

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 74 (1996)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** Pro Senectute Schweiz

### **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:** 07.01.2026

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



# Zwei neue Pro-Senectute-Filme: Bewegte Körper, die bewegen



Szene aus  
dem Film  
«Bewegter  
Montag».

Foto:  
Pro Senectute

Von Hanspeter Stalder

**A**m 12. September stellte Pro Senectute in Bern ihre beiden Videofilme «Bewegter Montag» und «Bewegter Mittwoch» von Marlies Graf Dätwyler vor. Damit hat die bekannte Dokumentaristin zum zweiten Mal für die Schweizerische Stiftung einen Film gedreht. 1987 war es «Alt-Tage», in dem das Alter als Vielfalt von Lebensformen, die Altersarbeit als Begegnung mit dem Alter dargestellt wurde. Diesmal sind es zwei Dokumentarfilme, die aus der Perspektive von «Körper und Bewegung» (so der Arbeitstitel) vier alte Frauen und vier alte Männer porträtiert.

## «Bewegter Montag»

Im ersten Videofilm stellt uns die Filmmacherin die Seniorinnen Emmy Baumann, Ida Linder, Olivia Michel und Heidi Richner bei den Zusammenkünften der Volkstanzgruppe Biel (Leitung Käti Luterbacher) und bei privaten Gesprächen vor. Sie nähert sich ihnen offen und behutsam und zeichnet differenzierte und ganzheitliche Bilder von alten Frauen mit ihren Freu-

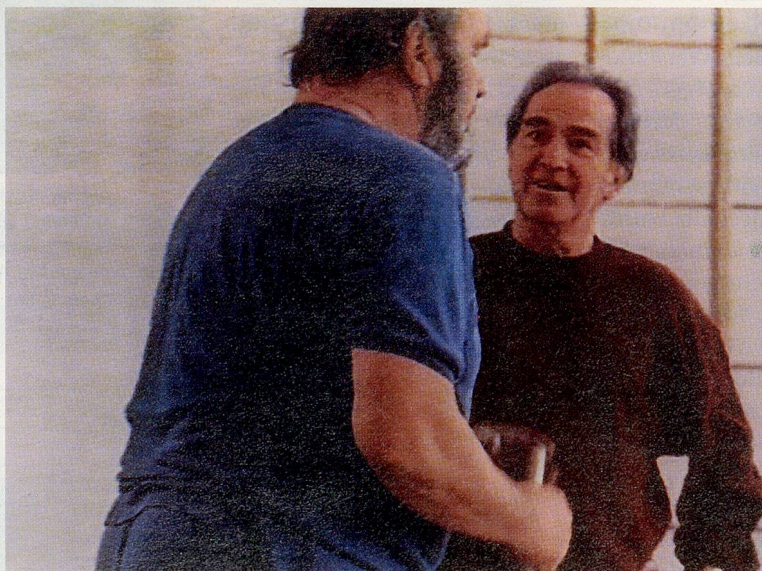
den und Sorgen, Sehnsüchten und Ängsten, ihren Beziehungen untereinander, ihrem Frau-Sein im Alter. Was Tanzen für sie bedeutet, kommt in ihren Worten und in Bildern zum Ausdruck. «Bewegter Montag» ist eine künstlerische Auseinandersetzung mit vier Frauen, ihren «Körper gewordenen Biografien».

## «Bewegter Mittwoch»

Ähnliche Porträts, diesmal von Raymond Brender, Hans Misteli, Bernhard Scheidegger und Josef Wopmann, enthält der zweite Videofilm. Er zeigt die Männer in der Seniorenturngruppe Derendingen (Leitung Regine Brand) und in Gesprächen zu Hause. Marlies Graf montiert in beiden Filmen Bilder und Töne, die Einblick geben in das Leben älterer Menschen, die dem vordergründig Gezeigten Hintergrund verleihen. Dabei kann es geschehen, dass wir die Männer und Frauen, die wir kennengelernt haben, allmählich richtig gern bekommen. «Bewegter Mittwoch», diese künstlerische Annäherung an vier Menschen, ist in einer Form gemacht, dass sich ein älteres wie ein jüngerer Publikum darin wiedererkennen kann. Dann aber spielen die Filme nicht mehr in Derendingen oder Biel, sondern in meiner Umgebung, bei meinen Mitmenschen, in meinem Leben.

## Bilder und Töne, die bewegen und reich machen

Wie in einem Puzzle zeigt Marlies Graf Bilder und Töne von alten Frauen und Männern, teils logisch, teils assoziativ montiert. Diese schildern uns als



Szene aus  
dem Film  
«Bewegter  
Mittwoch».

Foto:  
Pro Senectute



ganzes das Alter als eine Lebensphase mit reichen Erfahrungen, menschlicher Tiefe, mit Reichtum an innerer und äusserer Schönheit. Solche Bilder sind das Gegenteil des modisch aufgemotzten Woopy-Looks eines gewissen Seniorenmarketings, mit dem gelegentlich auch die Altersarbeit sich zu verkaufen versucht. Ich glaube, dass wir die ehrlichen und menschenwürdigen Altersbilder, wie sie dieser und andere künstlerisch gestaltete Filme bringen, zu verteidigen haben gegen das Vereinnahmen durch Werbezwecke und Medien-trivialität. Ob nicht solch einfühlsame und differenzierte Altersbilder, wie sie die beiden Filme enthalten, die beste Werbung für das Alter sind?

«Bewegter Montag» und «Bewegter Mittwoch» zeigen, wie während eines langen Lebens die Körper, ihre Glieder, Gesichter, Worte, Blicke und Gesten zu dem wurden, was sie jetzt sind. Andererseits wird erlebbar, wie mit Turnen, Tanz, Musik und Gesprächen die Männer und Frauen darauf Antworten suchen, die ihnen Selbstwert, Befreiung, Ausgewogenheit, Freude und Glück verschaffen.

Marlies Graf Dätwyler hat im Film solche Aussagen herausgearbeitet. Doch ganz ausschöpfen werden wir das Werk erst, wenn wir die andere Hälfte des künstlerischen Schöpfungsprozesses selbst leisten: indem wir hinhören, hinsehen, lesen, deuten, unsere Gedanken und Gefühle, Assoziationen und Erinnerungen einbringen. Dass uns dies gelingen möge, dafür ist der Film so ruhig, hat er immer wieder Pausen. Erste Gespräche haben gezeigt, dass diese beiden neuen Videofilme uns bewegen, dass sie uns bereichern können.

Die zwei Videofilme sind schweizerdeutsch und zu einem kleinen Teil französisch gesprochen (schriftdeutsch untertitelt). Die 60minütige VHS-Kassette mit beiden Werken wird bis Ende Jahr zu Fr. 50.-, später zu Fr. 150.- bei Pro Senectute Schweiz, Ressort AV-Medien, Postfach, 8027 Zürich, Tel. 01/283 89 89, verkauft. Im Verleih ist das Video bei Zoom, Erlachstrasse 21, 3000 Bern 9, Telefon 031/301 01 16, zu Fr. 40.- erhältlich. ◆

## Herbstsammlung von Pro Senectute

Aufruf von  
Bundesrätin Ruth Dreifuss

*Das Jahr 1996 ist zum Internationalen Jahr zur Eindämmung der Armut ausgerufen worden. Wir tun gut daran zu erinnern, dass die Schweiz davon nicht ausgenommen ist und dass ältere Menschen besonders betroffen sein können. Das Netz unserer Sozialversicherungen genügt leider nicht in allen Fällen und gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten ist es unerlässlich, dass es aufrecht-erhalten und verstärkt wird.*

*Es braucht manchmal nur ganz wenig, um zu vermeiden, dass ältere Menschen grossen Schwierigkeiten gegenüberstehen. Die Stiftung für das Alter Pro Senectute ist ein wesentliches Glied in der Solidaritätskette mit Älteren. Sie gibt sofortige und unbürokratische Hilfe. Mit Dienstleistungen wie Haushilfe- und Mahlzeiten-diensten unterstützt sie ältere Menschen dabei, möglichst lange ihre Unabhängigkeit zu bewahren. Diese können auch von Kursen, Ausflügen und anderen kulturellen Aktivitäten profitieren und haben damit Gelegenheiten zur Begegnung.*

*Pro Senectute setzt sich an verschiedenen Fronten unserer Älteren ein. Um diesem breiten Aufgabenbereich zu genügen, ist sie auf die Grosszügigkeit der Öffentlichkeit angewiesen. Bitte unterstützen auch Sie diese unentbehrliche Arbeit, damit die ältere Generation mitten im Leben bleiben kann.*

Ruth Dreifuss  
Präsidentin der  
Stiftungsversammlung  
von Pro Senectute

Ein ganzes Jahr lang  
Freude bereiten ...

mit dem  
Geschenkabonnement  
der **ZEITLUPE**

10 Ausgaben für Fr. 28.-  
(inkl. MwSt.)

Benutzen Sie den Talon auf Seite 55

*Abano  
noch nie so  
preisgünstig!*



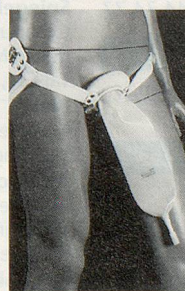
**STÖCKLIN KUR- UND  
GESUNDHEITS-FERIEN**

Abano • Montegrotto  
Ischia • Montecatini  
Bad Mitterndorf  
Héviz-Ungarn  
Oberstaufen • Lans



Verlangen Sie unseren detaillierten  
Katalog über Kur- und Gesundheitsferien

**Stöcklin Kurreisen • 8002 Zürich  
Beethovenstr. 49 • Tel. 01 201 92 20**



Kein Hosen- und Bett-nässen mehr!

**Numax  
Patent Urinal**  
für Männer und Frauen

- sicher und einfach in der Anwendung
- Reisen problemlos

Senden Sie mir kostenlos und diskret Unterlagen

für ☐ Männer ☐ Frauen

Name:

Adresse:

Telefon:

**NUMAX** medical, Ryf 66, 3280 Murten  
Telefon 037/71 48 45, Fax 037/71 48 46

ZL



Die **Beratungsstellen** von Pro Senectute (Telefonnummern neben den betreffenden Ortschaften) geben Ihnen gerne Auskunft über weitere Veranstaltungen.

Die Telefonnummern der **Kantonalen Geschäftsstellen** sind neben den Kantonsnamen aufgeführt.

Das **Zentralsekretariat** befindet sich in Zürich: Pro Senectute Schweiz, Zentralsekretariat, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Tel. 01/283 89 89, Fax 01/283 89 80

## Aargau 062/824 08 77

Atemgymnastik, Gymnastik, Jogging, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Velofahren, Wandern.

Diverse Angebote: Autogenes Training, Spiel- und Tanznachmittage, Jassen, Schach, Gedächtnistraining, Sprachkurse, Theater, Musizieren, Seniorenorchester, Akkordeongruppen, Singen, Kochkurse, Mittagstisch, Treffpunkt für Ältere, Sonntagstreff, begleitete Ferienwochen, Lebenshilfekurse, Selbsthilfegruppen

Aarau	062/824 08 66
Baden	056/221 11 22
Brugg	056/441 06 54
Frick	062/871 37 14
Lenzburg	062/891 77 66
Muri	056/664 35 77
Reinach	062/771 09 04
Rheinfelden	061/831 22 70
Wohlen	056/622 75 12
Zofingen	062/752 21 61
Zurzach	056/249 13 30

**Aargauer Senioren-Auslandreisen**  
29.11.–1.12. Deidesheim, Speyer  
31.12.–2.1. München  
Pfr. Martin Fiedler, Kirchstrasse 41,  
5703 Seon, Tel. 062/775 04 04

## Appenzell AR 071/351 25 17

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern	
Heiden	071/891 62 49
Herisau	071/351 25 17
Speicher	071/344 34 77

## Appenzell AI 071/787 31 55

Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern

## Baselland 061/927 92 33

Jogging, Langlauf, Ski alpin, Schwimmen, Volkstanz, Turnen, Velofahren, Wandern.  
Angebote: Persönliche Beratung, Mahlzeitendienst, Verleih von Rollstühlen, Elektrobetten und anderen Hilfsmitteln (auch für Personen aus SO und BS), Sprach- und Kreativkurse, Vorbereitung auf Pensionierung  
Programmheft 061/927 92 33

## Basel-Stadt 061/272 30 71

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

**Luftgässli 3:** Englisch, Französisch, Italienisch, Latein; EDV

**Pro-Senectute-Kurszentrum, St. Alban-Vorstadt 93:** Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Russisch, Club de conversation française, English Conversation Club; Aquarellieren, Zeichnen, Bauernmalen, Flötenkurs, Kalligrafie, Perlenbäumchen, Gewürzsträusschen, Seidenmalen; Gedächtnistraining, Gymnastik und Tanz, Selbstverteidigung u.a.

**Alterszentrum Weiherweg:** Jassen, Schach, Tanzabende, Konzerte  
**Dräpfunggt Wiisedamm:** Jassen, Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Kaffee usw.

**Im Rankhof Haus Nr. 8:** Musizieren, Gitarrenspiel, Singen, Kleider nähen, Englisch

**Kaserne Klybeckstr. 1b:** Englisch, English Conversations Club, Fotolabor, Jass-Treff Mo–Fr 14–17  
Mittagstisch 061/691 66 10

## Bern 031/352 35 35

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern (Grundangebote der Regionalstellen)

**Bern-Stadt 031/351 21 71**  
Atem- und Körperschule, Beckenbodengymnastik, Feldenkrais, Fitness ab 50, Gymnastik, Jassen, Mini-Tennis, Rheumaturnen, Rückengymnastik, Tai Chi/Qi-Gong, Turnen für Männer, Velotouren, Walking (sportliches Marschieren), Wassergymnastik  
28.10.–2.12. (je Mo, 19–21.30 Uhr): «Kurs zur Vorbereitung auf die Pensionierung» (für Frauen und Männer, die allein leben)  
19.–25.1.97: Langlaufwoche Goms  
8.–15.3.97: Ski-alpin-Woche

3005 Bern	031/352 83 04
3007 Bern	031/371 45 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

**Bern-Land 031/972 40 30**

**Spiegel** Computerkurs, Selbstverteidigung, Mini-Tennis, Tennis, Tai Chi, Gedächtnistraining

**Biel 032/22 75 25**

Mini-Tennis, Mittagstisch, Sonntagsclub, Senioren-Galerie

**Burgdorf 034/22 75 19**

Mini-Tennis, Offenes Singen, Tagesgruppe, Gedächtnistraining, Seniorenferien

**Interlaken 036/22 30 14**

**Jura bernois 032/91 21 20**

Gedächtnistraining

**Konolfingen 031/791 22 85**

**Laupen 031/747 63 67**

Mini-Tennis, Mittagstisch, Gedächtnistraining

## Oberaargau

Langenthal 063/22 71 24

### Oberhasli

Meiringen 036/71 32 52

Mini-Tennis, Tennis, Singen, Mittagstisch

### Oberland West

Spiez 033/54 61 61

Gruppe Musik+Gesang, Yoga-kurse, Mini-Tennis, Tennis, Gedächtnistraining

### Seeland

Lyss 032/84 71 46

Mittagstisch, Mini-Tennis, Tennis, Selbstverteidigung, Seniorentheater, Gedächtnistraining

### Schwarzenburg/Seftigen

3008 Bern 031/381 22 77

Gedächtnistraining

### Signau

3550 Langnau 035/2 38 13

### Trachselwald

Huttwil 063/72 80 48

ab 9.11.96: 062/962 80 48

### Tanznachmittage:

Beginn jeweils 14.30 Uhr, wenn nichts anderes angegeben.

15.10.: Burgdorf (Schützenhaus)

16.10.: Langenthal (Bären)

17.10.: Interlaken (Kursaal)

25.10.: Ins (Bären)

29.10.: Bern (Jardin)

30.10.: Spiez (Lötschbergzentrum)

31.10.: Sumiswald (Bären)

6.11.: Oberhofen (Riderhalle)

6.11.: Biel (Union, 15 h)

11.11.: Bern (National)

12.11.: Burgdorf (Schützenhaus)

14.11.: Brugg (Bahnhof)

## Freiburg 037/27 12 40

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen

## Genf 022/321 04 33

Langlauf, Schwimmen, Turnen

## Glarus 055/640 40 32

Schwimmen, Turnen, Wandern

## Graubünden 081/252 75 83

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

**Chur 081/252 44 24**

**Ftan 081/864 03 02**

**Ilanz 081/925 43 26**

**Samedan 081/852 34 62**

**Thusis 081/651 43 17**

## Jura 066/22 30 68

Schwimmen, Tanzen, Turnen

## Luzern 041/210 03 25

Jogging, Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Volkstanz, Wandern 041/210 01 80

## «Lernen ist Leben – auch im Alter»

28.10., 9–18 Uhr: Veranstaltungen zum Thema «Gesundheitsförderung im Alter», Vögeli-Gärtli bei der Lukas-Kirche in Luzern (für Referate und Schnupperlektionen Anmeldung erforderlich).  
041/970 40 20

Luzern (Stadt) 041/210 73 43

### Mittagstisch, Treffpunkt

Evangel. Studentenheim, Schweizerhausstr. 4 041/210 16 31

**Handarbeitsstube** 041/310 59 82

### Tanznachmittage

Alterssiedl. Eichhof, Steinhofstr. 7 041/210 03 25

### Seniorentreff:

Dornacherstr. 6 041/210 16 31

### Luzern (Land)

**Ebikon** 041/440 77 10

**Emmenbrücke** 041/268 09 60

**Kriens** 041/311 21 22

**Hochdorf** 041/910 68 08

**Schöpfheim** 041/484 20 33

**Sursee** 041/921 69 67

**Willisau** 041/970 25 91

## Neuenburg 039/23 20 20

Langlauf, Schwimmen, Turnen

**Fleurier** 038/61 35 05

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

**Le Locle** 039/31 47 76

**Neuchâtel** 038/24 56 56

## Nidwalden 041/610 76 09

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern

**Stans** 041/610 76 09

Gedächtnistraining, Englisch, Italienisch, Französisch, Vorträge, Exkursionen, Ferienwochen, Jassen

## Obwalden 041/660 57 00

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern

**Sarnen** 041/660 57 00

div. Mittagstische im Kanton, Gedächtnistraining

## Schaffhausen 052/624 80 77

Langlauf, Schwimmen/Wassergymnastik, Volkstanz, Lauffest, Turnen, Turnen im Heim, Seniorentennis, Velofahren, Wandern, Wanderferien

**Schaffhausen** 052/624 80 77

Seniorentreffpunkt, Vorstadt 54: Singen, Spielen, Orchester, Mittagstisch, Englisch, Italienisch, Spanisch, Handarbeit, Kulturprogramm

Senioren Bühne 052/672 36 65

**Neunkirch** 052/681 17 88

## Schwyz 041/811 48 76

Schwimmen, Turnen, Wandern

Kreis Einsiedeln 055/442 65 55

Kreis Goldau 041/810 00 48

Kreis March 055/442 65 56

Kreis Schwyz 041/811 39 77

## Solothurn 065/22 97 80

ab 9.11.96: 032/622 97 80

Neue Bildungsangebote: Kursbeginn Oktober 96: Gedächtnistraining, Englisch, Fussdruckmassage, Wassergymnastik, PC-Kurse, Autogenes Training, Volkstanz etc.

Infos: 065/22 27 83

ab 9.11.96: 032/622 27 83

Alter+Sport 061/701 65 41

**Balsthal** 062/391 16 61

**Breitenbach** 061/781 12 75

Bildungskurse 061/731 30 52



**Grenchen** 065/52 49 02  
ab 9.11.: 032/652 49 02  
**Olten** 062/296 64 44/45  
Sen.-Tanz neu im Hotel Emmental  
**Solothurn** 065/22 32 42  
ab 9.11.: 032/622 32 42  
Bildung, Sport und Projekte:  
065/22 27 83  
ab 9.11.: 032/622 27 83

#### **St. Gallen 071/222 56 01**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern  
**Altstätten** 071/755 56 33  
**Buchs** 081/756 41 59  
Sprachkurse, Holzwerkstatt, Ge-  
dächtnistraining, Töpfern, Kochen  
für Männer, Malen, Bewegungs-  
und Atemschulung  
**Degersheim** 071/371 17 13  
Verschiedene Kurse  
**Gossau** 071/385 85 83  
Turnen, Sprachen, Gedächtnis-  
training, Wandern, Singen  
**Oberuzwil** 071/951 32 25  
071/951 60 41  
Sprachen, Kochen, Literarischer  
Zirkel und andere Kurse  
**Rorschach** 071/841 17 87  
Diverse Aktivitäten  
(Unterlagen anfordern)  
**Sargans** 081/723 63 65  
gleiche Angebote wie bei Buchs  
**St. Gallen** 071/223 40 11  
Gymnastik, Kochen, Malen und  
Zeichnen, Familienkunde, Flöte,  
Gedächtnistraining, Autogenes  
Training, Familienkunde, Literatur  
und Poesie, Sprachen, Singen,

Stricken – Sticken – Häkeln, Sonn-  
tagstreff, Senioren-Orchester,  
Betriebsbesichtigungen  
SG-Ost: 071/223 40 44  
SG-Centrum: 071/223 40 45  
SG-West: 071/223 29 36  
**Uznach** 055/285 92 40  
**Uzwil** 071/951 34 80  
071/951 56 35

Sprachen, Gedächtnisaktivierung,  
Nähen, Kochen, Atmen und  
Entspannen, Literarischer Zirkel,  
Instrumental-Gruppe  
**Wattwil** 071/988 52 62  
**Wil** 071/913 87 88  
Sprachen, Gedächtnisaktivierung,  
Malen, Flötengruppe, Literarischer  
Zirkel und andere Kurse

#### **Tessin 091/911 73 80**

Langlauf, Schwimmen, Turnen  
**Bellinzona** 091/825 92 92  
**Blenio Riviera e Leventina**  
091/862 42 12  
**Locarno e Valle-maggia**  
091/751 31 31  
**Lugano** 091/911 73 85/87  
**Mendrisio** 091/646 36 36  
**Moesano** 091/827 37 37  
*Centri diurni terapeutici:*  
**Bellinzona** 091/825 05 30  
**Locarno** 091/751 13 30  
**Lugano** 091/971 26 62  
**Mendrisio** 091/646 08 77

#### **Thurgau 071/622 51 20**

Schwimmen, Tanzen, Turnen,  
Wandern

**Frauenfeld** 052/721 58 01  
Senioren-Tanz (Hotel Blumen-  
stein), Senioren-Zyklus, Aktion P,  
Nachbarschaftshilfe, Gedäch-  
tnistraining (Rheinstrasse 6), Rad-  
fahren  
**Kreuzlingen** 071/672 77 78  
Senioren-Volkstanz im Zentrum  
**Bären** 071/672 40 84  
**Romanshorn** 071/461 20 90  
**Weinfelden** 071/622 51 20

#### **Uri 041/870 42 12**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Wandern  
**Altdorf** 041/870 42 12

#### **Vaud 021/646 17 21**

Schwimmen, Tanzen, Turnen  
**Lausanne** 021/646 17 21

#### **Wallis 027/22 07 41**

**Sekretariat Oberwallis**  
028/46 13 14  
Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Velofahren, Wandern  
Kurse: Gedächtnistraining  
**Brig** 028/22 93 20  
**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

#### **Zug 041/711 43 66**

Kurse und Veranstaltungen in den  
Bereichen Treffpunkte, Projekte,  
Alltag und Gesundheit, Haus und  
Küche, Spielen, Musik und Tanz,  
Computer, Gestalten, Literatur  
und Philosophie, Kultur, Ferien  
und Reisen, Sprachen, Natur,  
Wandern, Sportkurse, Schwim-  
men und Turnen (Halbjahres-  
Programme) 041/710 46 22  
Sozialberatung:  
**Baar/Cham/Hünenberg/  
Steinhausen** 041/710 46 24  
**Menzigen/Neuheim/Ober-  
und Unterägeri** 041/711 70 33  
**Zug/Oberwil/Risch/Rotkreuz/  
Walchwil** 041/710 46 23

#### **Zürich 01/422 42 55**

Langlauf, Schwimmen, Tanzen,  
Turnen, Velo, Walking, Wandern  
Eine Angebotsliste für Turnen und  
Gymnastik, für Schwimm-, Volks-  
tanz- und Wandergruppen sowie  
Langlauf kann telefonisch bestellt  
werden.  
**Affoltern/Dietikon** 01/761 37 63  
**Andelfingen/**  
**Winterthur** 052/212 05 06  
**Bülach/Dielsdorf** 01/860 55 60  
**Oberland** 01/931 50 70  
**Horgen/Meilen** 01/923 23 33  
**Uster** 01/942 07 01  
**Zürich-Stadt**  
(1/6/7/8/10/11/12) 01/422 51 91  
**Zürich-Stadt**  
(2/3/4/5/9) 01/241 09 31



# ZEITLUPE

# BESTELLTALON

■ Ich bestelle die Zeitlupe ab sofort für mich  
(10 Ausgaben jährlich Fr. 28.–, Europa Fr. 34.–, übriges Ausland Fr. 40.–, inkl. MwSt).  
Meine Adresse finden Sie im Feld links.

■ Senden Sie ein Geschenk-Abonnement (mit Geschenkkarte) an den Empfänger im Feld rechts,  
die Rechnung an meine Adresse.

#### Meine Adresse

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Geburtsjahr

#### Geschenk-Empfänger

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Geburtsjahr

10/96

Bitte in Blockschrift schreiben! Coupon senden an: ZEITLUPE • Verlag • Postfach 642 • 8027 Zürich.  
Telefonische Bestellungen: 01/283 89 00; Bestellungen per Fax: 01/283 89 10