

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2009)
Heft: 1

Register: Weiterbildung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 02.02.2025

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

WEITERBILDUNG

GESUNDHEIT
PRÄVENTION

Angebote zur geistigen Fitness oder zur Auto-Mobilität im Alter ergänzen das vielseitige Programm der Pro Senectute im Bereich Bewegung und Sport. Bestens ausgewiesene Fahrlehrer und Experten unterstützen Sie und gehen auf Ihre Fragen ein.

Grundkurs «Geistige Fitness»

Angeleitet von der Gedächtnistrainerin Ines Moser werden Sie mit vielseitigen und spielerischen Übungen Ihre geistige Leistungsfähigkeit verbessern.

WANN	14.04.–02.06. von 09.30–11.45 Uhr
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Ines Moser-Will, liz. SimA-Trainerin, Buchautorin «Spas mit Denktraining»
KOSTEN	CHF 220.– (8 x 120 Minuten)
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 27.03.

Aufbaukurs «Geistige Fitness»

Sie haben bereits erste Erfahrungen mit Gedächtnistraining gemacht? Dann lernen Sie im Aufbaukurs neue Übungen kennen. Die Konzentrations- und Merkfähigkeit wird trainiert, ausserdem wird die Sinneswahrnehmung geschult.

WANN	14.04.–02.06. von 14.00–16.15 Uhr
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich

LEITUNG	Ines Moser-Will, liz. SimA-Trainerin, Buchautorin «Spas mit Denktraining»
KOSTEN	CHF 220.– (8 x 120 Minuten)
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 27.03.

Gedächtnistraining in Bülach

Erinnern und Vergessen – möchten Sie mehr darüber erfahren? Informationen über das Gehirn, Übungen zu Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit und Sprache gehören zu einem ganzheitlichen Training.

WANN	Montag, 14.00–15.45 Uhr: 23.02./02.03./09.03./ 16.03./30.03./06.04.
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Iris Hauri und Susanne Fritschi
KOSTEN	CHF 160.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Sekretariat Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00

Gedächtnistraining in Winterthur

Erinnern und Vergessen – möchten Sie mehr darüber erfahren? Informationen über das Gehirn, Übungen zu Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit und Sprache gehören zu einem ganzheitlichen Training.

WANN	Jeweils am Freitag 09.00–10.30 Uhr: 27.02./13.03./20.03./ 27.03./03.04./17.04.
ORT	Im Königshof, Neumarkt 4, 8400 Winterthur
LEITUNG	Gertrud Knöpfli, Gedächtnistrainerin SVGT
KOSTEN	CHF 140.–, inkl. Material, 6 x 2 Lektionen
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich, Astrid Schöni Graf, Dienstleistungszentrum Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur Tel. 058 451 54 29 astrid.schoeni@ zh.pro-senectute.ch
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 15.02.

Denkfitness in Meilen

In anregender Gemeinschaft werden Reaktions- und Merkfähigkeit, Kurz- und Langzeitgedächtnis, logisches und bildhaftes Denken trainiert. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

WANN	26.03./02.04./16.04./23.04. jeweils 09.30–11.30 Uhr
ORT	Alterszentrum Platten 8706 Meilen
LEITUNG	Maya Hinder-Middendorp, Erwachsenenbildnerin und Denktrainerin
KOSTEN	Noch offen
ANMELDUNG	Frau Verena Kutasi Ruebsteinstrasse 29 8706 Meilen Tel. 044 923 10 31 verena.kutasi@bluewin.ch

Gedächtnis-Träff in Bülach

Interessierte treffen sich 1x im Monat zum gemeinsamen Gedächtnis-Träff

WANN	Samstag, 09.00–10.45 Uhr: 31.01./28.02./28.03./ 25.04./30.05./27.06.
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Iris Hauri und Susanne Fritschi
KOSTEN	160.– (für 6 Monatstreffen)
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Sekretariat Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00
SPEZIELLES	Anmeldung jeweils für die Teilnahme an 6 Treffen

Gedächtnis-Träff in Zürich

Vielbeschäftigt, fast keine Zeit! Und doch wollen Sie Ihr Gedächtnis fit halten. Der monatliche «Gedächtnis-Träff» ist eine Möglichkeit, in einer motivierten Gruppe geistig «am Ball» zu bleiben.

WANN	Nächste Monatstreffen am 16.03./20.04./18.05. von 14.00–15.45 Uhr
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Iris Hauri, Gedächtnistrainerin, Mitglied im SVGT
KOSTEN	CHF 160.– (für 6 Monatstreffen)
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Anmeldung jeweils für die Teilnahme an 6 Treffen

Gedächtnisclub in Winterthur

Unser Hirn braucht Training! So wie einen Muskel müssen wir auch das Gehirn trainieren, wenn wir unsere geistige Leistungsfähigkeit erhalten oder sogar verbessern wollen.

WANN	Jeweils am Mittwoch 09.30–11.30 Uhr
ANSPRUCHSVOLL	25.02./18.03./22.04./ 20.05./24.06.
SPIELERISCH	04.03./08.04./13.05./ 10.06./08.07.
ORT	Im Königshof, Neumarkt 4, 8400 Winterthur
LEITUNG	Ruedi Egli, Liz. SIMA®-Trainer, Gertrud Knöpfli, Gedächtnis- trainerin SVGT
KOSTEN	CHF 20.– pro Morgen
ANMELDUNG	Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist jederzeit möglich.
KONTAKT	Astrid Schöni Graf Dienstleistungszentrum Winterthur und Umgebung Brühlgartenstrasse 1 8400 Winterthur Tel. 058 451 54 29 astrid.schoeni@zh.pro- senectute.ch
SPEZIELLES	Voraussetzung für den Ge- dächtnisclub ist der Besuch eines Gedächtnistrainings, damit die nötigen Grund- kenntnisse vorhanden sind.

**Älter werden – mobil bleiben –
Autofahren**

Wir unterstützen Sie und vermitteln Ihnen mehr Sicherheit im Alltagsverkehr. Auf Ihre individuellen Fragen wird eingegangen.

WANN	Montagsmorgen 09.00–11.30 Uhr Daten noch nicht festgelegt
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Bernhard Elsener und Brian Weidmann
KOSTEN	CHF 145.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00

Richtig handeln – Leben retten

Informationsnachmittag zum Thema Herzinfarkt – Hirnschlag / Symptome erkennen und richtig reagieren.

WANN	Dienstag, 10.03. 14.30–17.00 Uhr
ORT	Alterszentrum Platten 8706 Meilen
LEITUNG	Ärztin und Samariterverein Meilen-Herrliberg
KOSTEN	Freiwilliger Unkostenbeitrag
ANMELDUNG	Heidi Fischer, Pro Senectute Ortsvertretung Meilen, Tel. 044 923 14 16 044 924 14 44
SPEZIELLES	Anmeldung erforderlich

**AUSDRUCK UND
KREATIVITÄT**

Sie möchten Ihren Erfahrungen, Gedanken und Gefühlen Ausdruck verleihen? Die Pro Senectute ermöglicht Ihnen das. Mit Gleichgesinnten machen Sie sich auf den Weg, entdecken neue Lebenswelten und heben Schätze aus der Vergangenheit.

Theater spielen

Im Vordergrund dieses Seminars steht die Lust am Spiel. Szenen aus der Theaterliteratur werden bearbeitet, ausserdem erfundene Geschichten gespielt.

WANN	16.03./23.03./30.03./ 06.04./27.04./04.05./11.05. von 9.30–12.30 Uhr
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Franziska von Fischer dipl. Schauspielerin, Sprecherin und Erwachsenen- bildnerin
KOSTEN	CHF 340.– für 7 Theatervormittage
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Anmeldeschluss: 28.02.

Stubete «zäme singe»

In fröhlicher Runde singen Sie altbekannte Volkslieder und alles, was das Herz erfreut.

WANN	Jeweils am Dienstag- nachmittag, 13.30–14.30, 17.03./28.04./26.05./23.06.
ORT	Im Königshof, Neumarkt 4, 8400 Winterthur
LEITUNG	Brigitte Schneider
KOSTEN	Kostenlos
ANMELDUNG	Nicht erforderlich
KONTAKT	Astrid Schöni Graf Dienstleistungszentrum Winterthur und Umgebung Brühlgartenstrasse 1 8400 Winterthur Tel. 058 451 54 29 astrid.schoeni@ zh.pro-senectute.ch

Erzählcafé in Bülach

Das waren noch Zeiten ... In entspannter Atmosphäre beschäftigen wir uns mit Erfahrungen und Erlebnissen, die unser Leben geprägt haben. Wir wenden uns zeitgeschichtlichen Themen zu oder tauschen uns aus über Alltagsfreuden, Alltagslasten, Ängste und Sorgen dieser Zeit.

WANN	Freitag, 14.00–16.00 Uhr: 27.02./27.03./24.04./ 29.05./26.06.
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Frau Erika Bühler
KOSTEN	Kostenlos
ANMELDUNG	Es ist keine Anmeldung erforderlich
KONTAKT	Veronika Eggenberger Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Tel. 058 451 53 00

Erzählcafé in Winterthur

In entspannter, gemüthlicher Atmosphäre, bei Kaffee und Gipfeli, beschäftigen wir uns mit Erfahrungen und Erlebnissen, die unser Leben geprägt haben. Für den Einstieg wird das Thema vorgegeben. Weitere Themen werden von der Gruppe bestimmt.

WANN	Jeweils am Dienstag 09.30–11.30 Uhr, 10.03./07.04./05.05.
ORT	Im Königshof, Neumarkt 4, 8400 Winterthur
LEITUNG	Astrid Schöni Graf
KOSTEN	CHF 10.– pro Morgen

ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich,
Astrid Schöni Graf,
Dienstleistungszentrum Winter-
thur, Brühlgartenstrasse 1,
8400 Winterthur
Tel. 058 451 54 29
astrid.schoeni@
zh.pro-senectute.ch

Schreiben der eigenen Biographie

Gemeinsam finden wir einen Einstieg, eine Gliederung, vielleicht ein Leitmotiv. Wir entdecken gute Kräfte, die wir weitergeben möchten.

WANN 26.03./02.04./16.04./23.04./
jeweils 14.00–16.15 Uhr

ORT Alterszentrum Platten
8706 Meilen

LEITUNG Maya Hinder-Middendorp,
Erwachsenenbildnerin und
Denktrainerin

KOSTEN Noch offen

ANMELDUNG Frau Verena Kutasi, Rebstein-
strasse 29, 8706 Meilen,
Tel. 044 923 10 31
verena.kutasi@bluewin.ch

Simone Weil, 1909 – 1942, «Ein Leben gibt zu denken», Nachmittagskurs

Wir begegnen Simone Weil an diesem Nachmittag. Vor 100 Jahren in Paris geboren, als anstössige Frau, Denkerin, Philosophin, Gewerkschafterin, emanzipierte Jüdin und Fabrikarbeiterin gibt sie uns Impulse als Lebenshilfe für unser Heute.

WANN Mittwoch, 11.02.
14.00–16.30 Uhr

ORT IBBK, Solistrasse 74
8180 Bülach

LEITUNG Imelda Abbt, Dr. theol.,
Anthropologin/Erwachsenen-
bildnerin

KOSTEN CHF 145.–

ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Bülach
Veronika Eggenberger
Tel. 058 451 53 00

Patchwork

Patchwork ist englisch und steht für Flickarbeit. Es ist eine Technik der Textgestaltung, bei der viele kleine Stoffstücke zu Kunstwerken verarbeitet werden. Gleichgesinnte treffen sich einmal im Monat.

WANN 10× im Jahr, 1× im Monat,
Montag um 13.45–16.15 Uhr

ORT Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Bülach
Lindenhofstrasse 1
8180 Bülach

LEITUNG Frau Lotti Weidmann

KOSTEN CHF 180.–
für 10 Kursnachmittage

ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Bülach
Sekretariat
Veronika Eggenberger
Tel. 058 451 53 00

MEDIEN UND KOMMUNIKATIONSMITTEL



Sie besitzen einen Personal-Computer oder ein Mobiltelefon. Oder Sie kaufen sich demnächst ein neues Gerät. Sie wollen mehr über seine Nutzungsmöglichkeiten wissen. Sie haben Fragen zu einzelnen Programmen, möchten die Technik besser beherrschen. Oder Sie wollen sich bei der Nutzung von PC oder Handy ganz einfach etwas sicherer fühlen.

Unser Angebot reicht von Einführungskursen bis zur Bildbearbeitung am Computer. Sie finden neben professionellen Angeboten von ausgewiesenen Fachleuten auch Kurse, in denen Jugendliche Sie in die Geheimnisse der Mobiltelefonie und der Computervelt einführen.

Computer-Einsteigerkurs Bülach

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich mit der Arbeit am Computer erstmals und von Grund auf vertraut machen wollen.

WANN Kurs 6110/Dienstag,
15.50–17.40 Uhr,
24.02.–28.04.
Kurs 6111/Mittwoch,
09.30–11.20 Uhr,
13.05.–08.07.

ORT Berufsschule Bülach, Schwerz-
grubstrasse 28, 8180 Bülach

LEITUNG E. Hess und B. Bruhin

KOSTEN CHF 310.–

ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Bülach
Veronika Eggenberger
Tel. 058 451 53 00

Computer-Einsteigerkurse in Zürich

Wenn Sie den Computer nutzen wollen, um Briefe zu schreiben, im Internet Informationen abzurufen oder eine E-Mail zu senden, dann sollten Sie sich für den Einsteigerkurs anmelden.

WANN Freitag, 29.05.–03.07.
09.00–12.00 Uhr (Stufe 1)
oder 13.30–16.30 Uhr (Stufe 2)

ORT Pro Senectute ZH
Geschäftsstelle
Forchstrasse 145
8032 Zürich

LEITUNG Mitarbeitende der Computer-
schule Surfingsenior

KOSTEN CHF 680.– (18 Lektionen)
inkl. Kursbuch

ANMELDUNG Pro Senectute ZH, Dienstleis-
tungszentrum Stadt Zürich,
Tel. 058 451 50 00

SPEZIELLES Stufe 1: noch nie am PC
gearbeitet,
Stufe 2: bereits erste Erfah-
rungen mit dem Computer;
Anmeldeschluss 15.05.

Zusammen in die EDV-Welt.

Ein Computer-Internet-E-Mail- und Handy-Kurs

Jugendliche unterstützen Seniorinnen und Senioren beim Kennenlernen von Computer, Internet und E-Mail oder bei der Handhabung des Handys. Nehmen Sie Ihr eigenes Handy mit Gebrauchsanweisung mit, wenn Sie mehr über den Gebrauch des Handys erfahren wollen.

WANN 04.03./11.03./18.03.
ab 14.00 Uhr

ORT Gemeinschaftszentrum Loo-
garten, Salzweg 1, 8048 Zürich

LEITUNG Jeanine Merz,
Mitarbeiterin GZ Loogarten

KOSTEN Der Kurs ist für Seniorinnen
und Senioren kostenlos

ANMELDUNG Pro Senectute ZH, Dienstleis-
tungszentrum Stadt Zürich,
Tel. 058 451 50 00

SPEZIELLES Der Kurs ist ein gemeinsames
Angebot des Pro Senectute
Dienstleistungszentrums Stadt
Zürich und des Gemein-
schaftszentrums Loogarten.
Die Teilnehmerzahl ist auf
10 Personen begrenzt.
Allen Teilnehmenden steht
für die Dauer des Kurses ein
Computer zur Verfügung.

PC-Grundlagen (Vertiefung) mit Vista und Office 2007

Dieser Kurs richtet sich an alle, die das im PC-Grundlagenkurs (Einstieg) erlangte Wissen vertiefen und erweitern wollen. Der Schwerpunkt liegt auf dem Erstellen und Bearbeiten der Ordnerstruktur des Explorers und dem Kennenlernen von Word.

WANN	Kurs 6210, Mittwoch, 25.02.–29.04., 09.30–11.20 Uhr Kurs 6211, Dienstag, 12.05.–30.06., 15.50–17.40 Uhr
ORT	Berufsschule Bülach, Schwerz- grubstrasse 28, 8180 Bülach
LEITUNG	B. Bruhin, E. Hess
KOSTEN	CHF 310.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00

Internet- und E-Mail-Kurs

Im Kurs werden Sie die Einsatzmöglichkeiten des Internets vertieft kennenlernen. Die gezielte Suche im World Wide Web (www) und das Senden und Empfangen von E-Mails sind Inhalte des Seminars.

WANN	03.04./17.04./24.04. von 09.00–12.00 Uhr
ORT	Pro Senectute ZH Geschäftsstelle Forchstrasse 145 8032 Zürich
LEITUNG	Mitarbeitende der Computer- schule SurfingSenior
KOSTEN	CHF 340.– (9 Lektionen) inkl. Kursbuch
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleis- tungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Voraussetzung: sichere Grundkenntnisse am PC; Anmeldeschluss: 16.03.

Word 2007: Grundlagen

In diesem Kurs lernen Sie die Textverarbeitung mit Word kennen. Es kann auf spezielle Wünsche eingegangen werden.

WANN	Kurs 6330, Mittwoch, 13.05.–08.07., 13.50–15.40 Uhr
ORT	Berufsschule Bülach, Schwerz- grubstrasse 28, 8180 Bülach
LEITUNG	Noch nicht bestimmt
KOSTEN	CHF 310.–

ANMELDUNG Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Bülach
Veronika Eggenberger
Tel. 058 451 53 00

Internetcorner im Waidspital

Freiwillige unterstützen Besucherinnen und Besucher bei der Nutzung des Computers, beim Einstieg ins Internet und beim Mailen. Für den Besuch sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

WANN	jeweils Mittwoch und Freitag von 14.00–17.00 Uhr
ORT	Klinik für Akutgeriatrie am Waidspital, Tièchestrass 99, 8037 Zürich
LEITUNG	Freiwillige des Internetcorners im Waidspital
KOSTEN	Die Benutzung des Internetcorners ist kostenlos.
ANMELDUNG	Ist nicht erforderlich
KONTAKT	Pro Senectute ZH, Dienstleis- tungszentrum Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00

Digitale Bildbearbeitung und Fotografie (Einstieg)

Sie erhalten grundlegende Kenntnisse zur Arbeit mit Bildern am Computer. Der Schwerpunkt liegt beim Organisieren, Bearbeiten und Ausgeben von Bildern.

WANN	Kurs 6170 / Mittwoch, 13.05.–08.07. 15.50–17.40 Uhr
ORT	Berufsschule Bülach, Schwerz- grubstrasse 28, 8180 Bülach
LEITUNG	J. Wetzler
KOSTEN	CHF 310.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00

Handykurs

Im Einführungskurs lernen Sie die Grundfunktionen Ihres eigenen Handys kennen. Sie üben in einer Gruppe von max. 10 Personen die Grundfunktionen.

WANN	Freitag, 05.06. 13.30–16.30 Uhr
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Frau C. Perisnotto
KOSTEN	CHF 69.–
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungszentrum Bülach Sekretariat Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00

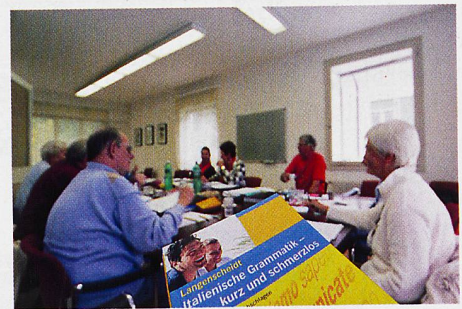
Spezielles Der Kurs bietet auch Gelegen-
heit und Zeit, auf individuelle
Anliegen einzugehen.

Handy, PC, Mac: Schnuppertag für Interessierte

Instruktorinnen und Instrukto-
ren der Computera stellen das Kursangebot der
Computera vor und beantworten Fragen
zum Handygebrauch. Das Angebot der
Computera Meilen umfasst: Grundkurs,
Textverarbeitung, Internet, Tabellenkal-
kulation, Power-Point-Präsentation, Foto-
und Filmbearbeitung, für Fortgeschritte-
ne Systemkurse PC und Mac.

WANN	Dienstag, 15.04. 09.00–12.00 Uhr / 13.30–16.00 Uhr
ORT	Computera Meilen, Alters- zentrum Platten, 8706 Meilen
LEITUNG	Instruktorinnen und Instruk- toren der Computera Meilen
KOSTEN	Kostenlos
ANMELDUNG	Keine Anmeldung erforderlich
AUSKUNFT	Senioren-Info-Zentrale Meilen Heidi Fischer Tel. 044 924 14 44

SPRACHKURSE



**Sprachen lernen macht Spass – vor
allem zusammen mit Gleichgesinnten
in entspannter Lernatmosphäre.
Überdies hält lebenslanges Lernen fit
und lebendig. Ein Sprachkurs bei
Pro Senectute ist ein Lernvergnügen
und kann Ihnen neue Horizonte
öffnen. Lernen Sie neue Leute kennen,
und geniessen Sie den Lernerfolg in
unseren Sprachkursen!**

Englisch-Konversationskurs

In einer kleinen Gruppe (maximal 9 Teil-
nehmende) und entspanntem Lernumfeld
werden Sie Ihr Englisch auffrischen. All-
tagssituationen und die britische Lebens-
art werden Themen der Gespräche im
Kurs sein.

WANN	Donnerstag, 02.04.–25.06., von 10.00–11.30 Uhr (ausser Auffahrt)
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Gabriela Meier unterrichtet sowohl Privatpersonen als auch Berufstätige in englischer Sprache.
KOSTEN	CHF 330.– (18 Lektionen)
ANMELDUNG	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Tel. 058 451 50 00
SPEZIELLES	Englischgrundkenntnisse; Anmeldeschluss: 16.03.

Sprachkurse Englisch / Französisch / Italienisch / Spanisch

Möchten Sie sich vertieft mit einer Fremdsprache befassen? Neues dazulernen oder Altes auffrischen und gleichzeitig die Begegnung mit Gleichgesinnten pflegen?

WANN	Montag–Freitag, verschiedene Niveaustufen, auf Anfrage
ORT	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Lindenhofstrasse 1 8180 Bülach
LEITUNG	Sprachlehrerinnen
KOSTEN	CHF 200.– (bei 7 Teilnehmern), 16 Lektionen
ANMELDUNG	Pro Senectute Kanton Zürich Dienstleistungscenter Bülach Sekretariat Veronika Eggenberger Tel. 058 451 53 00
SPEZIELLES	1–2 Schnupperlektionen (gratis) sind möglich.

FREIWILLIGENARBEIT



Ein Gewinn für alle: Freiwilligenarbeit schafft Kontakte, ermöglicht neue Erfahrungen, stärkt das Selbstvertrauen. Die Fachstelle für Freiwillige der Pro Senectute Kanton Zürich informiert und berät interessierte Personen und vermittelt geeignete Einsatzplätze. Kontaktieren Sie uns, falls Sie sich für eine Tätigkeit als Freiwillige/r interessieren: Eva Haupt, Leiterin Fachstelle für Freiwilligenarbeit, Tel. 058 451 51 08.

Einführungskurs für Freiwillige im Besuchsdienst

Im Einführungskurs werden folgende Themen behandelt: Motivationsklärung, Gesprächsführung, Abgrenzung, Umgang mit medizinischen und psychischen Veränderungen im Alter, konkrete Informationen über den Besuchsdienst.

WANN	4 Halbtage, jeweils von 14.00–17.00 Uhr: Montag, 09.03. Freitag, 13.03. Donnerstag, 02.04. Freitag, 03.04.
------	---

ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Ursula Krebs / Eva Haupt
KOSTEN	Keine
ANMELDUNG	Bis 2. März 2009
KONTAKT	Ursula Krebs ursula.krebs@zh.pro-senectute.ch Tel. 058 451 50 89
SPEZIELLES	Nur für Personen, die sich auf ein langfristiges Engagement in der Freiwilligenarbeit einlassen möchten.

Grundschulung Treuhanddienst

Dieser Einführungskurs ist Voraussetzung für die freiwillige Mitarbeit im Treuhanddienst (Unterstützung älterer Menschen in administrativen/finanziellen Angelegenheiten).

WANN	06.05. Nachmittag und 07.05. Vormittag
ORT	Pro Senectute ZH, Dienstleistungscenter Stadt Zürich, Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
LEITUNG	Susanne Keller und Ulla Matthey
KOSTEN	Keine
ANMELDUNG	Laufend
KONTAKT	Susanne Keller oder Ulla Matthey, Tel. 058 451 50 00, treuhanddienst@zh.pro-senectute.ch
SPEZIELLES	Vorgängig wird ein Abklärungsgespräch zur gegenseitigen Vorstellung und Eignung durchgeführt. Um frühzeitige Anmeldung wird deshalb gebeten.

WIR SIND IN IHRER NÄHE

Dienstleistungszentren

UNTERLAND/FURTTAL
Lindenhofstrasse 1, 8180 Bülach
Telefon 058 451 53 00

LIMMATTAL/KNONAUERAMT
Badenerstrasse 1, 8952 Schlieren
Telefon 058 451 52 00

ZIMMERBERG
Alte Landstrasse 24, 8810 Horgen
Telefon 058 451 52 20

PFANNENSTIEL
Dorfstrasse 78, 8706 Meilen
Telefon 058 451 53 20

OBERLAND
Bahnhofstrasse 182, 8620 Wetzikon
Telefon 058 451 53 40

WINTERTHUR UND UMGEBUNG
Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur
Telefon 058 451 54 00

STADT ZÜRICH
Seefeldstrasse 94a, 8008 Zürich
Postadresse:
Postfach 1035, 8034 Zürich
Telefon 058 451 50 00

Geschäftsstelle

Pro Senectute Kanton Zürich
Forchstrasse 145, 8032 Zürich
Telefon 058 451 51 00
E-Mail: info@zh.pro-senectute.ch
Internet: www.zh.pro-senectute.ch

