

**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 Kantonnamen 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, Volks- tanz, Atemgymnastik, Schach, Theater, Musizieren, Autogenes Training, Tischtennis, Akkordeon-Spiel  
20.-27.6.: Ferien in Hilterfingen  
3.-7.10: Fröhliche Volkstänze (Bodern, 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, Minitennis, 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, 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, Töpferei, 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, Minitennis, Aquarelle malen, Wanderungen, Englisch und Italienisch, Umgang mit Telefonbeantworter, Walken, Velofahren, Jung und Alt gemeinsam beim Spiel, Schwimmen, Pool-Billard, Gedächtnistraining, 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

<b>Lyss</b>	032/84 71 46
Mittagstisch, Tanznachmittage	
<b>Meiringen</b>	036/71 32 52
<b>Spiegel</b>	031/972 40 30
<b>Spiez</b>	033/54 61 61
Musik und Gesang, Seniorenbüro, Tanznachmittage, Musik & Gesang	
<b>Tavannes</b>	032/91 21 20
<b>Unterseen</b>	036/23 38 40

<b>Freiburg</b>	037/22 41 53
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen	

<b>Genf</b>	022/321 04 33
Langlauf, Schwimmen, Turnen	

<b>Glarus</b>	058/61 40 32
Langlauf, Schwimmen, Turnen, Wandern	

<b>Graubünden</b>	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

<b>Jura</b>	066/22 30 68
Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen	

<b>Luzern</b>	041/23 03 25
Jogging, Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Volkstanz, Wandern	041/23 01 80

<b>Emmenbrücke</b>	041/55 84 66
<b>Hochdorf</b>	041/88 68 08
<b>Luzern (Land)</b>	041/23 05 28
<b>Luzern (Stadt)</b>	041/23 73 43
● <u>Evang. Studentenheim</u> Schweizerhausstr. 4: 041/23 16 31	
Mittagstisch, Treffpunkt	
● <u>Alterssiedlung Eichhof</u> Handarbeitsstube 041/41 59 82	
Tanznachmittag 041/23 03 25	
● <u>Altersstube Dornacherstr. 6</u> : 041/23 16 31	
● <u>Weitere Angebote</u> : Bürgergemeinde 041/41 81 81	
Seniorenzentrum Centralpark 041/44 22 25	
● <u>Silberclub</u> , Moosstr. 15 6003 Luzern 041/23 16 53	
<b>Schüpfheim</b> 041/76 20 33	

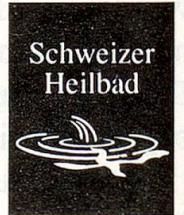
**KURHOTEL TERME ★★★★** 6855 Stabio Tel. 091/47 15 64

*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/Wassergymnastik, Volkstanz, Turnen, Turnen im Heim, Wandern (Informationen nur vormittags)  
**Schaffhausen** 053/24 80 77  
 Seniorentreffpunkt, Herrenacker 25: Singen, Spielen, Orchester, Mittagstisch, Sprachkurse Englisch, Italienisch und Französisch, Handarbeit, Stammtisch, diverse Kurse  
**Seniorenbühne** 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 Gänzenbrunnen  
 Mittagstisch in Gänzenbrunnen, Anmeldung: 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.: Kundheits-Bus (Messen)

und Testen von Gewicht, Größe, Blutdruck, Lungenfunktion, Blutzucker, Cholesterin)

**Gossau** 071/85 85 83  
 Turnen, Sprachen, Gedächtnistraining, Wandern, Singen

**Rorschach** 071/41 17 87  
**St. Gallen** 071/22 77 63  
 oder 071/23 40 11

Gymnastik, Kochen, Malen und Zeichnen, 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, Turnen, 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**, Lauerstrasse 39  
 CH-8112 Oetelfingen  
**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, Rommée-Spielen, Mittagsclub, Kochkurs für Männer, Offenes Singen, Gedächtnistraining

## VERANSTALTUNGEN

**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: Seniorenpausch im Sanapark (Fr. 15.–) (Jonglieren, Tischtennis, Fitness-training, Minitennis, 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 Kirchgemeindesaal  
 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, Töpferei,

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 Espenholz** 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, Kaffeerahmdeckeli-Tausch, 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 Altstadtsingen, 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, Minitennis, 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

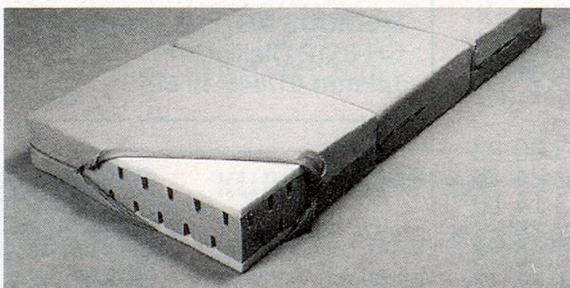
11.–16.6.: Menschen, Landschaft, Geschichte der Toscana kennenlernen mit Geri Berz  
 II Gallinaio, I-53035 Monteriggioni/Siena, 0039/577/30 47 94

### 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. «Gesunder 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 Atemwegs-erkrankungen an.  
9.-23.7.: Davos-Platz  
16.-30.7.: Yverdon-les-Bains  
30.7.-13.8.: Reuthe (Bregenz, A)  
**Vereinigung das Band, Gryphenhübeliweg 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 Masiens 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

Wanderroute Heiden-Wolfhalden-Walzenhausen.  
Der «Witzweg-Führer» kann gratis be-stellt 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 Klauser (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.: Einkehrtag für Hörbehinderte im Evang. Zentrum Schloss Hünen, 3510 Konolfingen i.E.  
Informationen: U.+K. Rothlisberger, 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 Mühle, 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 spitallassene 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