

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 75 (1997)  
**Heft:** 3

**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:** 08.02.2026

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

# Agenda

## Ferien

### Migros-Genossenschafts-Bund

Ferien für Personen ab 50 im In- und Ausland werden im Katalog «Aktiverien 97» angeboten.

**Migros-Genossenschafts-Bund,**  
Postfach 266, 8031 Zürich,  
01/2772178

### Kunstwanderwochen Bergün

28.-31.5.; 14.-21.6.; 5.-12.7.;  
30.8.-6.9.: «Auf den Wegen zu  
bedeutenden Kunstdenkmalen  
Graubündens». Für einzelne  
Gruppen (z.B. Kirchgemeinden,  
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 Atem-  
wegserkrankungen in Davos, Viller-  
neuve, Sestri Levante (I), Kreta,  
Zypern, Pertisau (A), Reuthe (A)  
**Das Band, Abt. Ferien,**  
Gryphenhübeliweg 40, Postfach,  
3006 Bern 6, 031/351 42 70

## Kurse + Tagungen

### Baden

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

### Berlingen TG

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



### Ihr Geheimtip am Lago Maggiore!

Verbringen Sie Ihre Ferien in gepflegter, familien-  
freundlicher Atmosphäre.

**Hallenbad, Sauna, paradiesische Gartenanlage  
direkt am See, Privatstrand, Parkplätze.  
Exquisite, selbstgeführte Küche!**

### «HITWOCHE» vom 5. April bis 5. Juli 1997

1 Nacht gratis  
7 Tage wohnen – 6 Tage bezahlen  
nur Fr. 582.– pro Person inkl. HP  
im Doppelzimmer mit Dusche/WC, Radio

### Gerne verwöhnen wir auch «Senioren-Gruppen» bei uns!

Auf Ihre Anfrage freuen sich Ihre Gastgeber  
**B. und R. Zellweger, HOTEL EDEN, 6614 Brissago**  
Telefon 091/793 12 55, Fax 091/793 40 63

### 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

### Interlaken

15.-22.3.: «Bibelwoche»  
31.3.-5.4.: «Aquarell-Malkurs»  
mit Peter Stähli.  
Informationen: Zentrum Artos  
Interlaken, Alpenstrasse 45, 3800  
Interlaken, 033/828 88 44

### Konolfingen

14./15.3.: «Ehrenamtliche  
Mitarbeiter/innen führen»  
11.-13.4.: «Erfolgreich älter  
werden»  
**Evang. Zentrum Schloss Hüningen,**  
3510 Konolfingen i.E.,  
031/791 26 11

### Schwarzenberg

22.3.: «Altes loslassen – Neues zu-  
lassen». Meditative Tänze und Kör-  
perwahrnehmung als Lebenshilfe  
27.-29.3.: «Wohin 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. und 9./10.8.: «Auf den  
Spuren der Indianer» (für Famili-  
en, 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. + 30./31.8.:  
«Bogenschiessen»  
Hotel Feriendorf Twannberg,  
2516 Twannberg, 032/315 01 11

### Wislikofen

8./9.3.: «Abschiednehmen – Mut  
zum Trauern»  
27.-30.3.: «Loslassen, Eingehen,  
Auf(er)stehen»  
**Bildungszentrum Propstei,**  
5463 Wislikofen, 056/243 13 55

### Zürich

#### Paulus-Akademie

22./23.3.: «Menschenwürdig  
sterben – Zur Debatte um die  
Sterbehilfe»  
7.-9.4.: «Leben bis zuletzt! Was  
sterbende Menschen brauchen. –  
Die Bedürfnisse sterbender Men-  
schen 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 + Lebens- gestaltung

Kurse: Ernährung, Haushalt; Tex-  
tiles und Nichttextiles Werken;  
Kleidung und Mode; Kurse für die  
2. Lebenshälfte  
**Schule für Haushalt und Lebens-  
gestaltung, 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

ab März (12 Tage verteilt auf  
2 Jahre): «Grundlagen für die  
Arbeit mit älteren Menschen»  
17./18.4. oder 12./13.6.:  
«Qualitätssicherung im Sozial-  
und Gesundheitsbereich»  
11.-13.6.: «Teamenergie fördern  
– Konflikte nutzen»  
12.6.: «Neue audiovisuelle Medi-  
en zum Thema Alter»  
9.9.: «Umgang mit Personendaten»  
19./20.11.: «Systematische Bera-  
tung älterer Menschen»

**Kurskosten Fr. 160.– pro Tag**  
(exkl. Verpflegung/Unterkunft)  
**Pro Senectute Schweiz, Personal**  
und Bildung, Lavaterstr. 60, Post-  
fach, 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 Gerontolo-  
gie, 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 Kranken-  
heimbereich und Ausbildung in  
Betagtenbetreuung.

**Verein Bernische Alterseinrich-  
tungen, Schloss,** 3132 Riggisberg,  
031/809 05 35

### Zentrum für Personalförderung

Verschiedene Weiterbildungskurse  
für in der Altersarbeit tätige Mit-  
arbeiter/innen

**Infos: Zentrum für Personalförde-  
rung, Kronenhof,** 8267 Berlinen,  
052/762 57 57

## Senioren- Universitäten

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

## 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, Volks-  
tanzgruppe (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 Unter-  
haltung (Restaurant Heimat)

**Horgen**  
Vorträge, Ausstellungen, Gesellig-  
es, Beratungen (Pro Senectute),  
Kurse, Turnen, Jassen  
**Seniorencenter 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, Töpferei, Literatur, Kunstgeschichte, geführte Autobiographien, Zeichnen und Malen, Bildbetrachtung, Nähen, Singen und Musizieren, Gesunde Küche, Vollwertkochkurse, 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, 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**

01/2519070

Theaterkurse, Schreibwerkstatt, Senioren und TV u.a.

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

19.3., 14.30 h: «Nachmittagstanz mit Pepi und Ihren mitgebrachten Lieblingsmelodien»

21.3., 12 Uhr: Suppenrunde

2.4.: Wanderung mit Werner Höngger (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

jeden Mi 18 h: Feierabendtreff Vortragszyklus des Universitätsspitals Zürich:

4.3.: «Veränderungen der Haut im Alter»

5.3.: «Was ist anthroposophische Medizin? (Eintritt: Fr. 15.–)

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

Anmeldungen für interessierte Gruppen, Vereine oder Ad-hoc-Formationen möglichst rasch an 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.)

#### Schweizer Puppenbörse

2.3.: Hotel Zürich, Zürich

23.3.: Hotel Bellevue Palace, Bern

6.4.: Hotel Hilton, Basel  
Jeweils von 10–17 Uhr  
Organisation: Marein AG,  
Fegistrasse 1, 8957 Spreitenbach,  
056/418 10 40

### Nützliche Adressen und Telefonnummern

#### Club katholischer Bekanntschaftsring kbr

Im Club kbr treffen sich alleinstehende Damen und Herren, die ihre Freizeit mit anderen Perso-

nen 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

#### Parkinson

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



**Die Chance**  
**zum Neubeginn**  
**nach Krebs.**

Mit einer individuellen „Aufbau-Therapie“ oder dem Aktivprogramm „Sport nach Krebs.“

- Gründliche ärztliche Untersuchungen
- Lymphdrainage, Bäder und Anwendungen
- Individuell abgestimmtes Sportprogramm
- Ernährungsberatung
- Informationen, Tips und Hinweise rund um das Thema

Info und Buchung bei:  
**Privatklinik St. Georg**  
**Kurhausplatz 1**  
**79862 Höchenschwand**  
**Telefon 0 76 72/ 4 11-0**  
**Telefax 0 76 72/ 4 11-240**



#### Beweglichkeit für Gehbehinderte und Senioren

ab Fr. 5900.–

- sehr leicht bedienbar und führerscheinfrei
- unverbindliche Beratung oder Vorführung

Stefan Grüter, Elektrofahrzeuge, 9247 Henau, Telefon 071-951 82 02