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

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 75 (1997)

**Heft:** 12

Rubrik: Agenda spezial

## 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: 25.11.2025** 

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

# **Ferien**

Migros-Genossenschafts-Bund Ferien für Personen ab 50 im Inund Ausland werden im Katalog «Aktivferien» angeboten. Migros-Genossenschafts-Bund,

Postfach 266, 8031 Zürich, 01/2772178

#### Das Band

Begleitete Ferien für Erwachsene mit Asthma und anderen Atemwegserkrankungen: 22.12.97-5.1.98: «Weihnachten in Andalusien» 24.1.-14.2.98: «Ferien in Mallorca/Cala Millor» Das Band, Gryphenhübeliweg 40, Postfach, 3000 Bern 6,

## Pro Senectute Kanton Solothurn

031/351 42 70

17.-23.1.98: «Langlaufferien im Goms» – geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene (Münster). Pro Senectute Kanton Solothurn, Forststrasse 2, Postfach 527 4501 Solothurn, 032/622 27 83

## Kurse + Tagungen

Berlingen

20.1.98: «Mitwirkung von alten Menschen – von der Forderung zur Tat» - Tagung des Schweizerischen Senioren- und Rentner-Verbandes

Tertianum ZfP, Bildung und Beratung in Altersarbeit, Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57

24.-31.1.98: «Hausmusikwoche» Zentrum Artos, Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken, 033/828 88 44

### Mümliswil

Im Bildungs- und Ferienhaus Mümliswil bietet der Coop Frauenbund Schweiz diesen Herbst verschiedene Gesundheitskurse an (z.B. «Die homöopathische Hausapotheke», Fussreflexzonenmassagekurs, Anwendung von Heilwickeln) sowie Kurse für gestalterische Techniken (z.B. Malen, Klöppeln).

Der Stern in der Agenda spezial zeigt Ihnen, wo für ältere Personen während den Festtagen Veranstaltungen und Ferien angeboten werden.

Die Redaktion der Zeitlupe wünscht allen Leserinnen und Lesern frohe Festtage.

Kursprogamm bei: Coop Frauenbund Schweiz, Postfach 2550, 4002 Basel, 061/336 71 71

### Neukirch an der Thur

12.-14.12.: «Sterben und Tod» eine persönliche Auseinanderset-27.12.97-1.1.98: «Tango und

Tai Chi» – spieleri<mark>sch he</mark>iter ins neue Jahr 30.1.-1.2.98, 8.-10.5.98: «Massagegrundkurse»

Haus Neukirch, 8578 Neukirch an der Thur, 071/642 14 35

2.-5.12.: «Besinnliche Adventstage für Senioren» 3./4.1.98: «In unseren Wüsten Oasen suchen» - Drei-Königs-Tagung

20.-24.2.98: «Frohes und Besinnliches über Fasnacht» - Thema: Ohne Freude läuft nichts. Bildungszentrum Neu-Schönstatt, 8883 Quarten, 081/739 11 01

Schwarzenberg

23.12.97–1.1.98: «Weihnachten intensiver erleben» mit Pfarrer Anton Griesser 28./29.1.98: «Träume - was wollen sie uns mitteilen?» Traumdeutung-Grundkurs Bildungs- und Ferienzentrum Matt, Mattstrasse, 6102 Schwarzenberg, 041/497 20 22

#### Thun

27.2.98: «Warum muss der Mensch immer älter werden?» 1. Thuner Alterstagung Sekretariat Thuner Freitagsseminare, Trans-fair, Seestrasse 20, 3602 Thun, 033/233 41 80

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 ab 7.1.98: «Schreibwerkstatt: Mehr Lebensfreude» (5 Nachmittage) Eltern-Bildungs-Zentrum, Obere Zäune 26, 8001 Zürich, 01/252 82 81

### Zürich-Tiefenbrunn

An 6 Mittwochvormittagen im Frühjahr 1998: «Singen und bewegen» atemwirksame Bewegungsübungen und leichte Tänze im Kreis. Informationen: Arvana, Postfach 171, 8702 Zollikon, 01/391 30 37

## Paulus-Akademie

13./20./27.1. und 3.2.98, 19-21 h oder 15./29.1. und 12./26.2.98, 14.30-16.30 h: «Sternverdunkelung» - Literaturkurs über Gedichte von Nelly Sachs Paulus-Akademie, Carl Spitteler-Strasse 38, Postfach 361, 8053 Zürich, 01/381 39 69

## Fachkurse, Fachtagungen

Fortbildungskurse im Alters-, Pflege- oder Krankenheimbereich bieten folgende Institutionen an: Februar bis November 98 (30 Montag-Vormittage): Gerontologischer Grundkurs. Heimverband Schweiz, Kurssekretariat, Postfach, 8034 Zürich, 01/383 47 07 VCI-Bildungszentrum, Abendweg 1, 6000 Luzern 6, 041/419 01 87 Verband Bernische Alterseinrichtungen, Schloss, 3132 Riggisberg, 031/809 25 53 Tertianum ZfP, Bildung und Beratung in Altersarbeit, Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57 Ab 5.1.98: Einführung in die Gerontologie und Gerontopsychiatrie Beratung, Schulung, Entwicklung, Marthaler Sonderegger, Florastrasse 30, 8008 Zürich, 01/383 53 47

## Nützliche Adressen und Telefonnummern

### Club katholischer Bekanntschaftsring kbr und Silberclub

Im Club kbr treffen sich alleinstehende Damen und Herren, die ihre Freizeit mit anderen Personen verbringen wollen (Ferien, Reisen, Ausflüge, Tanzpartys, Feste, Bildungsangebote usw.) Der Silberclub bietet am Sonntag Programme für Personen ab 55+ Informationen: 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: 031/3207360

Unterwegs zum Du

Vermittlungs- und Beratungsstellen für Partnersuchende jeden Alters

Informationen:

(inkl. Fax) 061/313 77 74 Basel 031/931 37 36 Bern St.Gallen 071/222 55 03 Zürich 01/492 40 30

## Wochenend-Stube

Sa, So und Feiertag: «Wochenend-Stube» für alle, denen Wochenenden und Feiertage eine Last sind; für Menschen, die einen Partner verloren haben, die eine Lebenskrise durchstehen müssen, die arbeitslos sind, die unter Einsamkeit leiden usw. 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

0800 55 88 38 Krebstelefon Informations- und Beratungsdienst zum Thema Krebs, gratis und anonym, Mo-Fr 16-19 h

# Free Evergreens Kulturklub und Sozialwerk Zürich für Lebensfreude im Alter

Unabhängiger Kulturclub für Freizeit, Theater, Reisen, Tanz und Kommunikation. Jeden So Treffpunkte zum Spielen, Wandern, Spazieren, Kultur. Bastelgruppe, Besuchsdienst und Kultur-Unterstützungsfonds für Einsamkeit im Alter.

FES, Sekretariat, Werdstrasse 34, 8004 Zürich, 01/242 02 33

## Ring i der Chetti

Diese Selbsthilfeorganisation «Ring i der Chetti» will etwas tun gegen das Alleinsein (keine Partnervermittlung). Alle alleinstehenden Damen und Herren bis 65 Jahre sind in einer der 12 in der ganzen Schweiz existierenden Gruppen willkommen. Zentralsekretariat der Schweizerischen Gruppen für Alleinstehende, Postfach 161, 3360 Herzogenbuchsee (frankiertes Rückantwortcouvert beilegen)

## Memory Klinik

Die Gerontologische Beratungsstelle des Stadtärztlichen Dienstes Zürich bietet folgende Dienstleistungen an: Alzheimer Business-Lunch, Alzheimer Café, Alzheimer Ferienseminar, Gedächtnistraining, Alzheimer Spaziertreff, Alzheimer Angehörigengruppe Informationen: Gerontologische Beratungsstelle, Krankenheim Entlisberg, Paradiesstr. 45, 8038 Zürich, 01/487 35 00

#### Senexpert -**Unternehmensberatung**

Pensionierte und frühpensionierte Führungskräfte 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. Senexpert, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, 01/381 30 58, Fax 01/382 18 62

## Diverse Aktivitäten



Angebote für Senioren: 041/319 42 42 Bürgergemeinde 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 Altersund Gesundheitszentrum Di 14.30 h: Tanz und Unterhaltung (Restaurant Heimat)

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, Vollwertkochkurse, Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit

### Zürich

## 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.

### Zentrum Karl der Grosse 01/2519070

Theaterkurse, Tanzkurse, Schreibwerkstatt, Senioren und TV u.a. Kurse: Atem/Stimme+Haltung, Beweglich sein, Feldenkrais, Yoga u.a. Zentrum Karl der Grosse, Kirchgasse 14, 8001 Zürich

Zentrum Klus 01/422 21 30 10.12.: «Knochenerkrankungen

und -brüche im Alter» - Vortrag in Zusammenarbeit mit dem Stadtspital Waid Zürich 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 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, 01/3818484

## Senioren-Universitäten

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

## Agenda spezial



### Von Pro-Senectute-Stellen mitgeteilt:

Appenzell

15.12., 14.15h: «Weihnachtsfeier für Altere» Evangelische Kirche Appenzell 22.12., 13.30h: «Weihnachtsfeier für Senioren» Aula Gringel

## Baar

24.12., 18h: «Weihnachtsfeier mit Pfarreiheim St. Martin, Asylstr. 1 (neben kath. Kirche), 041/769 71 40

## Edlibach

23.-27.12.: «Weihnachten einmal anders» Lassalle-<mark>Haus,</mark> Bad Schönbrunn, 041/757 14 14

## Gossau SG

3.12.: «Weihnachts-Veranstaltungen» Infos: 071/385 35 71

Oberägeri/Unterägeri 11.12., 14.30h: «Weihnachtszeit» Kirchgemeindehaus Mittenägeri, 041/750 10 25

#### Oberehrendingen

24.12., 16.30h: «Weihnachtsfeier für Alleinstehende» (Es wird ein Bus eingesetzt, der an verschiedenen Orten in Baden und Wettingen hält. Infos: Pro Senectute Beratungsstelle Baden, Mellingerstr. 22, 5400 Baden, 056/221 11 22) Kirchgemeindezentrum Oberehrendingen

**Zug** 23.12., 11.30 h: «Weihnachts-Mittagstreff 55plus» Bahnhofbuffet «La Brasserie» Zug 24.12., ab 19h: «Offene Weihnachtsfeier» Auskunft über den Ort erteilt Pro Senectute Kanton Zug, 041/727 50 50 24.12., ab 18h: «Offene Weihnachtsfeier» Rathauskeller, Oberaltstadt 1, Zug

## Heilsarmee

#### Adelboden

20.12., 20h: «Weihnachtsfeier» Ahornweg 2, 033/673 22 04

24.12., 19 h: «Fröhliches Weihnachtsfest mit Nachtessen für Menschen, die den Heiligen Abend nicht alleine verbringen möchten» Heilsarmee Bern 1, Laupenstrasse 5, 031/381 11 75 25.12., 8h: «Christmette mit Morgenessen für alle» Heilsarmee Bern 2, Hochfeldstr. 21, 031/301 62 01

#### Biel

21.12., 16h: «Familienweihnachtsfeier mit Nachtessen» Kirchgemeindehaus Wyttenbach 24.12., 9h: «Weihnachtszmorge mit anschliessendem Gottesdienst» Saal der Heilsarmee, Dufourstr. 46

#### Brienz

25.12., 8h: «Weihnachtszmorge» 25.12., 9.30h: «Weihnachtsfeier» im Altersheim Birgli Oberdorfstrasse 41, 033/951 19 59

#### Interlaken

21.12., 16.30h: «Weihnachtsfest» Niesenstr. 10, 033/822 85 22

#### Schwarzenburg

20.12., 18: «Weihnachtsfeier mit Nachtessen für Alleinstehende und Senioren» Thunstrasse 20, 031/731 06 60

21.12., 16h: «Weihnachtsfeier» Mittlere Strasse 19, 033/222 40 10

Zürich 24.12., 19h: «Weihnachtsfeier für Alleinstehende und Einsame» Ankerstrasse 31, 8004 Zürich, 01/242 53 89 Heiliger Abend und Weihnachten ab 19h geöffnet: Heilsarmee «Gelber Stern» (Teestube), Schoffelgasse 13, 8001 Zürich, 01/242 53 89



# Inkontinenzprodukte diskret per Post

Verlangen Sie Gratis-Info bei





SPITEX Versand AG, Emil Frey-Strasse 137 4142 Münchenstein, Telefon 061 411 12 12

matione	1:

	gratis Informationen
Senden Sie mir bitte über Inkontinenzpro	dukte
über Inkontinenzpro	Judice

Vorname:	
Name:	
Strasse:	
PLZ/Ort:	ZL Mäschonstein ZL
Einsenden an SPITEX Versand AG, E	mil Frey-Strasse 137, 4142 Münchenstein ZL