

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 75 (1997)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Agenda

### **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:** 28.02.2026

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

## Ferien

**Migros-Genossenschafts-Bund**  
Ferien für Personen ab 50 im In- und Ausland werden im Katalog «Aktivferien 97» angeboten.  
*Migros-Genossenschafts-Bund, Postfach 266, 8031 Zürich, 01/277 21 78*

### Ferien Pro Senectute Tessin

26.5.–4.6./4.–13.6.: Cervia (Ravenna)  
6.–19.6.: Senigallia (Ancona)  
16.–30.6.: Viareggio (Lucca)  
1.–14.7.: San Lorenzo (Trento)  
26.7.–2.8.: Davos  
24.–31.8.: Santa Maria Maggiore (Novara)  
*Preise zwischen Fr. 710.– und Fr. 1600.– (Die Leiter/innen sprechen Deutsch.) Infos: Pro Senectute Tessin und Moesano, Via Carducci 4, Casella Postale 3199, 6901 Lugano, 091/911 73 80*

### Ferien Pro Senectute Kt. Zug

25.5.–1.6.: Erlebnisferien auf Samos. Inkl. Flug, Transfer, HP in 4-Stern-Hotel, Ausflüge, Führungen usw. (Preis Fr. 1265.–).  
*Auskunft: Ursula Wiede, Rössliweg 7, 6343 Buonas, 041/790 26 23 oder Pro Senectute Kt. Zug, 041/710 48 22*

### Kunstwanderwochen Bergün

28.–31.5.; 14.–21.6.; 5.–12.7.; 30.8.–6.9.: «Auf den Wegen zu bedeutenden Kunstdenkmälern Graubündens.» Für einzelne Gruppen (z.B. Kirchengemeinden, Senioren, Volkshochschulen) sind spezielle Angebote auf Anfrage möglich.  
*Dieter Matti, Kunstwanderungen, Ev. Pfarramt, 7482 Bergün, 081/407 11 94*

### Studienreise nach Israel

2.–16.5.: «Studienreise nach Israel» – Reiseleitung Eugen Hertig  
*Infos: Eugen Hertig, Grossweid 2, 8607 Aathal, 01/932 25 04*

### Das Band

Begleitete Ferien für Erwachsene mit Asthma und anderen Atemwegserkrankungen in Davos, Ville-neuve, Sestri Levante (I), Kreta, Zypern, Pertisau (A), Reuthe (A)  
*Das Band, Abt. Ferien, Gryphenhübelweg 40, Postfach, 3006 Bern 6, 031/351 42 70*

### Senioren- und Rentnerverband

15.–21.6.: «Aktivferien für Senioren» mit Senioren-Forum (Prof. Dr. Hans-Jakob Streiff), Senioren-Gesundheit (Prof. Dr. Meinrad Schär), Senioren-Sport (Ernst Matter) und Referate bekannter Persönlichkeiten aus Wissenschaft und Politik.  
*Schweizerischer Senioren- und Rentnerverband, Dr. Andreas Leuzinger, Grantenegg, 8784 Braunwald, 055/643 37 13*

## Kurse + Tagungen

### Gwattzentrum am Thunersee

12./13.4. und 24./25.5.: «Wochenende für verwitwete Frauen und Männer»  
19.–21.6.: «Der Beruf ist out. Und Sie sind in.» – Altersvorbereitung  
*Gwatt-Zentrum am Thunersee, Kirchliche Bildungsarbeit, 3645 Gwatt-Thun, 033/335 13 35*  
*Infos: Kirchlicher Arbeitskreis für Verwitwete/Alleinerziehende, Bernstrasse 20 A, 3110 Münsingen, 031/721 34 86*

### Konolfingen

11.–13.4.: «Erfolgreich älter werden»  
2.6.: «Mit Konflikten umgehen»  
*Evang. Zentrum Schloss Hünigen, 3510 Konolfingen i.E., 031/791 26 11*

### Quarten

9.–14.6.: «Endlich einmal Zeit für mich» – Ferienwoche für Senioren mit frohem und sinnlichem Programm, Wanderungen, heiterem Gedächtnistraining und musikalischem Abendprogramm  
*Bildungszentrum Neu-Schönstatt, 8883 Quarten, 081/739 11 01*

### Twannberg

19./20.4. und 9./10.8.: «Auf den Spuren der Indianer» (für Familien, Grosseltern mit Enkeln ...)  
26./27.4. und 26./27.8.: «T-Shirt bemalen nach Künstlern» (für Familien, Grosseltern mit Enkeln ...)  
3./4.5. und 7./8.6. und 6./7.9.: «Senioren-Radplausch»  
30./31.5. und 30./31.8.: «Bogenschiessen»  
*Hotel Feriendorf Twannberg, 2516 Twannberg, 032/315 01 11*

### Zürich

**Paulus-Akademie**  
7.–9.4.: «Leben bis zuletzt! Was sterbende Menschen brauchen. – Die Bedürfnisse sterbender Menschen und wir»  
26.–28.5.: «Der Himmel geht über allen auf» – Einführung in die Praxis der Trauerbegleitung und Trauerberatung  
*Paulus-Akademie, Carl-Spitteler-Strasse 38, Postfach 361, 8053 Zürich, 01/381 34 00*  
**Schule für Haushalt + Lebensgestaltung**  
Kurse: Ernährung, Haushalt; Textiles und Nichttextiles Werken; Kleidung und Mode; Kurse für die 2. Lebenshälfte  
*Schule für Haushalt und Lebensgestaltung, Wipkingerplatz 4, Postfach, 8037 Zürich, 01/446 43 20*

### Fachkurse, Fachtagungen

**Heimverband Schweiz**  
Verschiedene Fortbildungskurse

*Heimverband Schweiz, Kurssekretariat, Postfach, 8034 Zürich, 01/383 47 07*

### Pro Senectute Schweiz

11.–13.6.: «Teamenergie fördern – Konflikte nutzen» (Eggwil)  
12.6.: «Neue audiovisuelle Medien zum Thema Alter» (Zürich)  
9.9.: «Umgang mit Personendaten» (Olten)  
14./15.10.: «Workshop: Erwachsenenbildung» (Thun)  
*Kurskosten Fr. 160.– pro Tag (exkl. Verpflegung/Unterkunft)*  
*Pro Senectute Schweiz, Personal und Bildung, Lavaterstr. 60, Postfach, 8027 Zürich, 01/283 89 89*

### Schule für angewandte Gerontologie

ab April (102 Tage verteilt auf 3 Jahre): «Lehrgang für angewandte Gerontologie»  
*Kosten Fr. 13860.– für 3 Jahre*  
*Schule für angewandte Gerontologie, Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, 01/283 89 89*

### VCI

Verschiedene Fortbildungskurse im Alters- und Pflegeheimbereich  
*VCI-Bildungszentrum, Abendweg 1, Pf, 6000 Luzern 6, 041/419 01 87*

### Verein Bernischer Alterseinrichtungen

Verschiedene Fortbildungskurse im Alters-, Pflege- und Krankenheimbereich und Ausbildung in Betagtenbetreuung.  
*Verein Bernische Alterseinrichtungen, Schloss, 3132 Riggisberg, 031/809 05 35*

### Zentrum für Personalförderung

Verschiedene Weiterbildungskurse für in der Altersarbeit tätige Mitarbeiter/innen  
*Infos: Zentrum für Personalförderung, Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57*

## Senioren-Universitäten

Basel	061/261 82 61
Bern	031/631 82 53
Fribourg	026/322 77 10
Genf	022/705 70 42
Lausanne	021/321 77 66
Luzern	041/360 22 25
Neuenburg	032/718 10 00
St. Gallen	071/224 25 52
Tessin	091/857 62 50
Zürich	01/257 33 33

## Diverse Aktivitäten

**Luzern**  
Angebote für Senioren:  
Bürgergemeinde 041/319 42 42  
Zentrum Centralpark 041/360 22 25

## Zürich

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

### Dietikon

Mo 13.45 h: Volkstanz im Alters- und Gesundheitszentrum  
Di 14.30 h: Tanz und Unterhaltung (Restaurant Heimat)

### Horgen

Vorträge, Ausstellungen, Geselliges, Beratungen (Pro Senectute), Kurse, Turnen, Jassen  
*Seniorenzentrum Baumgärtlihof, 01/725 95 55*

### Wädenswil

Mo 15.45 h und Di 16.15 h: Turnen für Seniorinnen  
Di 17.30 h: Turnen für Senioren (Glärnisch-Turnhalle)  
*Pro Senectute, Frau Müller, 01/725 79 92*

### Winterthur

«Zentrum am Obertor», Begegnungs- und Bildungsstätte  
052/213 88 88  
Wanderungen, Lismerchränzli, Malen, Tanzen, Jassclub, Porzellanmalen, Tischdekorationen, Töpfern, Literatur, Kunstgeschichte, geführte Autobiographien, Zeichnen und Malen, Bildbetrachtung, Nähen, Singen und Musizieren, Gesunde Küche, Vollwertkurse, Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit

## Zürich

**Querflöten- und Klavierunterricht**  
Béatrice Romano erteilt Musikunterricht für Menschen, die sich einen alten Wunsch erfüllen möchten, die Freude an selbstgespielter Musik haben, die als Vorbereitung auf das Pensionsalter einen Neuanfang wagen möchten.  
*Béatrice Romano, Forchstr. 158, 8032 Zürich, 01/381 98 24 (8–11 oder ab 20 h)*

**Zentrum Espenhof** 01/493 16 28  
Fototreff, Lesetreff, Turnen, Jassen, Schach

Kurse: Autogenes Training, Beweglich bleiben durch Atmen, Malen und Zeichnen, Töpfern und Modellieren, Eutonie u.a.  
**Zentrum Hardau** 01/491 19 22  
Kegeln, Jassen, Patience, Schach, Wandern  
Kurse: Feldenkrais, Rückengymnastik, Meditatives Tanzen, Nähen, Yoga u.a.  
14.5.–18.6., mittwochs  
14.–15.30h: «Meditatives Tanzen»  
**Zentrum Karl der Grosse**

01/251 90 70

Theaterkurse, Tanzkurse, Schreibwerkstatt, Senioren und TV u.a.  
Kurse: Atem/Stimme+Haltung, Beweglich sein, Feldenkrais, Yoga u.a.  
15.4., 19.30 h: «Arbeit für Junge, Arbeit im Alter» Zentrumspodium

16.4., 14.30 h: «Nachmittagstanz mit Pepi und Ihren mitgebrachten Lieblingsmelodien»

5.5.: Wanderung mit Werner Hönger, 01/482 73 25

Zentrum Karl der Grosse, Kirchgasse 14, 8001 Zürich

Zentrum Klus 01/422 21 30

Singen, Kegeln, Bridge, Patchwork/Quilten, Schach, Turnen u.a. Kurse: Blockflöte, Nähen für Frauen und Männer, Tanz, Farbe und Stil, Zeichnen-Malen-Aquarellieren, Kalligraphie, Klavierspielen im Alter, Tai Chi Vortragszyklus des Universitäts-

spitals Zürich: Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich

#### Sport in der Stadt Zürich

Zahlreiche Senioren-Sportgruppen nehmen Kolleginnen und Kollegen auf, die sich sportlich betätigen wollen. Folgende Organisationen helfen, jene Sportart zu finden, die am meisten Freude macht:

– Sportamt der Stadt Zürich,

Herdernstr. 47, Postfach, 8040 Zürich, 01/491 23 33

– Pro Senectute Kt. Zürich,

Forchstr. 145, Postfach, 8032 Zürich, 01/422 42 55

– Sportschule Zürich, Mainaustr. 42,

Postfach, 8034 Zürich,

01/381 84 84

## Diverses

### Aarau

20.–22.6.: «Das Festival des Amateurtheaters»

Punctum, Iris Küng, Rigistrasse 7, 5621 Zufikon, 056/633 64 31

### Thun

13.–29.6.: Schlosskonzerte – Jubiläen von Brahms, Schubert, Mendelssohn, Möschinger und von den Schlosskonzerten (30. Auflage)

Infos: Tourist-Info Bahnhof Thun, 033/223 25 30 od. 033/222 39 39 (Vorverkauf ab 20.5.)

## Nützliche Adressen und Telefonnummern

### Club katholischer Bekanntschaftsring kbr

Im Club kbr treffen sich alleinstehende Damen und Herren, die ihre Freizeit mit anderen Personen verbringen wollen (Ferien, Reisen, Ausflüge, Tanzparties, Feste, Bildungsangebote usw.)

Club kbr, Moosstrasse 15, 6003 Luzern, 041/210 16 53

### Golden Age Club

Ein Club, in dem man Freundschaften schliessen und der Einsamkeit entfliehen kann. Er bietet nachmittags Informations- und Unterhaltungsveranstaltungen an. Informationen: 031/320 73 60

### Silberclub

Sonntagsclub für Leute ab Mitte 50.

Informationen und Programme: Silberclub, Moosstrasse 15, 6003 Luzern, 041/210 16 53

### Wochenend-Stube

Sa, So und Feiertag: «Wochenend-Stube» für alle, die nicht gerne allein sind.

Brahmsstr. 22 (beim Albisriederplatz). Gemeinsame Dienstleistung von Caritas, Dargebotener Hand und Evangelischem Frauenbund

### Parkinphon 079/334 66 37

Jeden 2. Mittwoch im Monat: Neurologen beantworten Fragen zur Parkinsonschen Krankheit

### Krebstelefon 155 88 38

Informations- und Beratungsdienst zum Thema Krebs, gratis und anonym, Mo–Fr 16–19 h

### Ring i der Chetti

Diese Selbsthilfeorganisation «Ring i der Chetti» will etwas tun gegen das Alleinsein. (Sie ist keine

Partnervermittlung.) Alle alleinstehenden Damen und Herren bis 65 Jahre sind in einer der 11 in der ganzen Schweiz existierenden Gruppen willkommen. Jede dieser Gruppen ist autonom und gestaltet ihr Programm selbst.

Zentralsekretariat der Schweizerischen Gruppen für Alleinstehende, Postfach 161, 3360 Herzogenbuchsee (Adressiertes und frankiertes Rückantwortcouvert beilegen.)

### Senexpert – Unternehmensberatung

Pensionierte und frühpensionierte Führungskräfte der verschiedensten Fachrichtungen (Finanz- und Rechnungswesen, Recht, Verkauf und Marketing, Fabrikation usw.) mit reicher Erfahrung und mit langjähriger Praxis in Betriebswirtschaft und zwischenmenschlicher Zusammenarbeit beraten vor allem mittlere und kleinere Unternehmen. Zwei Drittel des Honorars gehen an Pro Senectute Kanton Zürich. (Die erste Besprechung ist kostenlos.)

Senexpert, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, 01/381 30 58, Fax 01/382 18 62

## Senioren-Ferienwoche in Ladis

im oberen Inntal (Tirol)  
vom Montag, 9. Juni, bis Samstag, 14. Juni 1997

Herzlich willkommen im Lader-Hof, einer Ferien-Oase in den Bergen. Ladis, vom Klima bevorzugt, auf dem Plateau mit der längsten Sonnenscheindauer Österreichs, inmitten wunderschöner Landschaft, ladet ein zu ausgedehnten Wanderungen in traumhafter Fauna und Flora.

Sommerträume in Ladis – ein Ort zum Verlieben.

• Herrliche Fahrt mit modernstem Car ab Thun – Bern – Biel – Olten – Zürich – St. Gallen an unser Reiseziel im oberen Inntal (Tirol).

• Fakultatives Wochenprogramm für aktive und weniger aktive Seniorinnen und Senioren.

• Wandern oder faulenzen ganz nach Ihrer Herzenslust.

• Kleine oder grössere Wanderungen mit ortskundigem Wanderführer werden organisiert und sind im Pauschalarrangement inbegriffen, ebenso ein urgemütlicher Unterhaltungsabend.

• Den Höhepunkt bildet sicher die ganztägige Ausfahrt auf der Kaunertaler Gletscherstrasse, der fantastischen Gletscherregion in Tirol.

Das alles zum sehr bescheidenen Pauschalpreis von Fr. 570.– pro Person im Doppelzimmer; Einzelmierzuschlag Fr. 100.–.

Im Pauschalpreis inbegriffen sind:

• Fahrt mit modernem Car mit Bordtoilette, Kaffeebar, Kühlschrank,

Klimaanlage, verstellbaren Sitzen, Fussstützen und Video

• Hotelunterkunft in Zimmer mit Bad oder Dusche/WC, TV, Telefon

• Abendessen und Frühstücksbuffet

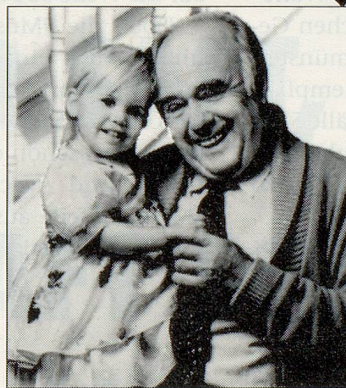
• Alle Wanderungen, Ausflüge und Unterhaltungsabend

Nicht inbegriffen sind: Alle Mittagessen und Getränke.

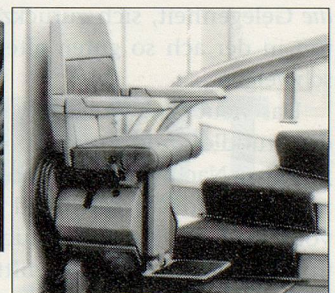
Organisiert und betreut wird die beschriebene Reise von den **Neukomm-Reisen Diemtigtal, 3755 Horboden** **Telefon 033/681 21 69**

die grosse Erfahrung und Verständnis für Senioren-Reisen mitbringt und für das detaillierte Programm und die Anmeldungen zuständig ist.

## Ein Treppenlift ... damit wir es bequemer haben! «Wir warteten viel zu lange»



- für Jahrzehnte
- passt praktisch auf jede Treppe
- in einem Tag montiert



sofort Auskunft  
01/920 05 04

Bitte senden Sie mir Unterlagen

Ich möchte einen Kostenvoranschlag

Name/Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ ZL-April.97

Die Spezialisten für  
Treppenlifte  
innen und aussen

# HERAG AG

Tramstrasse 46  
8707 Uetikon a/See