

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 72 (1994)  
**Heft:** 3  
  
**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 betreffenden Ortschaften) geben Ihnen gerne Auskunft über weitere Veranstaltungen. Die Telefonnummern der Kantonalen **Geschäftsstellen** von Pro Senectute sind neben den Kantonsnamen aufgeführt.

## Aargau 064/24 08 77

Jogging, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Velofahren, Wandern

## Aarau 064/24 08 66

Treffpunkt, Jassen, Schach, Parkinson-Selbsthilfegruppe, Kurzwanderungen, Schwimmen

## Baden 056/21 11 22

Schach, Gedächtnistraining, Volkstanz, Atemgymnastik, Schach, Theater, Musizieren, Autogenes Training, Tischtennis, Akkordeon-Spiel 20.-27.6.: Ferien in Hilterfingen 3.-7.10: Fröhliche Volkstänze (Boldern, Männedorf)

## Brugg 056/41 06 54

## Frick 064/61 37 14

## Lenzburg 064/51 77 66

## Muri 057/44 35 77

## Reinach 064/71 09 04

## Rheinfelden 061/831 22 70

## Wohlen 057/22 75 12

## Zofingen 062/52 21 61

Kegeln, Spielvormittage, Stammtisch, Tanznachmittage

## Zurzach 056/49 13 30

Schach, Spiel-, Jass- und Tanznachmittage

## Appenzell AR 071/51 25 17

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

## Heiden 071/91 62 49

## Herisau 071/51 25 17

## Speicher 071/94 35 95

## Appenzell AI 071/87 31 55

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

## Baselland 061/921 92 33

Jogging, Langlauf, Schwimmen, Ski alpin, Tanzen, Turnen, Velofahren, Wandern

## Basel-Stadt 061/272 30 71

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

## Alterssiedlung Bruderholzweg

Blockflötenspiel

## Alterszentrum Weiherweg: Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte usw.

## Dräffpunggt Wiisedamm:

Jassen, Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Kämme 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:

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

11.7.-12.8.: Senioren-Sommerspass

Angebote: Scherenschnitt, Internationale Volkstänze, Minitenis, Aquarelle malen, Wanderungen, Englisch und Italienisch, Umgang mit Telefon-

beantworter, Walken, Velofahren,

Jung und Alt gemeinsam beim Spiel,

Schwimmen, Pool-Billard, Gedächtnistraining,

## Burgdorf 032/22 75 25

## Burgdorf 034/22 75 19

## Tagesgruppe 034/23 02 80

Tanznachmittage, Offenes Singen

## 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, Seniorestube,

Tanznachmittage, Musik & Gesang

## 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

## Chur 081/22 44 24

## Davos-Platz 081/43 38 08

## Ftan 081/864 03 02

## Ilanz 081/925 43 26

## Samedan 082/6 34 62

## Thusis 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

## Emmenbrücke 041/55 84 66

## Hochdorf 041/88 68 08

## Luzern (Land) 041/23 05 28

## Luzern (Stadt) 041/23 73 43

## Evangel. Studentenheim

Schweizerhausstr. 4: 041/23 16 31

Mittagstisch, Treffpunkt

## Alterssiedlung Eichhof

Handarbeitsstube 041/41 59 82

Tanznachmittage 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

6003 Luzern 041/23 16 53

## Schüpfheim 041/76 20 33



**KURHOTEL TERME ★★★★★ 6855 Stabio Tel. 091/47 15 64**

**Sonne, Spass und Gesundheit! Ferien und Thermalkuren im Tessin!**

*Einziges Thermalbad im Tessin mit erstklassigem Komfort:  
Schwefel, Jod, Fluorquellen, Inhalationen, Fango, Physiotherapien u.s.w.. Arzt im Haus.*

*Verlangen Sie unseren Prospekt mit dem Pauschalpreis!*





**Sursee** 045/21 69 67  
**Willisau** 045/81 25 91

**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, Exkursionen, Jassen

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

**Schaffhausen** 053/24 80 77  
 Langlauf, Schwimmen/Wassergymna-  
 stik, Volkstanz, Turnen, Turnen im  
 Heim, Wandern (Informationen nur  
 vormittags)  
**Schaffhausen** 053/24 80 77  
 Seniorentreffpunkt, Herrenacker 25:  
 Singen, Spielen, Orchester, Mittags-  
 tisch, Sprachkurse Englisch, Italie-  
 nisch und Französisch, Handarbeit,  
 Stammtisch, diverse Kurse  
 Senioren Bühne 053/22 36 65  
**Neunkirch** 053/61 17 88

**Schwyz** 043/21 48 76  
 Langlauf, Schwimmen, Turnen,  
 Wandern 043/21 39 77  
 2.-10.9.: Betreute Ferien im Berner  
 Oberland (Krattigen)  
 2.-11.10.: Betreute Ferienwoche im  
 Tessin (Locarno)  
 Informationen 043/21 48 76  
**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 Gänsbrunnen  
 Mittagstisch in Gänsbrunnen, Anmel-  
 dung: 062/49 13 28  
**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  
**Bütschwil**  
 11./12.6.: Xundheits-Bus (Messen

und Testen von Gewicht, Grösse,  
 Blutdruck, Lungenfunktion, Blut-  
 zucker, Cholesterin)  
**Gossau** 071/85 85 83  
 Turnen, Sprachen, Gedächtnis-  
 training, Wandern, Singen  
**Rorschach** 071/41 17 87  
**St. Gallen** 071/22 77 63  
 oder 071/23 40 11  
 Gymnastik, Kochen, Malen und Zeich-  
 nen, Modellieren, Familienkunde,  
 Flöte, Gedächtnistraining, Autogenes  
 Training, Familienkunde, Literatur  
 und Poesie, Sprachen, Stricken-  
 Sticken-Häkeln, Singen,  
 Sonntagstreff, Spielnachmittage,  
 Senioren-Orchester  
 SG-Ost: 071/23 40 44  
 SG-Centrum: 071/23 40 45  
 SG-West: 071/23 29 36  
**Uznach** 055/72 13 17  
**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  
 oder 093/32 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  
 Senioren-Volkstanz im Zentrum Bären  
 072/72 40 84  
**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, Tur-  
 nen, Velofahren, Wandern  
 Kurse: Gedächtnistraining  
**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

## Rollstühle



- für alle Bedürfnisse
- leicht und einfach
- faltbar, gut zu transportieren
- verschiedene Modelle und Farben

## Gehhilfen



- Rollatoren
- Gehböckchen
- Krücken und Stöcke

**MEDICUS**  
 DER MENSCH IM MITTELPUNKT

**MEDICUS AG**, Lauetstrasse 39  
 CH-8112 Otelfingen  
 Telefon 01/845 10 60

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

**Zug** 042/21 43 66  
 Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
 Turnen  
 Jassen, Rommé-Spielen, Mittagsclub,  
 Kochkurs für Männer, Offenes Sin-  
 gen, Gedächtnistraining



**Baar/Cham/Hünenberg/Steinhausen** 042/22 46 24  
**Menzingen/Neuheim/Ober- und Unterägeri** 042/21 70 33  
**Zug/Oberwil/Risch/Rotkreuz/Walchwil** 042/22 46 23

## Zürich 01/422 42 55

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern  
**Affoltern/Dietikon** 01/761 37 63  
**Bülach/Dielsdorf** 01/860 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 (1/6/7/8/11/12)** 01/422 51 91  
**Zürich-Stadt (2/3/4/5/9/10)** 01/241 09 31

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

**Birmensdorf**  
 jeweils Mittwoch, 9.10–11.45 Uhr, für Personen über 50: Seniorenplausch im Sanapark (Fr. 15.–) (Jonglieren, Tischtennis, Fitness-training, Minitenis, Volkstanz)  
 Gratisabholdienst ab Bahnhof Birmensdorf (8.55 Uhr)  
**Sportzentrum Sanapark, Im Rister, 8903 Birmensdorf,** 01/737 38 77

**Horgen**  
 Seniorenzentrum Baumgärtlihof 01/725 95 55  
 Turnen (sitzend), Pro-Senectute-Beratung

**Wädenswil**  
 Mo 14 Uhr: Altersturnen im Kirchgemeindeaal  
 Di 14 Uhr: Altersturnen im Etzelsaal  
 Do+Fr 13.15 Uhr: Altersschwimmen

**Winterthur**  
 am Obertor 052/213 88 88  
 Wanderungen, Lismerchränzli, Tanzen, Jassclub, Malen, Porzellan malen, Tischdekorationen, Töpfern,

Literatur, geführte Autobiographien, Gesunde Küche, Vollwertkochkurse, Autogenes Training, Themenzentriertes Theater, Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit, Nähen, Zeichnen und Malen, Singen+Musizieren  
**Zürich**

## • Elternbildungszentrum 01/252 82 81

Die Gesprächsgruppe «Wir bleiben aktiv und positiv» sucht neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer!  
 Clubnachmittage mit den Themen:  
 – Wie will ich Beziehungen zu Mitmenschen pflegen?  
 – Welches Verhalten erleichtert neue Beziehungen?  
 – Wie erhalte ich meine Selbständigkeit?

Eine erfahrene Leiterin begleitet die Gespräche zu persönlichen und aktuellen Themen. An der Teilnahme interessierte Damen und Herren wenden sich an

**Ruth Rabian-Weyermann,** 01/261 29 66 od. 01/255 52 51  
**• 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, Autogenes Training, Eutonie

**• Zentrum Hardau** 01/491 19 22  
 Haltungsturnen und Arthrosegymnastik, Jassen, Kaffeerahmdeckeltausch, Kegeln, Patience, Schach, Spiel- und Tanznachmittage, Volks- und höfische Tänze, Wandern  
 Jeden 1. und 3. Di im M.: unentgeltliche Rechtsberatung (tel. Anmeldung)  
**Norastrasse 34: Do, 14–16 Uhr:** Persönlich, Beratung bei Alltagsproblemen  
 13.8.: Sommerfest in der Hardau

## • Zentrum Karl der Grosse 01/251 90 70

Offenes Altstadttsingen, Senioren und TV, Ziischtigstee  
 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

## • Sportamt der Stadt Zürich 01/491 23 33

Kurse: Atem und Bewegung, Billard, Faustball/Turnen, Fitness- und Krafttraining, Gesundheitsgymnastik, Gymnastik, Haltungsturnen, Jazzgymnastik, Jogging, Kegeln, Minitenis, Radfahren, Schwimmen, Selbstverteidigung, Ski alpin, Tanzen, Tennis, Turnen, Wassergymnastik/Fitnessschwimmen, Yoga

**• Verständigungs-Trainingskurse für Schwerhörige**  
 in Zürich, Schlieren, Küsnacht, Zollikerberg  
**Schwerhörigen-Verein Zürich,** Seestr. 45, 8027 Zürich, 01/202 73 53

## Diverses

**Senioren-Auslandreisen**  
 18.–21.7. Westböhmisches Bäderdreieck  
 23.–29.7. Ungarnrundreise  
**Martin Fiedler, 5703 Seon,** 064/55 11 27

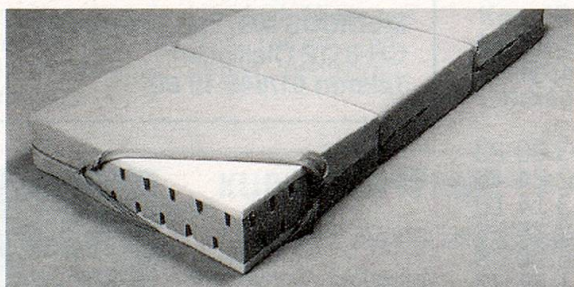
## Toscana

11.–16.6.: Menschen, Landschaft, Geschichte der Toscana kennenlernen mit Geri Berz  
**Il Gallinaio, I-53035 Monteriggioni/Siena,** 0039/577/30 47 94

## Aktivferien

**Migros-Genossenschafts-Bund**  
 Abwechslungsreiche Ferien für Menschen ab 50 im In- und Ausland wer-

## Dekubitus-Prophylaxe-Matratze superweich, dreiteilig



**ALLENSPACH MEDICAL AG**  
 4718 Holderbank SO

## Spezialangebot bis 1. Oktober 1994 10% Rabatt

1 Matratze komplett ~~Fr. 440.—~~ **Fr. 396.—**  
 3 Jersey-Hüllen à Fr. 55.— ~~Fr. 165.—~~ **Fr. 148.50**

- ◆ div. Matratzenschutz-Materialien
- ◆ Rollstuhlkissen
- ◆ Urinalkondom selbsthaftend
- ◆ Hydrogel-Kompressen
- ◆ Spitex-Badelift

Telefon 062 60 18 88, Fax 062 60 13 34



den im Katalog «Aktivferien 94» angeboten: z.B. «Gesünder geniessen», Fitness, Velotouren, Umweltfragen, Tennis, Kunst, Musik, Malen, Fotografieren, Gedächtnistraining, Informatik, Sprachen auffrischen, Bergwanderwochen mit kulturellen Begegnungen.

Migros-Genossenschaft-Bund, Postfach 266, 8031 Zürich

### Ferien «Das Band»

Die Vereinigung «Das Band» bietet begleitete Ferien für Erwachsene mit Asthma und anderen Atemwegserkrankungen an.

9.–23.7.: Davos-Platz

16.–30.7.: Yverdon-les-Bains

30.7.–13.8.: Reuthe (Bregenz, A)  
Vereinigung das Band, Gryphenhübelweg 40, Postfach, 3000 Bern 6, 031/351 42 70

### Golden-Age-Club

Informationen über Veranstaltungen:  
Golden-Age-Club, Bundesgasse 28, 3011 Bern, 031/320 73 60

### 1. Internationales

#### Senioren-Leichtathletikmeeting

3.7.: Zürich, Sportanlage Sihlhölzli, Teilnahmeberechtigt: Frauen und Männer von 40–80 Jahren. Disziplinen: Laufwettbewerbe, Weit- und Hochsprung, Kugelstossen, Diskus- und Speerwerfen.  
Sri Chinmoy Masiers Games, Käferholzstr. 264, 8046 Zürich, G:01/273 11 70, P:01/371 77 57

### Strassenmusik für Strassenkinder

11.6.: Auf allen Plätzen und Strassen sollen Junge und Junggebliebene für die Strassenkinder in aller Welt musizieren.

Terre des hommes Kinderhilfe, Postf. 550, 8026 Zürich, 01/242 11 37

### Appenzeller Witzwanderweg

Wanderoute Heiden–Wolfhalden–Walzenhausen.

Der «Witzweg-Führer» kann gratis bestellt werden beim Appenzellerland Tourismus AR, Postfach 16, 9063 Stein AR, 071/59 11 59

### Berlingen TG

15.6.–6.7.: Abendländische Kulturgeschichte im Bodenseeraum  
31.8.–21.9.: Schlösser am Bodensee

Die Zyklen finden jeweils mittwochs statt.

Senioren-Akademie Kronenhof, 8267 Berlingen, 054/61 33 82

### Bregenz (Vorarlberg)

bis 19.6.: Ausstellung «verwundert – vertraut» des Fotografen Hans Peter Klausner (1910–1989)

Vorarlberger Landhaus, Bregenz (A), Öffnungszeiten nur während den

Bürostunden, Sonn- und Feiertage geschlossen!

### Dulliken AG

6./7.8.: Heilen mit den Kräften der Natur

Franziskushaus, 4657 Dulliken, 062/35 20 21

### Grabserberg SG

29.7.–1.8./30.9.–2.10.: Älter werden und weiter wachsen

23.–25.9.: Unser Leben ist eine Schule

Kursort: Bildungszentrum Bädli, Zentrum für ganzheitliches Wachsen, 9472 Grabserberg, 081/771 29 19  
Informationen: S.+H. Wattenhofer, Hadlaubstrasse 144, 8006 Zürich, 01/361 72 00

### Herzberg AG

4.–8.7.: Wandertage für jung und alt; Aargauische Kostbarkeiten entdecken

10.–16.7./11.–17.9.: Ferienkurse mit amerikanischen Senioren

31.7.–7.8.: Herzberger Bachwoche, eine Sing- und Musizierwoche  
Haus für Bildung und Begegnung, 5025 Asp ob Aarau, 064/48 16 46

### Kappel am Albis ZH

18.–22.7.: Schritte nach innen – Schritte nach aussen (Atemarbeit und Meditation mit biblischen Texten)  
22.7.–24.7.: Über die Füsse zu unserer inneren Ordnung finden (Fussmassage)

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

### Konolfingen BE

4.–10.9.: Einkehrtage für Hörbehinderte im Evang. Zentrum Schloss Hünigen, 3510 Konolfingen i.E.

Informationen: U.+K. Röthlisberger, Styggässli 12, 3552 Bärau, 035/2 13 67

### Montana VS

2.–9.7.: Wanderwoche  
Evangelisches Kur- und Ferienhaus Bella-Lui, 3962 Montana, 027/41 31 14

### Mürren BE

11.–17.9./18.–24.9.: Senioren-Tenniswoche für Personen ab 50 (Tenniskurs, Spielübungen, Wandern, Schwimmen, Vorträge etc.)

Senioren-Tennis-Club Zürich, Werner Müller, Hohenklingenstr. 29, 8049 Zürich, 01/341 39 19

### Neukirch an der Thur TG

1.–3.7.: Tänze aus Lust am Leben  
16.–20.7.: Frauenwochenende

5.–7.7.: Vollwertküche  
Haus für Tagungen, Kurse, Ferienwochen, 8578 Neukirch an der Thur, 072/42 14 35

### Richterswil ZH

Schreiner-Grundkurse  
(2 oder 3 Wochen)

Kurszentrum Mülene, Seestrasse 72, 8805 Richterswil, 01/784 25 66

### Vevey VD

5.5.94–8.1.95: Ausstellung «Manger Design Essen» Die Ausstellung zeigt die Entwicklung des Designs rund um Esstisch und Küche von den 20er Jahren bis heute.

Di–So 10–12/14–17 Uhr, Alimentarium, Quai Perdonnet/Rue du Léman, 1800 Vevey, 021/924 41 11

### Wislikofen AG

29.6.–1.7.: Die Kunst des Älterwerdens

9./10.7.: Abschiednehmen – Mut zum Trauern

12.–14.8.: «Depression» – Die gestaute Lebenskraft  
Bildungszentrum Probstei, 8439 Wislikofen, 056/53 13 55

### Zürich:

#### Paulus-Akademie

20.–22.6.: Einführung in die Praxis der Trauerbegleitung und Trauerberatung

3./4.9.: Getrennt, geschieden: Offen für neue und alte Lebenswünsche  
Carl Spitteler-Strasse 38, 8053 Zürich, 01/381 34 00

### Zürich: Senioren-Animation

22.–24.8.: Einführung  
Migros-Genossenschafts-Bund, Sozialfragen, Postfach 266, 8031 Zürich, 01/277 21 78

## HAUSBETREUUNG 24 Stunden



Wir  
**BETREUEN**  
und  
**PFLEGEN**

betagte, ältere und spitalentlassene Menschen zu Hause

- Pflege und Betreuung
- Haushalt, Einkauf, Kochen
- Putz- und Gartenarbeit

Tag und Nacht sowie an Wochenenden und Feiertagen

Hausbetreuungsdienst für Stadt und Land AG

Telefon 155 27 17  
verbindet Sie in die entsprechende Filiale