

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 79 (2001)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Pro Senectute : Dienstleistungen

#### **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:** 12.01.2026

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

**Aargauisches Seniorensportfest.** Am Donnerstag, 16. August 2001, veranstaltet Pro Senectute Aargau zusammen mit dem Departement für Bildung, Kultur und Sport in Beinwil am See das Aargauische Seniorensportfest. Sie können wählen unter folgenden Angeboten: • Walking und Nordic-Walking (mit Stöcken) • Aqua-Jogging und Schwimmen (begleitete Strecke von 300 Meter) • Velotouren ab Aarau, Lenzburg, Schöftland und Zofingen • Wanderungen ab Zetzwil über den Homberg nach Beinwil oder ab Boniswil dem See entlang nach Beinwil oder von Beinwil nach Mosen • Stretching und Volkstanz in der Badeanstalt • Tennis für Anfänger und Anfängerinnen. Für Gruppen ist eine Anmeldung erforderlich. Neben der sportlichen Betätigung soll das kameradschaftliche Zusammensein nicht zu kurz kommen; eine Festwirtschaft steht zur Verfügung. Im Unkostenbeitrag von zehn Franken sind Verpflegung und Getränk inbegriffen sowie der Eintritt in die Badeanstalt und die Teilnahme an der Verlosung. Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin erhält ein Geschenk.

**Noch einmal Neues anpacken.** Mit unseren Angeboten in den Bereichen «Bildung, Sport und Geselliges» bietet Ihnen Pro Senectute Oberland-West eine breite Palette von Möglichkeiten, sich geistig und körperlich fit zu halten. • Erstmals im Programm figuriert eine **Projektwerkstatt** für Senioren, die nochmals etwas Neues anpacken möchten. Mit Hilfe der Kursgruppe und des Leiters wählen Sie ein ganz bestimmtes Vorhaben und erarbeiten für dessen Durchführung einen Vorgehensplan. Durch die intensive Beschäftigung mit Ihrem Thema erfahren Sie Befriedigung und Freude, erleben Sie Neues und Sie lernen, je nach Art des Projektes, neue Menschen kennen. Voraussetzungen für Ihr Mitmachen sind In-

## FREIWILLIGE UNVERZICHTBAR!

Die diesjährige Stiftungsversammlung von Pro Senectute Schweiz war ganz den Freiwilligen gewidmet. Es waren Freiwillige, die sich 1917 dem Kampf gegen die Altersarmut verschrieben und Pro Senectute gründeten. Es waren Freiwillige, die die Stiftung gross und stark gemacht haben. Und es sind Freiwillige, die heute einen wesentlichen Anteil daran haben, dass sich das nationale Alterswerk flächendeckend für die Seniorinnen und Senioren engagieren kann.

Gut hundert freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter waren an der Stiftungsversammlung mit dabei und durften stellvertretend für alle anderen zahlreiche Zeichen der Dankbarkeit entgegennehmen – nicht zuletzt von der Pro-Senectute-Präsidentin, Bundesrätin Ruth Dreifuss, selbst. Vier von ihnen legten in eindrücklicher Weise Zeugnis von ihrem grossen Engagement ab. Das Referat von alt Nationalrätin Judith Stamm machte deutlich, wie wichtig es ist, dass die geleistete Freiwilligenarbeit sichtbar gemacht und wirklich anerkannt wird.

Wer nähere Angaben zu Pro Senectute Schweiz möchte, kann mit dem Talon auf Seite 60 kostenlos den Jahresbericht 2000 der Stiftung bestellen.

teresse und Offenheit, Begeisterungsfähigkeit und etwas Durchhaltewillen. • Mit dem Kurs «Fit und sicher im Strassenverkehr» verbessern Sie Ihre geistige und körperliche Fitness als Autofahrer/-in und kommen gleichzeitig auf den neusten Stand der wichtigsten Verkehrsregeln. • «Keine Angst vor elektronischen Medien» sowie «Umgang mit dem Handy» machen Sie vertraut mit neuen elektronischen Apparaten, auf die wir im Alltag immer mehr angewiesen sind. • Bei einem Besuch im Thuner Rathaus steht Ihnen Stadtpräsident H.-U. von Allmen Rede und Antwort zu städtischen Dienstleistungen, zum Verkehr, Wohnen, zur Finanzpolitik usw. • Das Kurs- und Veranstaltungsprogramm erhalten Sie gratis bei Pro Senectute, Regionalstelle Oberland-West, Postfach, 3601 Thun, Telefon 033 226 60 60.

**Senioren-Tanznachmitten.** Am 14. August, am 11. September und am 9. Oktober findet in Burgdorf

im Gasthof Landhaus jeweils von 14.30 bis 17.30 Uhr ein Senioren-Tanznachmittag mit der Tanzkapelle Gerber, Krauchthal, statt. Für einen Unkostenbeitrag von Fr. 8.– können Sie das Tanzbein schwingen.

## Optimierte Sozialberatung im ganzen Kanton.

Die bisherigen neun Beratungsstellen im Kanton Luzern wurden neu zu drei Beratungszentren zusammengelegt. Die neuen Standorte befinden sich in Emmen, Luzern und Willisau. Dadurch konnte Pro Senectute ihr Angebot an Sozialberatung verbessern. Wie bisher werden Klientinnen und Klienten im ganzen Kanton auf Hausbesuchen beraten. Zusätzlich werden in fünf Gemeinden Sprechstunden angeboten. Die Regionalisierung bei Pro Senectute Kanton Luzern ist seit Mitte Mai abgeschlossen. Die ersten Erfahrungen sind durchwegs positiv: So wurde beispielsweise die telefonische Erreichbarkeit

wesentlich verbessert und der fachliche Austausch durch die Zusammenarbeit in den Beratungsteams optimiert. Die Telefonnummern der Beratungsstellen finden Sie auf dem der Zeitlupe beigelegten Verzeichnis zum Herausnehmen und Aufbewahren.

**Alter+Sport.** Mit den Aktivitäten von Alter+Sport lässt sich für jeden Geschmack das Richtige finden. Unsere ausgebildeten Leiter und Leiterinnen führen Gruppen ohne feste Vereinsverpflichtungen in folgenden Sportbereichen: Turnen, Gym 60 und Turnen im Heim; Aqua-Fitness, Schwimmen und Badefahrten; Volkstanz; Wandern; Langlauf; Walking und Velofahren. Ferner werden Winter- und Sommersportferien organisiert. Auskünfte und Prospekte, auch über unsere sozialen Dienste und die Angebote im Bereich Bildung und Begegnung erhalten Sie beim Sekretariat von Pro Senectute Nidwalden, Telefon 041 610 76 09.

**Interessieren Sie sich für eine anspruchsvolle Aufgabe?** Wir suchen freiwillige Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die bereit sind, im Rahmen einer Beistandschaft einen Menschen im AHV-Alter zu begleiten und in Alltagsfragen zu unterstützen. Sie werden in einem vierteiligen Einführungskurs auf ihre Aufgabe vorbereitet. Der Kurs findet an folgenden Daten statt: 20. August, 27. August, 3. September und 10. September 2001, jeweils von 18 bis 21 Uhr auf unserer Geschäftsstelle an der Vorstadt 54 in Schaffhausen. Der Kursbesuch ist kostenlos und verpflichtet nicht zu einem Einsatz. Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich doch gleich an bei Pro Senectute Schaffhausen, Robert Kradolfer, Vorstadt 54, 8201 Schaffhausen oder Mail [robert.kradolfer@sh.pro-senectute.ch](mailto:robert.kradolfer@sh.pro-senectute.ch) – weitere Auskünfte gibt Ihnen Robert Kradolfer auch gerne persönlich über Telefon 052 634 01 06.

**Wanderferien in Tessere-**te. Pro Senectute Kanton Solothurn offeriert Seniorinnen und Senioren unter der Leitung von Martin Schneeberger, Sozialarbeiter der Pro-Senectute-Beratungsstelle Thal-Gäu, vom 10. bis 19. September 2001 eine Wanderferienwoche im Tessin. Das Hotel Tesserete liegt mitten im Dorf Tesserete, im Zentrum der Valli di Lugano. Das gut erhaltene Jugendstilhaus stellt ein typisches Tessiner Hotel dar und strahlt den Charme vergangener Zeiten aus. Tesserete ist der Hauptort des Capiascats und dient als Ausgangspunkt für abwechslungsreiche Wanderungen durch die bewaldeten Täler rund um Lugano. Voralpine Hügel belebt von Wildbächen und vielen kleinen Dörfern mit ihren typischen Rustici und Grotti warten darauf, erkundet zu werden. Ein Ausflug nach Lugano und eine Schiffsahrt nach Gandria stehen auch auf dem Programm. Die Abende laden zum Plaudern oder Spielen im gemütlichen Kreise ein. Anmeldungen bitte bis zum 31. Juli 2001 an Pro Senectute Kanton Solothurn, Resort Sport, Postfach 527, 4501 Solothurn, Telefon 032 622 27 83.

**Gemeinsam statt einsam.** Pro Senectute Thurgau bietet älteren Personen, welche es nicht mehr wagen, «auf eigene Faust» in die Ferien zu fahren, vom 30. Juli bis 6. August 2001 eine Möglichkeit, in froher Gemeinschaft den Alltag abzustreifen. Nebst der prächtigen Landschaft rund um den Vierwaldstättersee, die es zu geniessen gilt, wird vom Betreuungsteam weitere Unterhaltung zum freiwilligen Genuss angeboten. Aus personellen Gründen können leider keine pflegebedürftigen Personen mitkommen. Detaillierte Auskunft erteilt Pro Senectute Thurgau, Telefon 071 622 51 20.

**Im neuen Crétiv-Center** in Lachen werden laufend neue PC-Kurse angeboten. Zu-

## PRO-SENECTUTE-QUIZFRAGE

*Liebe Leserinnen und Leser*

*Wie gut wissen Sie Bescheid in Fragen rund um das Leben von Menschen 50+? Testen Sie Ihr Wissen. In jedem Heft finden Sie an dieser Stelle eine Quizfrage\*.*

**Frage: Wie viele Personen über 60 machen jährlich von den Sport- und Bewegungsangeboten von Pro Senectute Gebrauch (alle Sportarten zusammengezählt)?**

- A) rund 20000 Personen
- B) rund 70000 Personen
- C) rund 120000 Personen

Senden Sie Ihre Antwort (Postkarte) bis zum **30. Juli** an: Zeitlupe, Pro-Senectute-Quiz, Postfach 642, 8027 Zürich.

**\*Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir eine Pro-Senectute-Quarz-Armbanduhr im Wert von Fr. 54.– (ein Damen- oder Herrenmodell).**

## Auflösung der Quizfrage aus dem letzten Heft

Die Frage im letzten Heft hiess: Warum gibt es heute in der Schweiz – im Gegensatz zur Zeit vor 1948 – keine eigentliche Altersarmut?

**Richtig ist die Antwort C):**

Die heutigen Seniorinnen und Senioren haben dank der AHV und allenfalls dank Ergänzungsleistungen eine ausreichende Existenzsicherung.

## Gewinnerin des Pro-Senectute-Quiz

**Frau Stefania Ammann, 8907 Wetzwil, gewinnt eine Pro-Senectute-Quarz-Armbanduhr.**

dem ist die erste Computeria im Kanton Schwyz jeden Montag offen. Nähere Informationen erteilt die Beratungsstelle in Lachen SZ, Telefon 055 42 65 55. • In Schwyz und Lachen werden neu Englischkurse für Anfänger und für Konversationsgruppen angeboten. Detailprogramme bei den Beratungsstellen Schwyz, Telefon 041 810 00 48 und Lachen Tel. 055 42 65 55. • Begleitete Ferienwoche in Bönigen vom 26.8. bis 2.9.2001. Einerfahrenes Leitungs- team begleitet Sie ins Berner Oberland, ins Parkhotel Bönigen. Für eine Woche ist Entspannen, Geniessen und gemütliches Beisammensein mit auswählbaren Ausflügen angesagt. • Neue Walking-Gruppe in Seewen. Jeden

Montag walken Senioren zusammen in einer Gruppe und genießen die gesundheitsorientierte Sportart draussen in der freien Natur. Auskünfte über Ferien und Walking gibt Tel. 041 811 48 76.

 **Volkstanz neu im Alter-Sport-Angebot.** Im Hinblick auf die ab Herbst 2001 startenden Volkstanz-Kurse von Pro Senectute Tessin und Misox fand am 19. Mai auf dem Monte Ceneri ein Volkstanz-Schnupper- tag mit 300 Senioren und Seniorinnen statt. Auch die Medien zeigten reges Interesse. Informationen über die Kurse erteilt gerne die Geschäftsstelle von Pro Senectute Ticino e Moesano in Lugano, Telefon 091 912 17 17.



**Walking-Event.** Sonntag, 26. August 2001. Wir fahren mit dem Schiff von Zug nach Buonas und walken auf dem See-Uferweg zurück nach Zug. Im Zielgelände auf der Allmend in Zug werden ein Stretching-Parcours sowie weitere Attraktionen angeboten. Es stehen Getränke und Verpflegungsstände zu Ihrer Verfügung. Besammlung: Zug, Leichtathletik-Stadion Allmend. Garderoben sind vorhanden. Unkostenbeitrag: Fr. 10.–, inkl. Schiff. Anmeldung vor Ort zwischen 8.30 und 9.15 Uhr. Gruppen werden gebeten, sich bis zum 11. August anzumelden. Der Anlass findet bei jeder Witterung statt. Weitere Auskünfte erteilt Ihnen Pro Senectute Kanton Zug gerne über Telefon 041 727 50 55.



**Besuchs-, Begleit- und Entlastungsdienste** bietet Pro Senectute Kanton Zürich mit dem Sozialzeit-Engagement an. Von uns ausgewählte freiwillig Mitarbeitende nehmen sich Zeit für ältere Menschen und unterstützen diese diskret und vertraulich. Der Besuchsdienst kommt bei Ihnen zum Plaudern vorbei, kann aber mit zusätzlichen Leistungen kombiniert werden wie: den neuen Fernseher programmieren, beim Spazieren begleiten und Gesellschaft im Lieblingscafé leisten. Pflegen Sie Ihre betagten Eltern, Ihre Partnerin oder Ihren Partner und würden Sie sich gerne an einem Nachmittag für ein paar Stunden mit einer Bekannten oder einem Jasskollegen treffen? Wir unterhalten uns mit den Betreuten, begleiten sie zum Arzt oder zu anderen persönlichen Terminen oder springen stundenweise ein, wenn Sie als betreuende Angehörige sich eine Pause gönnen möchten. Informationen bei Estelle Benker, Telefon 01 272 83 50, oder Pro Senectute Kanton Zürich, Telefon 01 421 51 51. Besuchen Sie uns auch auf unserer Internetseite: [www.zh.pro-senectute.ch](http://www.zh.pro-senectute.ch).