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

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 74 (1996)

Heft: 4

**Rubrik:** Pro Senectute live: neuer Zentralsekretär

#### 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

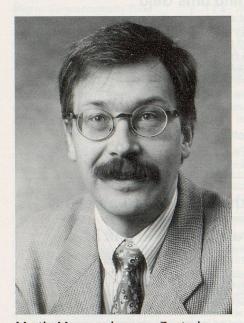
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 19.11.2025

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



# Neuer Zentralsekretär



Martin Mezger, der neue Zentralsekretär von Pro Senectute Schweiz.

Foto: Pro Senectute Schweiz

Martin Mezger löst Mitte April den altershalber zurücktretenden Dr. Ulrich Braun als neuer Zentralsekretär der Pro Senectute Schweiz ab. Hier ein erstes Gespräch mit ihm.

Herr Mezger, was reizt Sie, den Posten des Zentralsekretärs von Pro Senectute zu übernehmen?

Ich habe – wenn man meine Berufsbiografie betrachtet - zwei Beine, die etwa gleich ausgebildet sind. Das eine ist im Sozialen verankert: Ich hatte immer mit sozialen und sozialpolitischen Fragen zu tun und habe praktische Erfahrung in der Einzelhilfe und in der Begleitung von einzelnen. Ich befasste mich auch mit Sozialethik, die über das Menschengerechte in der Gesellschaft nachdenkt. Diese Aspekte haben mich immer beschäftigt und begleitet. Und ich glaube, dass sich auf diesem Gebiet eine gewisse Kompetenz herausgebildet hat. Mein zweites berufliche Bein ist im Management verankert: Mich interessieren Führungs- und Leitungsaufgaben, Betriebswirtschaft und Organisationsfragen. Ich trage gerne dazu bei, dass eine Institution, ein Organismus, ein Ensemble von Menschen funktioniert. Ich bin sehr gespannt darauf, wie dieses Haus, das Zentralsekretariat von Pro Senectute, funktioniert. Wie organisieren sich die Menschen, die eine gemeinsame Aufgabe haben, und wie kann man diese Organisation noch optimieren? Schon meine vorherige Stelle bei «pro juventute» hat die Kombination Soziales und Management zugelassen. Nun kann ich dies als neue Herausforderung quasi eine Etage höher nochmals versuchen - und zwar in einem Alter, in dem ich meine, noch genug Kraft zu haben, etwas Neues zu beginnen.

Hätten Sie sich bei einer anderen Organisation ebenfalls beworben? Haben Sie zu Pro Senectute eine besondere Beziehung?

Ich hätte mir nicht vorstellen können, dass ich Direktor in einem Industriebetrieb geworden wäre. – Innerhalb des sozialen Bereichs hätte ich mir jedoch auch eine andere Stelle vorstellen können. Nun finde ich es aber sehr spannend, in meinem Alter mich auch beruflich mit Fragen beschäftigen zu können, die sowieso bald auf mich zukommen. Ich spüre viel Lust und Interesse, mich diesen zu stellen.

Dazu kommt auch die Erkenntnis, wie wichtig der ganze Alterssektor ist – gesellschafts- und sozialpolitisch gesehen. Darin eine Funktion übernehmen und einen Beitrag leisten hat etwas ganz Faszinierendes an sich.

Eine Überlegung, die ich ganz wichtig finde, möchte ich anfügen: Ich komme von «pro juventute», der Stiftung, die für Kinder, Jugendliche und Familien zuständig ist. Da möchte ich nicht alles vergessen, was ich in den letzten vier Jahren dachte und erarbeitete. Wir dürfen nicht in eine Gesellschafts- und Sozialpolitik hineinkommen, die von Gruppenegoismen geprägt wird: zum Beispiel die Jungen gegen die Alten, die Alleinerziehenden gegen die traditionellen Familien. Ich bin überzeugt, dass letztlich alle verlieren, wenn man Gruppenegoismen gegeneinander ausspielt. Ich möchte mich intensiv für die

betagten Menschen einsetzen – aber gleichzeitig berücksichtigen, dass es auch andere Gruppen mit berechtigten Ansprüchen in unserer Gesellschaft gibt. Ich glaube, dass wir Lösungen finden müssen, die für alle akzeptabel sind.

Sie wohnen im Kanton Glarus, in Linthal. Warum? Hat dieser Ort für Sie eine Bedeutung, oder hat es Sie zufällig dorthin «verschlagen»?

Ich bin kein Mensch, den es einfach irgendwohin «verschlägt». Verschiedene Faktoren haben bei der Wahl des Wohnortes eine Rolle gespielt: Als unsere Kinder im Kindergartenalter waren, wollten meine Frau und ich eine Rollenteilung erproben. Dies bedeutete, dass wir bescheidener leben mussten. Und so beschlossen wir, in unser Ferienhaus zu ziehen. Als die Kinder noch ganz klein waren, hatten wir schon Tiere - und es war für uns wichtig, dass wir am neuen Wohnort ebenfalls Tiere halten konnten. Wir hatten vor allem Schafe und Esel. Heute haben wir noch drei Esel – Familientiere –, die ab und zu auch von Kindergartenklassen oder Nachbarkindern besucht werden.

Doch nicht nur deswegen halten wir die Esel. Esel sind faszinierende Tiere. Man dichtet Ihnen zwar an, sie seien dumm und stur. Beides stimmt nicht. Sie sind sehr sorgfältig – und dies legt

## **Martin Mezger**

wurde am 11. August 1949 geboren und wuchs in der Stadt Zürich auf. Er studierte in seiner Vaterstadt und in Tübingen evangelische Theologie und Publizistik-Wissenschaft. Vor seinem Amtsantritt als Zentralsekretär von Pro Senectute war er Mitglied der Geschäftsleitung der Schweizerischen Stiftung «pro juventute» und Leiter des Fachdepartements. Er arbeitet auch in der Schweizerischen Unesco-Kommission mit und hat vielfältige Erfahrungen im Spitexbereich. Er ist verheiratet und hat drei Söhne im Alter von 18, 19 und 21 Jahren.

man ihnen als Sturheit aus. Wenn sie zum Beispiel von einem Feldweg auf eine Asphaltstrasse wechseln, wollen sie zuerst einmal wissen, was Asphalt ist, wie man darauf stehen kann. Esel haben vieles an sich, was wie ein Gegenbild zur heutigen Zeit wirkt: Sie sind sorgfältig, sie sind langsam, sie sind zuverlässig.

Arbeiten Sie gerne – wenn ich jetzt an Ihre Vorliebe für das Verhalten der Esel denke – vor allem mit Menschen zusammen, die bedächtig sind, herumschauen, sich überlegen, nicht einfach irgend etwas machen?

Sorgfalt, Achtsamkeit im Umgang miteinander – privat oder auch geschäftlich – scheint mir etwas ganz Wichtiges zu sein. Natürlich muss man in der heutigen Zeit auch rechnen, wirtschaften, auf Leistung pochen – auch und gerade in Sozialinstitutionen. Das heisst nicht einfach, immer lieb sein, alles loben, alles gut finden. Es heisst: Fair sein auch dann, wenn man eine Leistungsforderung stellen und Härte zeigen muss.

Aus Ihrem Gesagten zu schliessen, sind Sie ein sehr bewusst handelnder Mensch. Haben Sie, da Sie ja auch das Land suchten in Linthal, eine besondere Beziehung zur Natur, zur Ökologie?

Es ist für mich wichtig, nicht in einem einzigen Bereich zu leben. Ich brauche Spannungsgebiete, in denen ich lebe: Ich bin in der Stadt aufgewachsen, aber es bedeutet mir viel, auf dem Land zu leben, in einem alten Glarner Bauernhaus zu wohnen, wo nebenan der Bergwald beginnt. Ich möchte auch hier auf zwei Beinen stehen: Hier in Zürich arbeiten - ich brauche die Stadt, ich bin ein kultureller Mensch, schätze das Schauspielhaus, die Oper, das Kino. Doch daneben ist mir das Heimkommen in meine ländliche Umgebung ebenso wichtig. Ich brauche diese Spannung. Ich möchte nie sagen müssen, wo ich lieber lebe.

Zu meiner Einstellung zur Ökologie: Ich könnte nicht so leben, wie ich es tue, und mit der Natur, mit dem Land verbunden sein, wenn mir ökologische Anliegen nichts bedeuten würden. Ich glaube auch, dass man soziale und ökologische Anliegen nicht trennen darf. Es geht immer ums Leben – ums Überleben und ums Zusammenleben ...





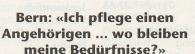
ie Pro-Senectute-Beratungsstelle Burgdorf organisiert seit Jahren am ersten Februarsonntag einen Konzert- und Theaternachmittag. Dieses Jahr wurden rund 220 Frauen und Männer an ihrem Wohnort abgeholt und von fünf Cars nach Büren an der Aare gebracht, wo sie vom Jodlerclub Meiglöggli herzlich empfangen wurden. Nach dem Konzert mit perfekt vorgetragenen Jodelliedern gelangte das Stück «Der entlehnte Jubilar» zur Aufführung. Was für ein befreiendes Gefühl, so recht von Herzen lachen zu können! Nach dem tosenden Applaus verging die Zeit beim schmackhaften, von den Jodlern zubereiteten und servierten Nachtessen nur allzu schnell. «Das isch jetz e schöne Sunndig gsi», lautete der einstimmige Kommentar auf der Heimfahrt.

... auch mit den älteren Menschen?

Ja. Ältere Menschen gehören voll dazu, haben ihre legitimen Rechte und Bedürfnisse. Dies vergisst man heute oft in unserer Welt, wo das Wirtschaftliche eine so grosse Rolle spielt. Die Humanität einer Gesellschaft misst sich nicht zuletzt daran, wie sie mit Kindern, mit ihren schwächeren Gliedern umgeht. Eine Gesellschaft, in der Kinder, Behinderte und Betagte nicht mehr zu ihrem Recht kommen, würde mir Angst machen. Wir haben als Verantwortliche im sozialen Bereich wesentliche Aspekte in unsere Gesellschaft einzubringen und dürfen uns darum nicht ins letzte Glied stellen.

Herzlichen Dank für dieses Interview.

Interview: Franz Kilchherr



Die Pro Senectute der Stadt Bern bietet zum dritten Mal einen fünfteiligen Kurs für Angehörige an, die einen betagten Menschen betreuen. Informationen, Kurzreferate und Gruppengespräche sollen pflegenden Angehörigen ermöglichen, die Situation des hilfsbedürftigen Betagten und ihre eigene Rolle als Pflegeperson besser zu verstehen. Der Kurs beinhaltet die Themen Spitex, finanzielle Fragen, Gesundheit/Krankheit und Auswirkungen der Pflegetätigkeit auf das Beziehungsnetz sowie die Bedürfnisse der Pflegenden.

Der Kurs beginnt am 28. Mai 1996 und kostet Fr. 170.–. Kursunterlagen können ab April bei der Pro Senectute, Beratungsstelle Calvinhaus, Marienstrasse 8, 3005 Bern, Tel. 031/352 83 04, bezogen werden.



Reservieren Sie sich in Gersau am Vierwaldstättersee eine neuere, unmöblierte, rollstuhlgängige

#### 11/2- oder 21/2-Zimmer-Seniorenwohnung

In kleiner, privater Residenz mit persönlicher Atmosphäre und Betreuung. Sehr schöne, ruhige, zentrale Lage mit See- und Bergsicht. Aufenthaltsraum, Lift, geheiztes Schwimmbad, Garten, Garage. Nähe Bus, Kurpark, Seepromenade, Dorfläden.

Verpflegung im hauseigenen, öffentl. Restaurant. Auf Wunsch: Wäschebesorgung, Wohnungsreinigung, Zimmerservice.

Mietzinse: ab Fr. 890.- od. Fr. 1035.-/mtl. plus NK Verwaltung: Barbara Thaddey-Wiget Talstrasse 4, 6043 Adligenswil, Tel. 041/370 33 03



#### Pro Senectute

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, Lavaterstr. 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

	PROPERTY OF STREET
Aargauer Ser	nioren-Auslandreisen
2224.4.:	Genua
28.43.5.:	Sardinien
1119.5.:	Bayrischer Wald
2023.5.	Riviera Slowenien
13.–17.6.	Florenz
Pfr. Martin Fi	edler, Kirchstrasse 41,
	Tel. 062/775 04 04

#### Appenzell AR 071/351 25 17

Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

Herisau 071/351 25 17 071/344 62 49 Heiden Speicher 071/344 35 95

### 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

## Basel-Stadt 061/272 30 71

Jogging, Kegeln, Langlauf, Minitennis, 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 Dräffpunggt Wiisedamm: Jassen, Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln, Käffele 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) Angebote Pro Senectute Kt. Bern

30.6.-6.7.: Polysportive Ferienwoche in Sörenberg 7.-14.9.: Wanderwoche im Engadin (Silvaplana) Informationen: 031/352 35 35

Bern-Stadt	031/351 21 71	
Mini-Tennis, Geo	lächtnistraining,	
Feldenkrais, Senioren-Lauftreff		
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	004/070 4000	
	031/972 40 30	
Computerkurs, S		
gung, Mini-Tenn		
Tai Chi, Gedächt Biel		
Mini-Tennis, Mit	032/22 75 25	
Sonntagsclub, Senioren-Galerie 13.–20.9.: Ferienwoche für leicht		
pflegebedürftige		
	2/84 71 48 oder	
032/22 75 25		
Burgdorf	034/22 75 19	
Mini-Tennis, Offe	enes Singen,	
Tagesgruppe, Ge	edächtnistraining,	
Seniorenferien		
Interlaken	036/22 30 14	
Jura bernois	032/91 21 20	
Gedächtnistraini	na	
	9	
Konolfingen	031/791 22 85	
Laupen	031/791 22 85 031/747 63 67	
Laupen Mini-Tennis, Mit	031/791 22 85 031/747 63 67 tagstisch,	
Laupen Mini-Tennis, Mit Gedächtnistraini	031/791 22 85 031/747 63 67 tagstisch,	
Laupen Mini-Tennis, Mit Gedächtnistraini Oberaargau	031/791 22 85 031/747 63 67 tagstisch, ng	
Laupen Mini-Tennis, Mit Gedächtnistraini	031/791 22 85 031/747 63 67 tagstisch,	

036/71 32 52

Meiringen

Mittagstisch

Mini-Tennis, Tennis, Singen,

Oberland West	
Spiez Gruppe Musik+Ge kurse, Mini-Tennis	
Gedächtnistraining	
Seeland Lyss	032/84 71 46
Mittagstisch, Mini Selbstverteidigund	
theater, Gedächtn	istraining
Schwarzenburg/S 3008 Bern	Seftigen 031/381 22 77
Gedächtnistraining	
<b>Signau</b> 3550 Langnau	035/2 38 13
Trachselwald	
Hasle-Rüegsau <i>Tanznachmittage:</i>	034/61 50 60
Beginn jeweils 14. nichts anderes and	
3.4./1.5.: Oberho	ofen (Riderhalle)
3.4./1.5.: Biel (Ui 11.4./2.5.: Brügg	
15.4./13.5.: Bern	(National)
16.4.: Burgdorf (S 17.4.: Langenthal	
17.4.: Moutier (Su	iisse)
18.4.: Interlaken († 24.4.: Spiez (Lötsc	
25.4.: Sumiswald	
26.4.: Ins (Bären) 30.4.: Bern (Jardin	
	037/27 12 40
Langlauf, Schwimi Turnen	men, Tanzen,
	022/321 04 33
Langlauf, Schwim  Glarus	men, Turnen <b>055/640 40 32</b>
Schwimmen, Turn	
Graubünden	
Langlauf, Schwim	<b>81/252 75 83</b> men, Tanzen,
Turnen, Wandern Chur	081/22 44 24
(ab 16.4.:	081/252 44 24
Ftan Ilanz	081/864 03 02 081/925 43 26
Samedan	082/6 34 62
(ab 16.4.:	081/252 44 24 081/81 43 17
	081/651 43 17
<b>Jura</b> Schwimmen, Tanz	066/22 30 68 ren. Turnen
Luzern	041/210 03 25
Jogging, Langlauf,	Schwimmen,
Tanzen, Tennis, Tu Wandern	041/210 01 80
Luzern (Stadt) Mittagstisch, Treff	
Evang. Studenten	heim, Schwei-
zerhausstr. 4 Handarbeitsstube	041/210 16 31
Tanznachmittage	
Alterssiedl. Eichho	f, Steinhofstr. 7 041/210 03 25
Seniorentreff: Dornacherstr.6	041/210 16 31
Luzern (Land)	
Ebikon Emmenbrücke	041/440 77 10 041/268 09 60
Kriens	041/311 21 22
Hochdorf	041/910 68 08

Ferien in Caslano: 10.-24.4.: für Personen aus Sursee, Willisau, Entlebuch, Wolhusen, Ruswil Neuenburg Langlauf, Schwimmen, Turnen Fleurier La Chaux-de-Fonds 039/23 20 20 Lelocle Neuchâtel Nidwalden Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern Stans Gedächtnistraining, Englisch, Italienisch, Französisch, Vorträge, Exkursionen, Ferienwochen, Jassen Obwalden Langlauf, Schwimmen, Tanzen, Tennis, Turnen, Wandern Sarnen div. Mittagstische im Kanton, Gedächtnistraining 12.-14.6.: Sport- und Begegnungstage in Engelberg **Schaffhausen** 052/624 8077 Langlauf, Schwimmen/Wassergymnastik, Volkstanz, Lauftreff, Wandern Schaffhausen Seniorentreffpunkt, Herrenakker 25: Singen, Spielen, Orchester, Mittagstisch, Englisch, Italienisch, Französisch, Handarbeit, Kulturprogramm Seniorenbühne Neunkirch Schwyz Hochdorf 041/910 68 08 Schüpfheim 041/484 20 33 041/921 69 67 Sursee Willisau 041/970 25 91 Verschiedene Kurse

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 Schwimmen, Tennis, Turnen, Volkstanzen, Wandern, begleitete

Ferien, Mittagsclubs, Tanznachmittage, Jass- und Kegelnachmittage, Bildungsangebote: u.a. Gedächtnistraining, Memoirenschreibkurse, Kochkurse, Kurse in Erbrecht und Steuerfragen Alter+Sport

Turnen, Turnen im Heim,

039/23 20 20

038/61 35 05

039/31 47 76

038/24 56 56

041/610 76 09

041/610 76 09

041/660 57 00

041/660 57 00

052/624 80 77

052/22 36 65

052/61 17 88

041/811 48 76

061/701 65 41 062/391 16 61 Balsthal 061/781 12 75 Breitenbach Bildungskurse 061/731 30 52 Grenchen 065/52 49 02 Olten 062/296 64 44/45 Solothurn 065/22 32 42 Bildungskurse 065/22 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, Gedächtnistraining, Töpfern, Kochen für Männer, Malen, Bewegungsund Atemschulung 071/923 85 88 Degersheim

58

# 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	Geschenk-Empfänger	
Name	Name	
Vorname	Vorname	
Strasse/Nr.	Strasse/Nr.	
PLZ/Ort	PLZ/Ort	
Geburtsjahr	Geburtsjahr	4/96

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

e schriftstellerin bud Philosophia Simone		
		O the Schriff
	027/55 26 28	

Gossau 071/385 85 83
Turnen, Sprachen, Gedächtnistraining, Wandern, Singen
Oberuzwil 071/951 32 25
Sprachen, Kochen, Literarischer
Zirkel und andere Kurse

071/951 60 41 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, Sonntagstreff, Senioren-Orchester, Betriebsbesichtigungen

SG-Ost: 071/223 40 44
SG-Centrum: 071/223 40 45
SG-West: 071/223 29 36
Uznach 055/280 13 17
Uzwil 071/951 34 96
Sprachen, Gedächtnistraining,

Nähen, Kochen, Atmen und Entspannen, Literarischer Zirkel, Instrumental-Gruppe Wattwil 071/988 52 62

Wattwil 071/988 52 62 Wil 071/923 85 85 Sprachen, Gedächtnistraining, Malen, Flötengruppe, Literarischer Zirkel und andere Kurse

071/923 85 88

**Tessin** 091/911 73 80 Langlauf, Schwimmen, Turnen Bellinzona 091/825 92 92 Leventina, Blenio e Riviera 091/862 42 12 Locarno e Vallemaggia

091/751 31 31 Lugano 091/911 73 85/87 Centro Diurno 091/971 26 62 Mendrisio 091/746 36 36 Moesano 091/827 37 37

**Thurgau** 071/622 51 20 Schwimmen, Tanzen, Turnen, Wandern

Frauenfeld 052/721 58 01 Senioren-Tanzen (Hotel Blumenstein), Senioren-Zyklus, Aktion P, Nachbarschaftshilfe, Gedächtnistraining (Rheinstrasse 6), Radfahren

 Kreuzlingen
 071/672 77 78

 Senioren-Volkstanz im Zentrum
 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

**Waadt** 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 in
Küche, Spielen, Musik und Tanz,
Computer, Gestalten, Literatur
und Philosophie, Kultur, Ferien
und Reisen, Sprachen, Natur,
Wandern, Sportkurse, Schwimmen und Turnen (HalbjahresProgramme) 041/710 46 22
Sozialberatung:

Baar/Cham/Hünenberg/ Steinhausen 041/710 46 24 Menzigen/Neuheim/Oberund 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-, Volkstanz- 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

Der Lebensreigen – Senioren spielen Theater Pro Senectute Kanton Zürich bietet einen Kurs an, der von den Erinnerungen und Lebensgeschichten der Teilnehmer/innen ausgeht und daraus einen Reigen von Szenen entwickelt. 10 Mittwoch-Nachmittage im Zentrum Karl der Grosse, Fr. 360.–, Anmeldung bis 15.4. bei Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich –

01/422 05 88 (Claudia Acklin)

Telefonische Auskunft:

# Ein schönes Alter ist nicht selbstverständlich ...



Damit wir unsere vielseitigen Aufgaben wahrnehmen können, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen.



Pro Senectute Schweiz, Zentralsekretariat, Konto 80-8501-1