

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 77 (1999)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Zeitlupe Leser-Service

#### **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:** 11.01.2026

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

Exklusiv für ZEITLUPE-Leser/innen:



ZEITLUPE

Leser-Service



Yolande  
Paulette  
Beck,  
Lehrerin für  
Autogenes  
Training,  
Entspannung,  
Meditation  
und Yoga.

## Weihnachtszeit im Engadin

### Speziell für allein Stehende

In einer Gruppe von höchstens 24 Personen erleben Sie bei diesem Zeitlupe-Angebot besinnliche Adventstage gemeinsam statt einsam und fern der vorweihnächtlichen Hektik. Dabei wird Sie die diplomierte Sozialbegleiterin Yolande Paulette Beck auf Ausflügen und kleinen Wanderungen durch das winterliche Engadin sowie bei Entspannungs- und Meditationsübungen betreuen.

### Programm

17. bis 25. Dezember 1999

**Freitag:** Individuelle Anreise nach Zuoz; Zimmerbezug im Hotel; Willkommens-apéro und gemeinsames Nachtessen. **Samstag:** Dorf- und Kaffeemuseumbesichtigung in Zuoz; am Abend Filmvorführung «Titanic». **Sonntag:** Kleine Wanderung von Zuoz nach La Punt-Chamues-ch und zurück; am Nachmittag lernen Sie einige Entspannungs- und Meditationsübungen kennen. **Montag:** Ausflug nach Muottas Muragl mit Spaziergang auf dem Philosophenweg; danach Besuch von Pontresina; nach dem Nachtessen erzählt Frau Beck Engadiner Sagen und Märchen. **Dienstag:** Sie haben einen freien Tag und können diesen nach Lust und Laune verbringen. **Mittwoch:** Ausflug nach St. Moritz und Besuch des Engadiner Heimat-/Milli-Weber-Museums; Spaziergang durch den Stazerwald; entspannende Yogaübungen am Nachmittag. **Donnerstag:** Pferdekutschenfahrt im wunderbaren Rosegtal; Weihnachtskonzert. **Freitag:** Ausflug nach Sils mit kleinem Spaziergang; vor dem Abendessen führen Hotelmitarbeiter/innen das Krippenspiel auf. **Samstag:** Nach dem gemeinsamen Frühstück können Sie am Weihnachtsgottesdienst in Zuoz teilnehmen; anschliessend individuelle Heimreise.

### Ihr Hotel

Das Alpenschloss-Hotel Castell liegt an einer wunderbar ruhigen, erhabenen Lage über dem Dorf Zuoz (1750 m ü. M.), dem besterhaltenen Dorf im Oberengadin. Das Hotel verfügt über 82 gemütliche Zimmer mit Dusche und WC sowie Telefon, TV, Radio und Zimmersafe. Alle Zimmer liegen nach Süden mit Aussicht auf das Oberengadin. Zur Infrastruktur gehören ein Lesesalon, eine grosse Cheminée-Bar, Sauna, Solarium, Massage und eine wunderbare Sonnenterrasse. Ein Gratis-Hotelbus fährt regelmässig ins Dorf und zum Bahnhof Zuoz.

### Anmeldung

Die definitive Anmeldung zu «Weihnachtszeit im Engadin» erfolgt mit diesem Talon (bitte Zutreffendes ankreuzen). Die Zahl der Teilnehmenden ist auf 24 begrenzt; die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Weihnachtszeit im Engadin, 17. bis 25. Dezember 1999, Fr. 992.– pro Person

Medium-Zimmer: Aufpreis Fr. 160.– pro Person (8 Übernachtungen)

Superior-Zimmer: Aufpreis Fr. 320.– pro Person (8 Übernachtungen)

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Datum

Unterschrift

**Begleitperson:**  im gleichen Doppelzimmer,  
 im separaten Zimmer mit separater Rechnung

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Anmelde talon bitte vollständig ausgefüllt senden an:

Verlag ZEITLUPE, Serviceangebot Weihnachtszeit, Postfach 642, 8027 Zürich.  
Die Anmeldungs-Bestätigung und die Verrechnung erfolgen direkt durch das Alpenschloss-Hotel CASTELL, Zuoz.