbilder, Bilderrahmen, Sternenwerkstatt,
Weihnachtskugeln bemalen,
Manager meines Haushalts,
Eine Reise durch das Universum,
Einführung in die Coué-Methode,
Autogenes Training, Eutonie

Zentrum Hardau 01/491 19 22 Kurse: Jassen, Schach, Gestalten mit Ton, Glasritzen, Nähen, Integrale Atemschulung, Zeichnen, Zither spielen, Tricot-Nähen, Patience Anfänger,

Viking 24: Das Kraftpaket für Ihren Rollstuhl.



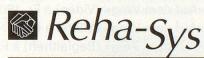






Macht Ihnen das Schieben eines Rollstuhles Mühe? Dann wird der kleine Viking die Entlastung für Ihren Rücken sein. Er schont Sie und befreit vor körperlicher Überanstrengung. Der kleine Viking ist ein Elektroschubgerät, das in wenigen Minuten praktisch unter jeden Faltrollstuhl montiert werden kann. Mit viel Kraft schiebt er den Rollstuhl für Sie bergauf und bremst ihn sanft bergab. Zum Reisen, z.B. im Auto oder Flugzeug, lässt er sich ohne Werkzeug schnell vom Rollstuhl demontieren und ist problemlos und sicher verstaubar. Durch ihn wird ein gemeinsamer Ausflug wieder möglich!

Ausführliche Dokumentation über den Viking 24 bei:



Telefon 061/272 47 41 Telefax 061/272 49 25

Rehabilitations-Systeme AG Austrasse 109 Postfach 4003 Basel

VERANSTALTUNGEN

Jonglieren, Tanzen, Autogenes Training Anfänger, Entspannungstraining, Integrale Atemschulung 1. So im M.: Hardauer Kaffirundi 2. So im M.: Spielnachmittag 4. So im M.: Tanz für alle Mo 14 Uhr: Stubete, Lismi-Rundi Mo 14 Uhr: Kegeln Mo 14.30 Uhr: Montagstreff Di 14 Uhr: Jassen Di 8.30 Uhr: Turnen im Stöckli Di 14 Uhr: Haltungsturnen und Arthrosegymnastik Mi: Wandern Do 9.30 Uhr: Patience Do 14 Uhr: Schachclub Fr 14 Uhr: Kaffeerahmdeckelitausch Jeden 1. und 3. Di im M.: unentgeltliche Rechtsberatung (Anmeldung: 01/491 19 22) Zentrum Karl der Gr. 01/251 90 70 1. und 3. So im M .: Offenes Altstadtsingen, 15.30 Uhr; letzter Fr im M .: Suppenrunde, 12 Uhr Mo 14.30 Uhr: Senioren und TV Di 14 Uhr: Ziischtigstee

Zentrum Klus 01/422 21 30 Mo/Fr 9 und 10 Uhr: Turnen für Frauen Mo 9.45 Uhr: Offenes Singen Mo 14 Uhr: Kegeln Di 13.30: Nähen ohne Anleitung Mi 8.45 und 10 Uhr: Turnen für Männer Mi 8.30: Benutzung Werkstatt (Holzarbeiten/Schnitzen) Mi 9 Uhr: Patchwork/Quilten Mi/Fr 14 Uhr: Schach Sa 18. 9.: 11 - 18 Uhr Klusfest, Traditionelles Herbstfest des Altersheims (Klusplatz) Sportamt der Stadt Zürich Kurse div. Sportarten 01/491 23 33

Diverses

Bundeshaus Bern 3.12.: Alterssession

Sentivo AG/Gwatt-Zentrum 19.10.: «Eine Krankenversicherung für die Alten – Das Ende der Generationensolidarität?» (V) 16.30 Uhr im Personalrestaurant SBV St.Peter, In Gassen 10, Zürich, Tram bis Paradeplatz (Fr. 25.–) 24.11.: Bahnhofbuffet Bern, Gotthardsaal, 16.30 – 18.30 Uhr «Armut macht krank – Krankheit macht arm – Zusammenhänge von Armut, Lebensqualität und Alter» (V, Fr. 25.–)

50Plus-Sprachreisen für Junggebliebene

Sprachliche Weiterbildung, Land und Leute kennenlernen. Sechs Destinationen stehen zur Auswahl. Infos: Media Lingua-Travel AG, Petersgraben 33, 4003 Basel, Tel. 061/261 20 20

Toscana im Winter

5. – 12. 2. 94: Ferienwoche bei Geri Berz im ruhig gelegenen, rustikalen, ehemaligen Bauernhaus «Il Gallinaio» in der Toscana. – Mildes, gesundes Mittelmeerklima – Wanderungen, Tagesausflüge nach Siena und Florenz, Schnitzen, Malen, Gymnastik, Gesprächsrunden usw. – Fr. 985.– pro Person (An- und Rückreise nicht inbegriffen). Infos: Media-Agentur, Postfach 234, 8059 Zürich, Tel. 01/202 33 93

Bestell-Coupon



Kurse: Handarbeit, Werken,

Schreiben, Psychologie, Diverses

Körpertraining, Literatur,

Trudy Frösch-Suter Fragen und Antworten **«Rund ums Geld»** Fr. 15.– (mit Einzahlungsschein)



Das Pro-Senectute-Liederbuch **«Freut euch des Lebens»** Fr. 12.50 Grossdruck Fr. 19.50 (mit Rechnung)



Pro-Senectute-Video **«Auf dem Weg – Filme zum Älterwerden»**Video VHS Fr. 150.–

Miete Fr. 25.–

Begleitheft Fr. 10.–

PLZ/Ort:



Interessen- und Selbsthilfegruppen Zusammenstellung von über 400 Gruppen Fr. 6.– (Bitte zehn 60er-Marken beilegen!)

lch	beste	elle
	Ev	D.,

__ Ex. Rund ums Geld à Fr. 15.-

___ Ex. Freut euch des Lebens à Fr. 12.50

___ Ex. Freut euch des Lebens à Fr. 19.50

____ Ex. «Auf dem Weg» (Video) à Fr. 150.–

____ Ex. «Auf dem Weg» (Miete) à Fr. 25.-

___ Ex. «Auf dem Weg» (Begleitheft) à Fr. 10.–

Ex. Interessen- und Selbsthilfegruppen Fr. 6.–

Einsenden an: Zeitlupe, Postfach 642, 8027 Zürich

Vorname:	Name:	
	Vorname:	The Advents when
Strasse:	Churana	