

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 71 (1993)  
**Heft:** 6

**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:** 06.02.2026

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

# VERANSTALTUNGEN

a+s	= alter+sport
E	= Exkursion/en
F	= Führung
K	= Kurs/Tagung
M	= Monat
PS	= Pro Senectute
V	= Vortrag
W	= Wanderung/en

## Aargau

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

## Aarau

Di: Treffpunkt für Ältere, Jassen 13.30 – 16.30 Uhr, Bachstrasse 111  
 Do: Wandern  
 Do: Schwimmen  
 Jeden 2. und 4. Donnerstag: Parkinson-Selbsthilfegruppe  
 14.1.: Freies Sticken (K)  
 Ab Jan.: Bridge für Anfänger (K)  
 Ab Jan.: Geführte Autobiographie (K)  
 Ab Jan.: Heiteres Gedächtnistraining (K)  
 Ab Jan.: Schach für Anfänger (K)  
 1., 8., 15. und 22. 3.: Diabetiker-Kochkurs (K)  
 064/24 08 66 (PS)

## Baden

Di 4., 18.1. und 1.2.: Schach  
 Do alle 14 Tage: Akkordeon-Spiel  
 7.12. – 10.12.: Adventsfahrt Interlaken  
 8.12. und 12.1.: Ausflugsbus  
 10., 17., 24.1. und 14., 21., 28.2., 15.30 Uhr: Atemgymnastik  
 Mi 12., 26.1.: Volkstanzen  
 16. – 25.1.: Langlaufwoche in Davos  
 056/21 11 22 (PS)

## Gebenstorf

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

## Herzberg

4./5.12.: Adventswochenende  
 8.–11.12.: Der Gewalt begegnen  
 18./19.12.: Kreistänze  
 15./16.1.: Berufsalltag – Familienalltag  
 Haus für Bildung und Begegnung, 5025 Aarau, 064/48 16 46

## Wettingen

6.12. 11.30 Uhr: Mittagstisch  
 10., 17., 24.1.: Atemgymnastik  
 Anmeldung: 056/21 11 22 (PS)

## Zofingen

Di 7.12. 9 Uhr: Stammtisch  
 Mi 8.12. 14 Uhr: Kegeln  
 Di 14.12. 9 Uhr: Spielvormittag  
 Di 4.1. 9 Uhr: Stammtisch  
 Di 11.1. 9 Uhr: Spielvormittag  
 Mi 12.1. 14 Uhr: Kegeln  
 Di 18. 14 Uhr: Tanznachmittag  
 062/52 21 61 (PS)

## Zurzach

7.12., 4.1., 1.2.: Tanznachmittag

## 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, Velofahren, Wandern (061/921 92 33)

## Basel-Stadt

Jogging, Kegeln, Langlauf, Minitennis, Schwimmen, Ski-Alpin, Tanzen, Tennis, Tischtennis, Turnen, Velofahren, Wandern (061/272 30 71)

● Alterssiedlung Bruderholzweg 3

Fr 9.30 Uhr: Blockflötenspiel

● Alterszentrum Weiherweg

Rudolfstrasse 43

Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte usw.

● Dräffunggt 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, Töpfen, Gitarrenspiel, Singen, Kleider nähen und ändern

● Kaserne Klybeckstr. 1b

Stricken und Handarbeiten, Spanisch-Kurs, Werkstatt/Fotolabor, Sonntags treff

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

Porträtmalern

● Sternenhof Sternengasse 27

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

Auskünfte über alle Veranstaltungen gibt 061/272 30 71 (PS)

## Bern

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

## Burgdorf

14.12: Tanznachmittag im Schützenhaus, 14.30 Uhr

## Interlaken

16.12.: Tanznachmittag im Spycher, Kursaal, 14.30 Uhr

## 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)

## Genf

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

## Glarus

Langlauf, Schwimmen, Turnen, Wandern (058/61 40 32)

## Graubünden

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

## Davos

Kirchner Museum Davos: Die Ausstellung «Der Tanz» wird bis zum **16. Januar verlängert.**

## Jura

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: Tanznachmittag (041/23 03 25 PS)

● Altersstube Dornacherstr. 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, Moosstr. 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)

## Stans

St.Klara-Rain 1  
12./19./26.1. und 2.2. 9 Uhr:  
Gedächtnistraining (K)  
31.1. 14.30 Uhr: Richtiges Atmen (V)

## Engelberg

Kurse: Italienisch, Französisch, Englisch, Gymnastik, Gedächtnistraining, Jassnachmittage und Schachtreffs  
041/66 57 00 (PS)

## Skiwoche auf dem Titlis

Vom 2. – 7. Januar.  
Anmeldung: 041/94 10 74

## Obwalden

Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Tennis, Turnen, Wandern  
(041/66 57 00) (PS)

## Lungern

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

## 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 Uhr: Gymnastik und Turnen  
(055/56 14 25)

## Solothurn

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

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

## Derendingen

Gedächtnistraining (K im Alters- und Pflegeheim)

## Matzendorf

Gedächtnistraining (Kurs im kath. Pfarrheim)

## Messen

Gedächtnistraining (K, Pfarrschüür)

## Olten

Mi 19. Januar: Tanznachmittag  
Kurse im Ref. Kirchgemeindehaus  
Pauluskirche: Gedächtnistraining

## Solothurn

Kurse an der Forstrstrasse 2:  
Gedächtnistraining  
Kurse im Pflegeheim z. Forst: Älterwerden  
Kurse im Begegnungszentrum Altes Spital: Fussdruckmassage

## Subingen

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

## St. Gallen

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (071/22 56 01)

Gymnastik, Kochen, Malen und Zeichnen, Modellieren, Familienkunde, Flöte, Gedächtnistraining, Autogenes Training, Familienkunde, Literatur und Poesie, Sprachen, Stricken-Sticken-Häkeln, Singen, Sonntags-treff, Spielnachmittage Senioren-Orchester (jeden zweiten Dienstag 15 Uhr)

SG-Ost: 071/23 40 44 (PS)

SG-Centrum: 071/23 40 45 (PS)

SG-West: 071/23 29 36 (PS)



Kissen zur optimalen Druckreduzierung, wasserundurchlässiger Innenbezug mit Ventil, antistatisch, antibakteriell, schwer entflammbar, pflegeleicht, sehr strapazierfähig. Außenbezug mit Reissverschluss abnehmbar.

Die durchdachte GEL-ZELL-Konstruktion verbessert die herkömmlichen Systeme zur Druckreduzierung. Humane Krankenpflege heisst:

**AKROS**

Coupon für Info-Material:

**FAVOTERM AG**

Spilhusen 715  
9601 Lütisburg-Station  
Telefon 073-31 34 44

**GEL-ZELL Sitzkissen für alle Rollstühle**

Name \_\_\_\_\_  
Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

## Tessin

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

## Thurgau

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

## Frauenfeld

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

## Neukirch an der Thur

10. – 12.12.: Massage-Grundkurs  
27.12. – 1.1.94: T'ai Chi und Tango  
14. – 16.1.94: Monochord Bau  
28. – 30.1.94: Tänze aus Lust am  
Leben  
Haus für Tagungen, Kurse, Ferien-  
wochen, 8578 Neukirch an der Thur,  
072/42 14 35

## Uri

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)

## Zug

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

## Zürich

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

Ab 9.12. jeden Do: Langlauf  
20.–26.3.: Langlaufwoche im Goms  
Infos: 055/952364

## Adliswil

Wandergruppe, Spaziergruppe  
Mi: Turnen  
Do: Jass- und Spielclub  
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 – Uhr: PS-Beratung  
Ab 6.1.94: Fotoausstellung  
«Vor einem halben Jahrhundert»  
mit Fotos von Hans Peter Klauser.  
Die Ausstellung baut auf den bis jetzt  
in der **Zeitlupe** erschienenen Fotos  
auf.

## Kappel am Albis

23. – 27.12.: Weihnachtstage  
30. – 2.1.: Jahreswechsel  
Haus der Stille, 8926 Kappel am  
Albis, 01/764 12 11

## Meilen

Do alle 14 Tage: Mittagstisch

## Richterswil

17.2.: Aktuelle Tagesfragen  
Kurszentrum Mülene Seestrasse 72,  
8805 Richterswil, 01/784 25 66

## Wädenswil

Mo 14 Uhr: Altersturnen im Kirchge-  
meindesaal Di 14 Uhr: Altersturnen  
im Etzelsaal Do+Fr 13.15 Uhr:  
Altersschwimmen

## Winterthur

am Obertor, 052/213 88 88  
Mo und Fr: Wanderungen  
Di 14 Uhr: Lässigcränzli  
Di 14 Uhr (alle 14 Tage): Tanzen  
Mi 14.30 Uhr: Jassclub Kurse:  
Malen, Porzellan malen, Tischdekora-  
tionen, Töpferei, Literatur, geführte  
Autobiographien, Gesunde Küche,  
Vollwertkochkurse, Autogenes Trai-  
ning, 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 Lebens-  
gestaltung 01/272 43 20  
Kurse: Kleidung und Mode, Textiles  
und Nichttextiles Handarbeiten, Haus-  
haltkunde sowie Nahrung und Ge-  
sundheit
- Paulus-Akademie, Carl Spitteler-  
Strasse 38, 8053 Zürich,  
01/381 34 00  
28./29.1.: Abbau der Arbeitslosig-  
keit
- 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,

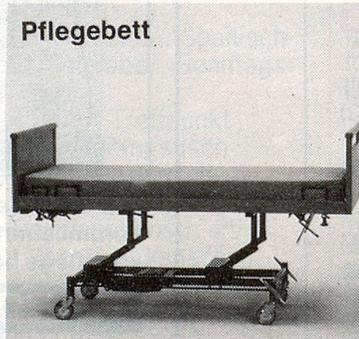
## «HEIMELIG»-Pflegebetten

8274 Tägerwilen  
Tel. 072-69 25 17

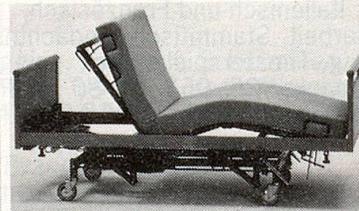
Vermietung und Verkauf zu  
günstigen Konditionen

- Pflegebetten
- Bett/Nachtisch
- Patientenlift
- Transport/Ruhesessel
- weitere Hilfsmittel

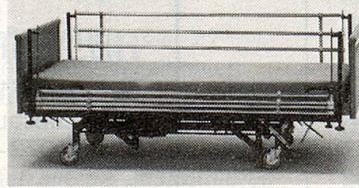
Unsere Stärke Wir liefern schnell,  
prompt und zuverlässig



Pflegebett



Transport-/  
Ruhesessel



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  
 15.12.: Spielnachmittag  
 19.12.: Tanznachmittag  
 22.12.: eine Schauspielerin liest vor  
 Kurse: Jassen, Schach, Gestalten mit Ton, Glasritzen, Nähen, Integrale Atemschulung, Zeichnen, Zither spielen, Tricot-Nähen, Patience Anfänger, Jonglieren, Tanzen, Autogenes Training Anfänger, Entspannungstraining  
 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: Kaffeerahmdeckeli-Tausch

Jeden 1. und 3. Di im M.: unentgeltliche Rechtsberatung (Anmeldung: 01/491 19 22)  
 ● Zentrum Karl der Grosse 01/251 90 70  
 1. und 3. So im M.: Offenes Altstadtsingen, 15.30 Uhr  
 letzten Fr im M.: Suppenrunde, 12 Uhr  
 Mo 14.30 Uhr: Senioren und TV  
 Di 14 Uhr: Ziischtigstee  
 Kurse: Handarbeit, Werken, Körpertraining, Literatur, Schreiben, Psychologie, Diverses  
 ● Zentrum Klus 01/422 21 30  
 Mo/Fr 9+10 Uhr: Turnen für Frauen  
 Mo 9.45 Uhr: Offenes Singen  
 Mo 14 Uhr: Kegeln  
 Di 13.30: Nähen ohne Anleitung  
 Mi 8.45+10 Uhr: Turnen für Männer  
 Mi 8.30: Benutzung Werkstatt (Holzarbeiten/Schnitzen)  
 Mi 9 Uhr: Patchwork/Quilten  
 Mi/Fr 14 Uhr: Schach  
 ● Sportamt der Stadt Zürich  
 Kurse div. Sportarten 01/491 23 33

## Diverses

Bundeshaus Bern  
 3.12.: Alterssession

## Senioren-Auslandreisen

10. – 12.12.: München (Christkindelmarkt, Theater, Konzert)  
 Auskunft: Martin Fiedler, 5703 Seon, 064/55 11 27

## Toskana im Winter

5. – 12.2.94: Ferienwoche bei Geri Berz im ruhig gelegenen, rustikalen, ehemaligen Bauernhaus «l Gallina» in der Toscana. – Mildes, gesundes Mittelmeerklima – Wanderungen, Tagesausflüge nach Siena und Florenz, Schnitzen, Malen, Gymnastik, Gesprächsrunden usw. – 985 Franken pro Person (An- und Rückreise nicht inbegriffen).

Infos: Media-Agentur, Postfach 234, 8059 Zürich, Tel. 01/202 33 93

## Aufruf

Wir bitten Sie uns mitzuteilen, ob Sie die Veranstaltungen nötig finden und Sie daraus Anregungen entnehmen können. Von Ihrer Reaktion hängt es ab, ob der Veranstaltungskalender auch weiterhin in dieser Form publiziert wird. Adresse: Zeitlupe, Veranstaltungen, Postfach 642, 8027 Zürich, Tel. 01/202 68 10.

Unser privates Alterswohn- und Pflegeheim hat Platz für weitere Heimbewohner. Auch ferienhalber oder zur Rekonvaleszenz sind Sie willkommen.

Grosse, schön renovierte Zimmer mit Küche, Bad und Balkon stehen zur Verfügung.

Unsere Mitarbeiter freuen sich darauf, Sie zu verwöhnen.

## Alterswohn- und Pflegeheim Schmiedhof

Heimleitung: Frau V. Weiss  
 Zweierstrasse 138, 8003 Zürich  
 Telefon 01/461 76 77



MERCADO MEDIC  
 SPITZEN-TECHNIK  
 AUS SCHWEDEN

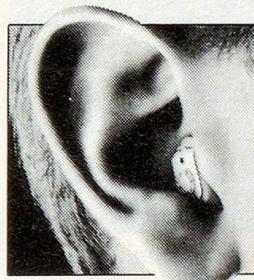
Spezial-Stühle für  
bewegungsbehinderte  
Menschen.

Modell:  
 REAL 4001

**DR. BLATTER**  
 REHABILITATIONS-TECHNIK

DR. BLATTER AG • CHRRIESBAUMSTRASSE 2 • 8604 VOLKETSWIL • TELEFON (01) 945 18 80  
 Verlangen Sie unsere Dokumentation über das gesamte Mercado-Programm.

**Weltneuheit**  
**PiCS** by PHONAK



**Der entscheidende Durchbruch:  
 Die ferngesteuerten Hörgeräte, digital auf Ihr Leben programmiert!**



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 senden Sie mir nähere PiCS-Unterlagen.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

of