

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 75 (1997)  
**Heft:** 1-2

**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:** 02.04.2026

**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

### Studienreise nach Israel

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

### Studienreise nach Ecuador

20.2.–8.3.: «Studienreise nach Ecuador» – Begleitete Ferien im Hochland Ecuador

Auskunft und Unterlagen:

Pro Senectute Kanton Zug, General-Guisan-Strasse 22, 6300 Zug, 041/710 46 22

## Kurse + Tagungen

### Baden

12.3.: «10. AHV-Revision»  
Zentrum Sieben, Haselstrasse 7, 5400 Baden, 056/222 77 70

### Berlingen TG

12.2.–7.3., jeden Mi, 14.20–17 h: «Zyklus Angst» – Angst vor der Zukunft, Angst vor Autorität, Angst in der Kunst, Umweltängste im Medienzeitalter

12.3.–2.4., jeden Mi, 14.20–17 h: «Zyklus Gehirn und Geist»  
Ein Zyklus kostet Fr. 200.– pro Person /Fr. 300.– pro Ehepaar  
Seniorenakademie Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57

### Gwattzentrum am Thunersee

10.–15.2.: «Ferien- und Besinnungswoche für Witwer»

12./13.4. und 24./25.5.: «Wochenende für verwitwete Frauen und Männer»

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

14.–16.2.: «Arbeit mit Träumen»

14./15.3.: «Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen führen»

11.–13.4.: «Erfolgreich älter werden»

Evang. Zentrum Schloss Hünigen, 3510 Konolfingen i.E., 031/791 26 11

### Neukirch an der Thur

7.–9.2.: «Sterben und Tod» – Angeprochen sind Menschen, für die Sterben und Tod ein Thema ist.  
Haus Neukirch, 8578 Neukirch an der Thur, 071/642 14 35

### Schwarzenberg

20./21.2.: «Traumdeutung; Träume – was wollen sie uns mitteilen?»

22.3.: «Altes loslassen - Neues zulassen». Meditative Tänze und Körperwahrnehmung als Lebenshilfe  
27.–29.3.: «Wohnen mit meiner Trauer?»

(Bildungshaus des Schweizerischen Katholischen Frauenbunds)  
Bildungs- und Ferienzentrum Matt, Mattstrasse, 6102 Schwarzenberg, 041/497 20 22

### Twannberg

5./6.3.: «Aquarellieren»

19./20.4. + 9./10.8.: «Auf den Spuren der Indianer» (für Familien, Grosseltern mit Enkeln ...)  
26./27.4. + 26./27.8.: «T-Shirt bemalen nach Künstlern» (für Familien, Grosseltern mit Enkeln ...)  
3./4.5. + 7./8.6. + 6./7.9.: «Senioren-Radplausch»

30./31.5. + 30./31.8.: «Bogenschiessen»

Hotel Feriendorf Twannberg, 2516 Twannberg, 032/315 01 11

### Wislikofen

20.2.: «Alter-Zukunft-Chance» – Bei sich selber sein und auch aushalten können

8./9.3.: «Abschiednehmen – Mut zum Trauern»

Bildungszentrum Propstei, 5463 Wislikofen, 056/243 13 55

### 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

#### Seraphim – Haus der Engel

11./25.2.+11./25.3.: «Sterben – eine Aufgabe für das Leben» (4 Kursnachmittage: Fr. 200.–, nicht Verdienende Fr. 160.–)

Kursort: Seraphim – Haus der Engel, Weisse Gasse 9, 8001 Zürich  
Infos: Trudi Markwalder, Zentralstrasse 36, 8610 Uster, 01/940 00 29

#### 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

### Wen-Do Zürich, Selbstverteidigung für Frauen

Kurse in Wen-Do und Selbstverteidigung für Frauen.

1.3., 10–17h: Wen-Do-Kurs

Wen-Do Zürich, Postfach, 8031 Zürich, 01/273 45 73

## Fachkurse, Fachtagungen

### Heimverband Schweiz

ab Febr. bis Nov. (an 30 Montagvormittagen): «Gerontologischer Grundkurs»

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

### Pro Senectute Schweiz

ab März (12 Tage verteilt auf 2 Jahre): «Grundlagen für die Arbeit mit älteren Menschen»

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. 13 860.– 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

### 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



## Schwarzwald, Sonne und Erholung

Geniessen Sie einige erholsame Tage oder Wochen in einer der schönsten Gegenden Deutschlands, in unserer **Klinik für ganzheitliche Prävention und Rehabilitation** – unter ständiger ärztlicher und medizinischer Betreuung, alle Therapien und Sole-Mineral-Halenschwimmbad, Solarium, Sauna etc. im Hause.

#### Indikationen:

- Atemwegserkrankungen
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- orthopädische Erkrankungen
- Hauterkrankungen
- funktionelle Störungen

Gesund werden – gesund bleiben – oder einfach nur Energie tanken mit unserem

**Aktiv-Senioren-Programm pro Woche schon ab DM 840,-**

Unser Hausprospekt informiert Sie ausführlich. Rufen Sie uns einfach an –



Tannenhof-Klinik  
Gartenstraße 15  
D-78073 Bad Dürrenheim  
Telefon (0049) 07726/930-0  
Fax (0049) 07726/930-299

## Diverse Aktivitäten

### Luzern

Diverse 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

#### Thalwil

Gedächtnistraining, Besuch von Generalproben in der Tonhalle Zürich, Senioren-Lauftreff, Senioren-Volkstanz, Besichtigungen  
Thalwiler Komitee für positives Älterwerden, 01/720 17 67  
(Frau Steiner, Gattikon)

#### 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, Lismerchränzi, Malen, Tanzen, Jassclub, Porzellanmalen, Tischdekorationen, Töpferei, Literatur, Kunstgeschichte, geführte Autobiographien, Zeichnen und Malen, Bildbetrachtung, Nähen, Singen und Musizieren, Gesunde Küche, Vollwertkurse, 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, Töpferei 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**  
01/251 90 70

Theaterkurse, Schreibwerkstatt, Senioren und TV u.a.

Kurse: Atem/Stimme+Haltung, Beweglich sein, Feldenkrais, Yoga u.a.

18.2./19.3., 14.30 h: «Nachmittagstanz mit Pepi und Ihren mitgebrachten Lieblingsmelodien»  
Zentrum Karl der Grosse,  
Kirchgasse 14, 8001 Zürich

**Zentrum Klus** 01/422 21 30

Singen, Kegeln, Bridge, Patchwork/Quilten, Schach, Turnen u.a.  
Kurse: Autogenes Training, Blockflöte, Gedächtnistraining, Nähen für Frauen und Männer, Tanz, Sprachkurse

jeden Mi 18 h: Feierabendtreff  
Vortragszyklus des Universitäts-  
spitals Zürich:

25.2.: «Angst vor Krebs?»

4.3.: «Veränderungen der Haut im Alter»

18.3.: «Lässt das Gehör im Alter nach?»

#### 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, Mainastr. 42,  
Postfach, 8034 Zürich,  
01/381 84 84

## 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

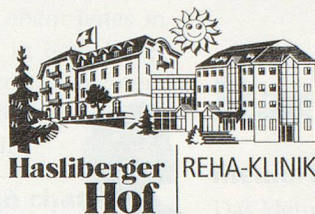
Sa, So + Feiertag: «Wochenend-Stube» für alle, die nicht gerne allein sind.  
Brahmsstr. 22 (beim Albisriederplatz). Gemeinsame Dienstleistung von Caritas, Dargebotener Hand und Evangelischem Frauenbund

**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



Über dem Nebel ...  
über dem Alltag ...  
über dem Durchschnitt.

Reha-Klinik  
Ärztlich geleitetes Kurhaus  
6083 Hasliberg  
Tel. 033/972 55 55

**Jetzt mit neuen, sonnigen Südzimmern mit Balkon und Panoramasicht im Neubau**

**Nach Hüft- und Kniegelenkoperationen, Herzinfarkt oder Herzoperationen, zur besseren Diabeteseinstellung und bei Erschöpfungszuständen**

Ärzte und Krankenschwestern im Hause, Physiotherapie, Schwimm- und Therapiebad, Sauna und Fitnessgeräte. Regelmässig begleitete Spaziergänge, Gruppenturnen, Wassergymnastik.

**Lernküche und Pauschalarrangements für Diabetiker.**

## EURO-CAMP Caravan Reisen

Ferien im eigenen Wohnwagen oder Wohnmobil

### Geführte Gruppenreisen 1997

#### Grosse Holland-Rundreise zur Tulpenblüte 12. April bis 3. Mai 1997

Beginn in Luxemburg. Weiter zur Tulpenblüte im Keukenhof, eine Blumenauktion. Geführte Besichtigungen in Amsterdam, den Haag, Rotterdam. Interessante Exkursionen, der Käsemarkt von Alkmaar, Hafenerundfahrt, Delta Expo, Sea Life und vieles mehr werden Sie sehen. Abschluss dieser vielseitigen Reise ist Brüssel, die schöne Hauptstadt Belgiens.

**Pauschalpreis inkl. Übernachtungen, Ausflügen, Besichtigungen  
2 Personen und Wohnmobil oder Gespann Fr. 2450.–**

#### Ungarn, von Budapest zum Plattensee 10. Mai bis 31. Mai 1997

Treffpunkt ist Wien. In Budapest geführte Stadtbesichtigung, Opernbesuch, Donauschiffahrt, Ausflüge per Car in die nähere Umgebung. Weiter in die Pusta, Übernachtung auf einem Lipizanergestüt. Kutschenfahrten, Reitvorführungen, eine Bauernhochzeit und der Empfang in einem Zigeunerort, verbunden mit gutem Essen und Weinprobe werden Sie erfreuen. Das berühmte Thermalbad Heviz ist nur eines der Ziele am Plattensee. Letzte Tage verbringen wir in Wien mit Besichtigung der Stadt und einem Abschied beim Heurigen. Dies sind nur einige Höhepunkte einer einmaligen Reise.

**Pauschalpreis inkl. Übernachtungen, Ausflügen, Besichtigungen  
2 Personen und Wohnmobil oder Gespann Fr. 2690.–**

#### Ostseereise, Hamburg–Ostseeküste–Spreewald 14. Juni bis 5. Juli 1997

Start ist Hamburg. Die Reise führt nach Schwerin, Rostock, Küllingsborn, Zings, die Inseln Rügen und Usedom. Ausflüge per Schiff und Bus bringen Sie zu den Kreidefelsen, Kap Arkona, Heringsdorf Ahlbeck, Penemünde, die Insel Hiddensee und vieles mehr. Abschluss ist der Spreewald, eine einmalige, verträumte Flusslandschaft. Sie werden begeistert sein.

**Pauschalpreis inkl. Übernachtungen, Ausflügen, Besichtigungen  
2 Personen und Wohnmobil oder Gespann Fr. 2550.–**

Das Inserat kann nur andeuten, was Sie erwartet. Verlangen Sie unser ausführliches Programm. Alle Reisen sind mit ständiger Reisebegleitung.

Reise:

Name:

Strasse:

Ort:

EURO-CAMP Caravan Reisen, Rosenweg 16c, CH-8413 Neftenbach  
Telefon 052/315 26 31, Fax 052/315 26 83