

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 72 (1994)

**Heft:** 1

**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:** 03.02.2026

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

# VERANSTALTUNGEN

Die **Beratungsstellen** von Pro Senectute (Telefonnummern neben den be treffenden Ortschaften) geben Ihnen gerne Auskunft über weitere Veranstaltungen. Die Telefonnummern der Kantonalen **Geschäftsstellen** von Pro Senectute sind neben den Kantonsnamen aufgeführt.

<b>Aargau</b>	<b>064/24 08 77</b>
Jogging, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Velofahren, Wandern	
<b>Aarau</b>	<b>064/24 08 66</b>
Treffpunkt für Ältere, Jassen, Diabetiker-Kochkurs, Schach, Parkinson-Selbsthilfegruppe, Kurzwanderungen, Schwimmen	
<b>Baden</b>	<b>056/21 11 22</b>
Schach, Gedächtnistraining, Volks-tanz, Atemgymnastik, Schach, Theater, Musizieren, Autogenes Training, Tischtennis, Akkordeon-Spiel	
9.2./9.3.: Ausflugsbus	
13.–23.4.: Langlaufwoche in Weggis	
<b>Brugg</b>	<b>056/41 06 54</b>
Frick	064/61 37 14
<b>Lenzburg</b>	<b>064/51 77 66</b>
<b>Muri</b>	<b>057/44 35 77</b>
<b>Reinach</b>	<b>064/71 09 04</b>
<b>Rheinfelden</b>	<b>061/831 22 70</b>
<b>Wohlen</b>	<b>057/22 75 12</b>
<b>Zofingen</b>	<b>062/52 21 61</b>
Kegeln, Spielvormittage, Stammtisch, Tanznachmittage	
<b>Zurzach</b>	<b>056/49 13 30</b>
Schach, Spiel- und Jass- und Tanznachmittage	

<b>Appenzell AR</b>	<b>071/51 25 17</b>
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern	
<b>Herisau</b>	<b>071/51 25 17</b>
<b>Heiden</b>	<b>071/91 62 49</b>
<b>Speicher</b>	<b>071/94 35 95</b>

<b>Appenzell IR</b>	<b>071/87 31 55</b>
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern	

## Eine Woche in der Toscana

Zusammen mit Geri Berz werden Sie Menschen, Landschaft und Geschichte der Toscana auf eindrückliche Art kennenlernen.

16. bis 23. April 1994

**Kosten Fr.1380.–, inkl. Halbpension, Ausflüge, Begleitung.**

**Auskunft**  
Geri Berz, II Gallinaio  
I-53035  
Monteriggioni/Siena  
Tel. 0039/577/30 47 94

Einfach anrufen,  
täglich bis 22 Uhr.



**Baselland** **061/921 92 33**  
Jogging, Langlauf, Schwimmen, Ski-Alpin, Tanzen, Turnen, Velofahren, Wandern (061/921 92 33)

**Basel-Stadt** **061/272 30 71**

Jogging, Kegeln, Langlauf, Minitennis, Schwimmen, Ski alpin, Tanzen, Tennis, Tischtennis, Turnen, Velofahren, Wandern

- Alterssiedlung Bruderholzweg 3: Blockflötenspiel

- Alterszentrum Weiherweg, Rudolfstrasse 43: Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte usw.

- Dräppunggt Wiisedamm: Jassen, Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Käffele usw.

- Alterszentrum Alban-Breite: 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: Mittagstisch  
veget. Mittagstisch 061/691 66 10

- Davidseck, Davidsbodenstr. 25  
Mo–Fr: Mittagstisch

- Voranmeldung: 061/321 48 28

- Sternenhof, Sternengasse 27:  
Nass- und Trocken-Aquarellmalen, Kleider-Neuanfertigungen und -Änderungen

**Bern** **031/352 35 35**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**3005 Bern** 031/351 21 71

**3007 Bern** 031/371 45 77

**3008 Bern** 031/381 22 77

**3008 Bern** 031/382 23 07

**3012 Bern** 031/302 36 64

**3013 Bern** 031/332 98 14

**3014 Bern** 031/332 15 30

**Biel** 032/22 75 25

Mittagstisch, Sonntagsclub, Tanzen

**Burgdorf** 034/22 75 19

Tagesgruppe 034/23 02 80

Tanznachmittage

**Hasle-Rüegsau** 034/61 50 60

**Konolfingen** 031/791 22 85

**Langenthal** 063/22 71 24

**Langnau i.E.** 035/2 38 13

**Laupen** 031/747 63 67

**Lyss** 032/84 71 46

Mittagstisch, Tanznachmittage

**Meiringen** 036/71 32 52

**Spiegel** 031/972 40 30

**Spiez** 033/54 61 61

Musik und Gesang, Tanznachmittage

**Tavannes** 032/91 21 20

**Unterseen** 036/23 38 40

**Freiburg** **037/22 41 53**  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Genf** **022/321 04 33**  
Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Glarus** **058/61 40 32**  
Langlauf, Schwimmen, Turnen, Wandern

**Graubünden** **081/22 75 83**  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

<b>Chur</b>	081/22 44 24
<b>Davos-Platz</b>	081/43 38 08
<b>Ftan</b>	081/864 03 02
<b>Ilanz</b>	081/925 43 26
<b>Samedan</b>	082/6 34 62
<b>Thusis</b>	081/81 43 17

**Jura** **066/22 30 68**  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Luzern** **041/23 03 25**  
Jogging, Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Volkstanz, Wandern

041/23 01 80  
März/April, 14 Tage Ferien in Caslano

27.4.–4.5.: Wanderwoche auf Malta

**Emmenbrücke** 041/55 84 66  
**Hochdorf** 041/68 88 08

**Luzern** 041/23 05 28 od. 23 73 43

- Evang. Studentenheim  
Schweizerhausstr. 4, 041/23 16 31
- Mittagstisch, Treffpunkt

- Alterssiedlung Eichhof  
Handarbeitsstube 041/41 59 82

- Tanznachmittag 041/23 03 25

- Altersstube Dornacherstr. 6 041/23 16 31

- Weitere Angebote:  
Bürgergemeinde 041/41 81 81

- Seniorenzentrum Centralpark 041/44 22 25

- Silberclub, Moosstr. 15 041/23 16 53

- 6003 Luzern, 041/76 10 76

- Schüpfheim** 045/21 69 67

- Sursee** 045/81 25 91

- Willisau**

**Neuenburg** **039/23 20 20**  
Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Fleurier** 038/61 35 05

**Le Locle** 039/31 47 76

**Neuchâtel** 038/24 56 56

**La Chaux-de-Fonds** 039/23 20 20

**Nidwalden** **041/61 76 09**  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern

**Stans** 041/61 25 24  
Gedächtnistraining, Englisch, Französisch

**Obwalden** **041/66 57 00**  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern

**Sarnen** 041/66 57 00

**Schaffhausen 053/24 80 66**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern 053/24 80 77/78

**Schaffhausen 053/24 80 77**

Singen, Spielen, Orchester, Mittags-tisch, Sprachkurse Englisch, Italienisch und Französisch, Handarbeit, Stammtisch, Gedächtnistraining, Theaterspielen, Seniorenrat usw.

Seniorenbühne 053/22 36 65

**Neunkirch 053/61 17 88**

**Schwyz 043/21 48 76**

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

**Kreis Einsiedeln 056/63 65 55**

**Kreis Goldau 043/22 00 48**

**Kreis March 055/63 65 56**

**Kreis Schwyz 043/21 39 77**

**Solothurn 065/22 97 80**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Balsthal 062/71 16 61**

Seniorenjassen in Gänssbrunnen

**Breitenbach 061/80 12 75**

**Grenchen 065/52 49 02**

**Olten 062/26 64 44/45**

Tanznachmittage

**Solothurn 065/22 32 42**

**St. Gallen 071/22 56 01**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Altstätten 071/75 56 33**

**Buchs 081/756 41 59**

**Gossau 071/85 66 80**

**Rorschach 071/41 17 87**

**St. Gallen 071/22 77 63/23 40 11**

Gymnastik, Kochen, Malen und Zeichnen, Modellieren, Familienkunde, Flöte, Gedächtnistraining, Autogenes Training, Familienkunde, Literatur und Poesie, Sprachen, Stricken-Sticken-Häkeln, Singen, Sonntagstreff, Tanznachmittage Senioren-Orchester

**SG-Ost: 071/23 40 44**

**SG-Centrum: 071/23 40 45**

**SG-West: 071/23 29 36**

**Uznach 055/72 11 23**

**Wattwil 074/7 52 62**

**Wil 073/23 85 85**

**Tessin 091/23 81 81**

Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Bellinzona 092/25 92 92**

**Biasca 092/72 42 12**

**Locarno 093/31 31 31/32 21 30**

**Lugano 091/23 19 45**

**Mendrisio 091/46 36 36**

**Roveredo 092/82 37 37**

**Thurgau 072/22 51 20**

Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Frauenfeld 054/21 58 01**

Senioren-Tanzen in Migros Klubschule

**Kreuzlingen 072/72 77 78**

**Romanshorn 071/61 20 90**

**Weinfelden 072/22 51 20**

**Uri 044/2 42 12**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Altdorf 044/2 42 12**

**Waadt 021/646 17 21**

Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Lausanne 021/646 17 21**

**Morges 021/801 63 63**

**Vevey 021/921 44 84**

**Yverdon 024/23 63 26**

**Wallis 027/22 07 41**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen

**Brig 028/23 90 23**

**Gampel 028/42 24 48**

**Leuk 027/63 14 10**

**Martigny 026/22 25 53**

**Montagnier 026/36 20 78**

**Monthey 025/71 59 39**

**Saxon 026/44 26 73**

**Sierre 027/55 26 28**

**Sion 027/22 07 41**

**St.Maurice 025/65 23 33**

**Visp 028/46 13 14/46 75 14**

**Zug 042/21 43 66**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen

Jassen, Mittagsclub, Kochkurs für Männer, Offenes Singen, Seniorentreisen, Gedächtnistraining

**Baar/Cham/Hünenberg/Steinhausen 042/22 46 24**

**Menzingen/Neuheim/Ober-/Unterägeri 042/21 70 33**

**Zug/Oberwil/Risch/Rotkreuz/Walchwil 042/22 46 23**

**Zürich 01/422 42 55**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

26.4.: 3. Kantonales Volkstanztreffen für Senioren in Winterthur

20.-26.3.: Langlaufwoche im Goms

**055/95 23 64**

**Affoltern/Dietikon 01/761 37 63**

**Bülach/Dielsdorf 01/869 55 60**

**Horgen/Meilen 01/923 23 33**

**Uster 01/942 07 01**

**Hinwil/Pfäffikon 01/930 16 16**

**Andelfingen/Winterthur 052/212 09 34**

**Zürich-Stadt (Kr. 1, 6, 7, 8, 11, 12) 01/422 51 91**

**Zürich-Stadt (Kr. 2, 3, 4, 5, 9, 10) 01/241 09 31**

**Winterthur am Obertor 052/213 88 88**

Wanderungen, Lismerchränzli, Tanzen, Jassclub, Malen, Porzellanimalen,

Tischdekorationen, Töpferei, Literatur, geführte Autobiographien, Gesunde

Küche, Vollwertkochkurse, Autogenes Training, Themenzentriertes Theater,

Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit, Nähen, Zeichnen und Ma-

len, Singen und Musizieren

**Zürich**

• Elternbildungszentrum

01/252 82 81

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

• Zentrum Espenhof 01/493 16 28

Turnen, Stammtisch, Jassen, 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

Spiel- und Tanznachmittage, Stubete, Lismi-Rundi, Kegeln, Haltungsturnen und Arthrosegymnastik, Wandern, Schachclub

Kurse: Jassen, Schach, Gestalten mit Ton, Glasritzen, Nähen, Integrale Atemschulung, Zeichnen, Zither spielen, Tricot-Nähen, Patience Anfänger, Jonglieren, Tanzen, Autogenes Training Anfänger, Entspannungstraining, Sitztänze, Meditativer Tanz

Jeden 1. und 3. Di im M.: unentgeltliche Rechtsberatung (tel. Anmeldung)

• Zentrum Karl der Grosse 01/251 90 70

Offenes Altstadtsingen, Senioren und TV, Ziischtigsee

Kurse: Handarbeit, Werken, Körpertraining, Literatur, Schreiben, Psychologie, Diverses

• Zentrum Klus 01/422 21 30

Turnen für Frauen, Offenes Singen, Kegeln, Nähen ohne Anleitung, Turnen für Männer, Benutzung Werkstatt (Holzarbeiten/Schnitzen), Patchwork/Quilten Schach

**50 PLUS**

**SPRACHKURSE FÜR SENIOREN**

Frankreich

Schottland

England

Mexiko

U.S.A.

Italien

media  
lingua-travel

## VERANSTALTUNGEN

- Sportamt der Stadt Zürich  
01/491 23 33  
Kurse: Atem und Bewegung, Billard, Faustball/Turnen, Fitness- und Krafttraining, Gesundheitsgymnastik, Gymnastik, Haltungsturnen, Jazzgymnastik, Jogging, Kegeln, Minitennis, Radfahren, Schwimmen, Selbstverteidigung, Ski alpin, Tanzen, Tennis, Turnen, Wassergymnastik/Fitnessschwimmen, Yoga

### Diverses

#### Senioren-Auslandreisen

- 13.–16.4.: Frühling in Diana Marina am Ligurischen Meer  
17.–24.4.: Insel Madeira – ein Blumenparadies  
27.–30.5.: Donaufahrt Regensburg–Passau  
28.5.–4.6.: Aktiv- und Wanderferien am Gardasee  
Auskunft: Martin Fiedler, 5703 Seon, 064/55 11 27

#### Forum-Alter

- Zürich, Personalrestaurant SBV St.Peter, 16.30 Uhr  
15.2.: Die Sozial- und Alterspolitik auf neuen Wegen? – Referentin: Vreny Spoerry, Nationalrätin  
26.4.: Früherkennung von Altersdemenz – eine Unterstützung für Betroffene und Angehörige? – Referentinnen: Regula Schmid, Psychologin, und Helena Pikkarainen, Gerontologische Beraterin

Bern, Bahnhofbuffet, Konferenzsäle, 16.30 Uhr

22.3.: Wie finanziert die Stadt Bern die Umsetzung ihrer Alterspolitik? – Referentin: Therese Frösch, Finanzdirektorin Stadt Bern

17.5.: Verschenken, vererben, verkaufen? – Wie regle ich meinen Nachlass? – Referent: Arthur Hänsenberger, Notar und Zivilstandsbeamter  
Eintritt Fr. 25.–

Sentivo AG, Forum Alter, Stauffacherstr. 106, 8004 Zürich, 01/291 51 21

#### Adliswil ZH

Wandergruppe, Spaziergruppe, Turnen, Jass- und Spielclub Sozialamt Adliswil, Frau Welti, 01/711 78 42

#### Aeschiried BE

6.–12.3.: «Warum eine Fastenwoche?», Kurs Blaukreuz-Ferienzentrum, 3703 Aeschi ob Spiez, 033/54 18 10

#### Engelberg OW

Senioren-Skiwochen (Fr. 790.– HP) Schweizer Skischule Engelberg, Bahnhofstrasse 11, 6390 Engelberg, 041/94 10 74

#### Herzberg AG

26./27.2.: Wertvoll kochen  
26.3.–2.4.: Mozartwoche Haus für Bildung und Begegnung, 5025 Aarau, 064/48 16 46

#### Horgen ZH

Seniorenzentrum Baumgärtlihof 01/725 95 55 Turnen (sitzend), Pro-Senectute-Beratung Bis 11.3.94: **Fotoausstellung «Vor einem halben Jahrhundert»**, Fotos von Hans Peter Klauser. Die Ausstellung baut auf den in der «Zeitlupe» erschienenen Fotos auf.

#### Interlaken BE

16.12.: Tanznachmittag im Spycher, Kursaal, 14.30 Uhr

#### Magliaso TI

16.–23.4.: «Besinnungs- und Ferienwoche im Tessin» – Ferien in Verbindung mit der Besinnung auf das Evangelium. Am Nachmittag werden gemeinsame Ausflüge und Wanderungen angeboten.  
Centro evangelico, 6983 Magliaso, 091/71 14 41

#### Montana VS

26.2.–5.3.: Skiwöche und Bibelarbeit: «Lebensfüllung – Lebensverzicht» Evangelisches Kur- und Ferienhaus Bella-Lui, 3962 Montana, 027/41 31 14

#### Richterswil ZH

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

#### Twannberg BE

9.–13.3.: Musik-Erlebnis-Woche Feriendorf Twannberg, 2516 Twannberg, 032/95 21 85

## Hilft bei chronischer Müdigkeit, stärkt in der Rekonvaleszenz:

Stärken Sie den Organismus auf natürliche, sanfte, aber wirksame Weise.

BIO-STRATH  
Rekonvaleszenz-Tropfen enthalten die volle Kraft kerngesunder Pflanzen-Hefezellen.



Die  
**ZEITLUPE**  
wünscht  
viel Vergnügen



**BELLA-LUI**

CH-3962 MONTANA-CRANS VS

Winter – über dem Nebel – im Haus an der Sonne – heißt Erholung für Leib – Seele – Geist!

Ferientage in herrlicher Bergluft bei grandioser Weitsicht.

**Bella-Lui:** gepflegte Gastlichkeit, Hausandacht, Lift, von Krankenkassen anerkannt, rollstuhlgängig.

**Montana-Crans:** alle Wintersportarten für jeden Anspruch, präparierte Fusswege.

Evang. landeskirchliches Kur- und Ferienhaus **Bella-Lui**  
K. und M. Zanger-Gisler, CH-3962 Montana

Fax 027/41 12 35      **Tel. 027/41 31 14**



**Wädenswil ZH**

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

**Zürich: Bernhard-Theater****Bernhard-Littéraire**

17.2., 18 Uhr: Maja Beutler (Beiderlei, Texte zum neuen Tag), Ettore Cella (Nonna Adele) und Mathis Brauchbar (Zukunft Alter – Wagnis und Herausforderung) lesen eigene Texte

**Zürich:****Guttempler Seniorenguppe**

17.2.: Aktuelle Tagesfragen  
 Die Veranstaltung findet im Kirchgemeindehaus Wipkingen, Rosengartenstrasse 1, hint. Eingang, um 14.30 Uhr statt.

**Zürich:****Paulus-Akademie**

25./26.3.: Leben bis zuletzt – Die Hospizidee: Initiativen, Erfahrungen und Perspektiven

Carl Spitteler-Strasse 38,  
 8053 Zürich, 01/381 34 00

**Zürich:****Senioren-Messe**

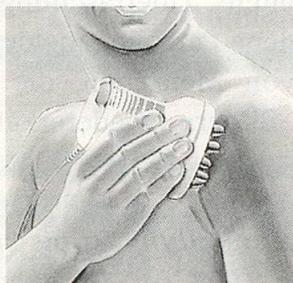
5.–10.4.: 10. Senioren-Messe in den Züpa-Hallen, 7.1, 7.2 und 7.3 mit drei Sonderschauen: «Senior Aktiv Info», «Senior unterwegs» und «Senior fit»  
 Informationen: Hans-Christian Decker, Messeleitung, Via Fontanelle 11, 6982 Agno, 091/59 35 17

NEU  
NOUVEAU

mediform

NEU  
NOUVEAU**MASSAGE**

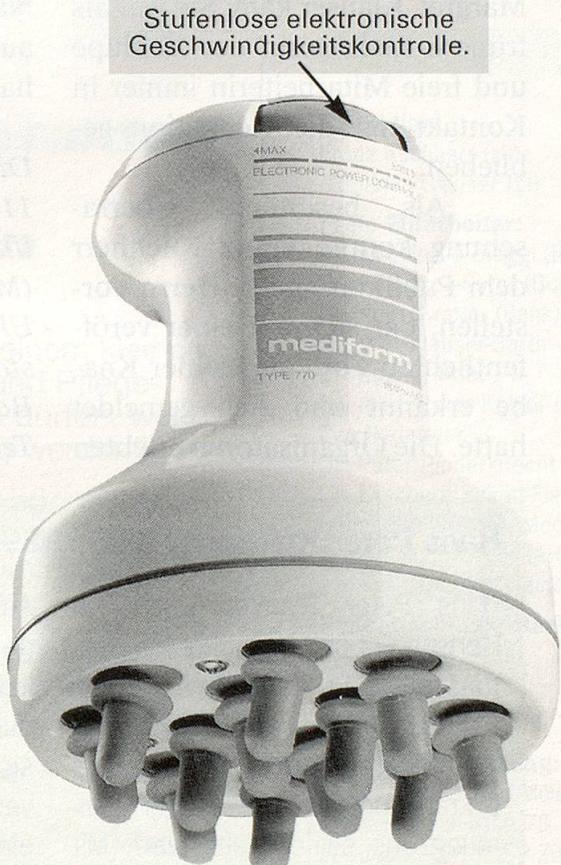
## 12 doigts pour votre forme 12 Finger für Ihre Form



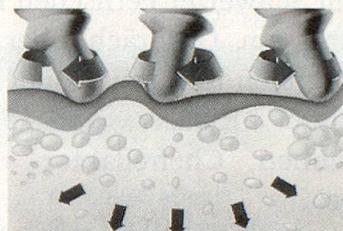
Tonifie et décontracte les muscles.  
 Entspannt die Muskeln.



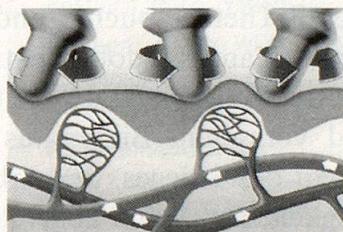
Apaise les douleurs.  
 Lindert die Schmerzen.



Contrôle électronique et progressif de la vitesse.  
 Stufenlose elektronische Geschwindigkeitskontrolle.



Favorise l'élimination des graisses et des toxines.  
 Begünstigt den Abbau von Fett und Giftstoffen.



Améliore la circulation sanguine.  
 Verbessert den Blutkreislauf.

**MEDIFORM BABYLISS**

avec transformateur  
 Ref. 1453  
 PV/VK Fr. 149.–

En vente exclusive dans les pharmacies et drogueries.  
 Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

**BaByliss®**  
 2800 Delémont