

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Agenda

### **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>**



**Mehr Freude am Leben**  
laufend neue Kurse

## «Wenn das Altwerden schwerfällt»

Das Angebot richtet sich an Personen ab 60 Jahren, die wiederkehrend unter depressiven Verstimmungen leiden. Einerseits sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den von der Kursleitung strukturierten Treffen neue Verhaltensweisen erlernen, erproben und sich darüber austauschen. Andererseits soll der Kurs den Raum schaffen, um über Enttäuschungen, Frustrationen und Hilflosigkeit mit anderen, ähnlich Betroffenen zu sprechen und dadurch Verständnis, Ermunterung und Unterstützung zu erfahren und um neue Sozialkontakte zu knüpfen. Voraussetzung zur Kursteilnahme ist die Bereitschaft und die Möglichkeit, sich in einer Gruppe einzubringen und mitzuarbeiten. Der Kurs versteht sich als präventiver Beitrag zur Bekämpfung depressiver Verstimmungen im Alter. Nach der erfolgreichen Erstdurchführung im vergangenen Herbst finden laufend weitere Kurse statt.

### Weitere Informationen und Anmeldung:

PRO SENECTUTE KANTON LUZERN  
Judith Egloff, Beratungsstelle Luzern Stadt und Luzern Land,  
Taubenhausstrasse 16, 6005 Luzern, Tel. 041 319 22 88,  
■ E-Mail: [judith.egloff@lu.pro-senectute.ch](mailto:judith.egloff@lu.pro-senectute.ch)  
■ Ort: Luzern, Bundesplatz 14, 7. Stock, Geschäftsstelle  
Pro Senectute Kt. Luzern  
■ Kosten: CHF 150.–

5. DEZEMBER 2010

## club-sixtysix- Tanznachmittag

An der nächsten Tanzveranstaltung im Casineum in Luzern am 5. Dezember wird in Anwesenheit eines prominenten Ehrengastes von 14.30 bis 17.30 Uhr das Tanzorchester Churchmice aufspielen – unterbrochen durch das traditionelle Gespräch des Journalisten Emil Mahnig mit dem Ehrengast. Wie jeden ersten Sonntag im Monat lädt der «club sixtysix» als Gönnerverein von Pro Senectute Kanton Luzern in Zusammenarbeit mit dem Grand Casino Luzern ein, beschwingt zu tanzen, gemütlich zu plaudern oder einfach in einzigartiger Atmosphäre die Musik zu geniessen. Auch im Jahr 2011 finden Tanznachmittage im Casineum statt. Dies zur gewohnten Zeit an folgenden Sonntagen:

- 9. Januar 2011 ■ 6. Februar 2011 ■ 13. März 2011
- 3. April 2011 ■ 1. Mai 2011 ■ 5. Juni 2011
- 4. September 2011 ■ 2. Oktober 2011
- 6. November 2011 ■ 4. Dezember 2011



1. JANUAR 2011

## Neujahrskonzerte

Im Luzerner Theater beginnt das neue Jahr bereits wieder mit einem Höhepunkt. Zum sechsten Mal lädt Pro Senectute Kanton Luzern Jung und Alt ein zu einem feierlichen Neujahrskonzert. Zwei exklusive Konzerte des Seniorenorchesters Luzern unter der Mitwirkung jugendlicher Künstlerinnen und Künstler bietet wiederum die Möglichkeit, mit einem musikalischen Highlight ins neue Jahr zu starten. Das Laienorchester unter der Leitung von Josef Gnos wird mit seinen rund 65 Konzertierenden wieder für ein ausverkauftes Haus sorgen. Ein schöner Start für ein gutes neues Jahr. Der Vorverkauf beginnt am 1. Dezember 2010 im Luzerner Theater. Bitte beachten Sie das Inserat mit den Kassenöffnungszeiten auf Seite 36.



# agenda

26. JANUAR 2011

## Starkoch Hugues Blanchard kocht für den Mahlzeitendienst

Am Mittwoch, 26. Januar 2011, kocht Hugues Blanchard, Küchenchef des Restaurants Olivo im Grand Casino Luzern (15 Gault Millau Punkte), exklusiv für die Kundinnen und Kunden des Mahlzeitendienstes von Pro Senectute Kanton Luzern. Die Mahlzeiten werden vom Koch der Extraklasse in der Gastronomie Eichhof zubereitet und auf Bestellung den Kunden nach Hause geliefert. Geladene Gäste – dem Mahlzeitendienst verbundene Personen aus der Stadt Luzern/Littau, Kriens, Horw und Buchrain – werden sich anlässlich eines gemeinsamen Mittagessens mit dem gleichen Menü, wie es für die Kundschaft des Mahlzeitendienstes zubereitet wird, ebenfalls von den Kochkünsten des Meisters überzeugen können.

30. JANUAR 2011

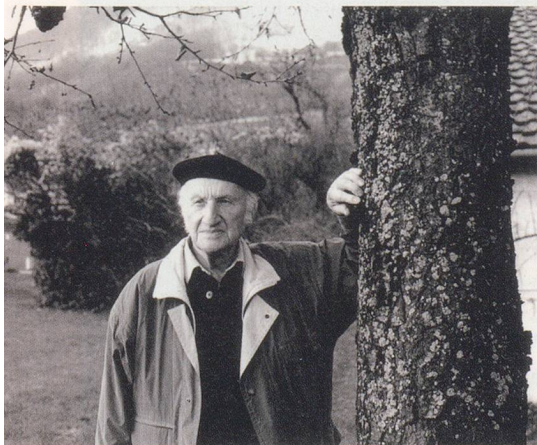
## «Zweite Karriere»

Im Rahmen der bereits schon traditionellen «Luzerner Begegnungen» wird am 30. Januar um 11 Uhr im Foyer des Luzerner Theaters eine Expertenrunde das Themenspektrum «zweite Karriere» aus verschiedenen Perspektiven diskutieren. Das Gespräch, das sich um von aussen ausgelöste oder durch eine Person selber initiierte gravierende Veränderungen des Lebensweges dreht, bietet vielseitigen Diskussionsstoff.

Ausschlaggebend für die Themenwahl dieser Begegnungsrunde war der im Jahr 2008 verstorbene Schweizer Autor Gerhard Meier. Geboren im Jahr 1917, sammelte er bereits während seines Studiums erste schriftstellerische Erfahrungen, begann jedoch erst im Alter wieder zu schreiben. Zuvor hatte er seiner Familie zuliebe auf seine Leidenschaft verzichtet und in der Lampenfabrik seines Heimatdorfs Niederbipp gearbeitet. Der Autor genoss seine zweite Karriere in vollen Zügen: «Ich habe mich auf das Alter gefreut», sagte er in einem Interview, «und ich bin nicht enttäuscht worden ... Es ist, wie wenn man auf einer Pyramide stehen und ins Land hinaus sehen würde.»

Auf dem Podium sind voraussichtlich neben Susanne Stöcklin-Meier – selbst erfolgreiche Autorin und die Tochter Gerhard Meiers – auch der Universitätsprofessor Jörg Beat Ackermann und die Psychologin Maria Lichtsteiner.

- Moderiert wird die rund einstündige Veranstaltung durch den Journalisten Emil Mahnig.
- Der Eintritt ist frei!
- Im Anschluss daran ist auf der Bühne des Luzerner Theaters die nach Texten des Autors Gerhard Meier entstandene Theaterproduktion «In Amrains Welt» zu sehen.



17. MÄRZ 2011

## Einsamkeit, Isolation und Verwahrlosung im Alter

Die jährliche Fachtagung von Pro Senectute Kanton Luzern findet neu im Guido A. Zäch Institut, Nottwil, statt. Diesmal zum Thema Einsamkeit, Isolation und Verwahrlosung im Alter. An dieser Veranstaltung sind alle Interessierten herzlich willkommen. Vorgesehen sind Kurzreferate von Fachleuten und Direktbetroffenen, die das Thema aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchten. Im zweiten Teil findet traditionellerweise eine Podiumsdiskussion statt.

- Die Veranstaltung dauert von 13.30 bis 17 Uhr.
- Der Eintritt kostet CHF 50.–, inklusive Pausenverpflegung und Apéro.
- Anmeldung: Pro Senectute Kanton Luzern, Geschäftsstelle, Tel. 041 226 11 88

FRÜHLING 2011

## Steuererklärungen ausfüllen

Das Ausfüllen der Steuererklärung kann zu einer Belastung werden. Hier bringt der Steuerklärungsdienst von Pro Senectute Kanton Luzern Erleichterung. Unsere Fachpersonen füllen für Menschen im AHV-Alter zu moderaten Preisen die Steuererklärung aus. Die Kosten sind abhängig von der Einkommens- und Vermögenssituation und betragen zwischen 30 und 400 Franken. Bei komplexen und sehr aufwendigen Steuererklärungen wird zusätzlich ein separater Stundentarif von CHF 100.– verrechnet. Mitglieder des Gönnervereins club sixtysix erhalten 10 Prozent Rabatt. Nach telefonischer Voranmeldung wird eine schriftliche Terminbestätigung sowie eine Checkliste für alle Unterlagen, die zum Ausfüllen der Steuererklärung nötig sind, zugestellt.

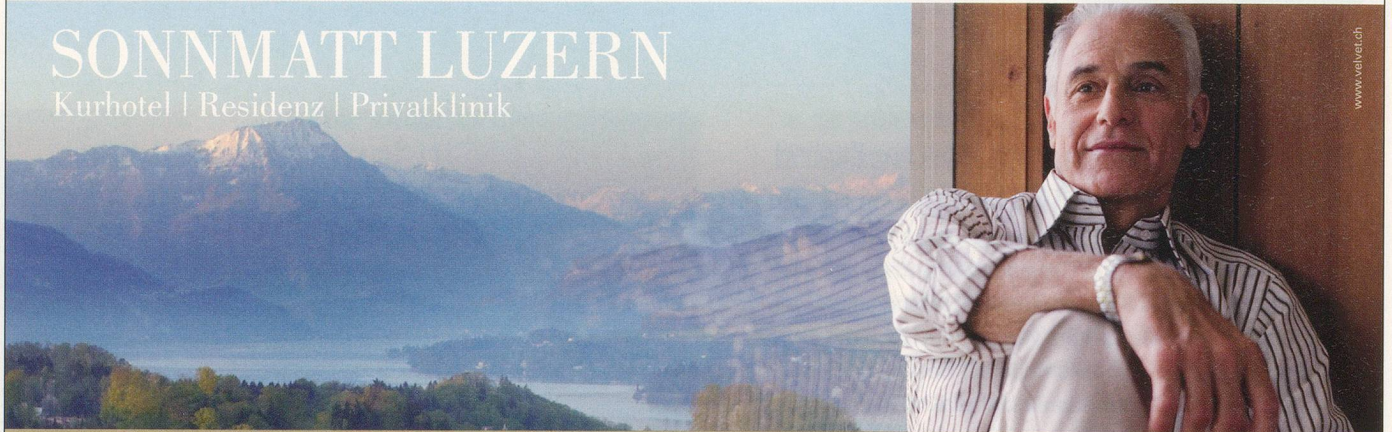
### Information und Anmeldung:

- Beratungsstelle Luzern Stadt und Luzern Land, Luzern, Tel. 041 319 22 88
- Beratungsstelle Emmen, Emmenbrücke, Tel. 041 268 60 90
- Beratungsstelle Willisau, Willisau, Tel. 041 970 40 20



# SONNMATT LUZERN

Kurhotel | Residenz | Privatklinik



www.seematt.ch

ZU HAUSE  
IM VIERSTERNE-  
HOTEL.  
GEHT DAS?

Aber ja. In unseren grosszügigen Appartements mit Südbalkon und Blick auf Luzern, See und Berge. Ruhige Lage und doch stadtnah. Ab CHF 4900.–/ Monat inkl. Koch, Portier, Chauffeur, Room-Service, Wellness und weiterem Komfort. Informationen erhalten Sie unter Telefon 041 375 32 32 oder [www.sonnmatt.ch](http://www.sonnmatt.ch)

# SEEMATT

SEEMATT die Oase der Senioren für Ferien und Erholung am Sempachersee, für Ruhe und Zeit zum Gesundsein, Gesundbleiben und Gesundwerden.

**Ferien und Erholungshaus Seematt**  
Seestrasse 3. 6205 Eich am Sempachersee  
Telefon 041 462 98 00, Fax 041 462 98 01  
[www.seematt-eich.ch](http://www.seematt-eich.ch) / e-mail: [info@seematt-eich.ch](mailto:info@seematt-eich.ch)

## WINTERSPORT-ANGEBOTE

### Winterplausch im Tiefschnee: Schneeschuhwanderungen

**Neu** bieten wir an drei Daten von Januar bis März Schneeschuhwanderungen an. Sie finden im Gebiet Schüpfheim – Heiligkreuz – Escholzmatt – Schangnau statt. Wir freuen uns, wenn Sie dieses immer aktueller werdende Bewegungsangebot kennenlernen und nutzen möchten.

#### Wintersport-Ferien in Sils Maria

Für die beliebten Wintersport-Ferien in Sils Maria vom 22. bis 29. Januar 2011 ist am 6. Dezember 2010 Anmeldeschluss. Es hat nur noch wenige freie Plätze. Nutzen Sie diese letzte Gelegenheit für eine Anmeldung.

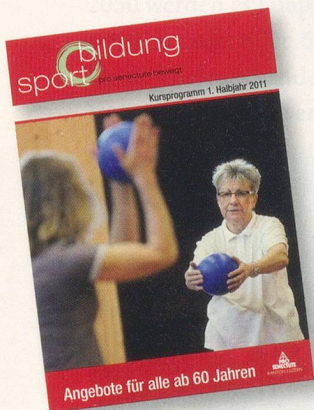
#### Langlauf-Ferien in Ulrichen

Die attraktiven Langlauf-Ferien in Ulrichen im Goms vom 27. Februar bis 5. März 2011 erfreuen sich ebenfalls wieder eines regen Interesses. Auch hier gibt es noch freie Plätze, und der Anmeldeschluss ist am 26. Januar 2011.

■ Nähere Angaben finden Sie im Kursprogramm des 2. Halbjahres 2010 oder des 1. Halbjahres 2011, welches am 29. November 2010 erscheint und in dieser «Zenit»-Ausgabe eingehaftet ist. Telefonische Auskünfte erhalten Sie unter Tel. 041 226 11 99.



INSERAT



### Cinedolcevita im stattkino

Cinedolcevita will älteren Menschen ein besonderes Kinovergnügen verschaffen und bietet ihnen Spiel- und Dokumentarfilme in abwechslungsreicher Auswahl nach Kultur und Sprache an. Cinedolcevita fördert die Filmkultur, insbesondere auch des Schweizer Films, indem es qualitativ hochstehende Filme in Originalfassung – also nicht synchronisiert – zeigt. Ab November 2010 zeigt das stattkino in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Luzern einmal im Monat – möglichst immer am gleichen Nachmittag und unabhängig vom ordentlichen Kinoprogramm – während eines halben Jahres einen Film zum sogenannten «Monatstarif».

**Ort:** stattkino Luzern, Bourbaki Panorama, Löwenplatz 11, Luzern

**Reservationen:** Tel. 041 410 30 60

**Einheitspreis:** CHF 12.–

  
**PRO  
SENECTUTE**  
KANTON LUZERN

## Mit einem Legat

**für betagte Menschen trägt  
Ihr Vermögen Früchte – über  
Ihre Lebenszeit hinaus.**

**Verlangen Sie kostenlos unseren Leitfaden  
«Wissenswertes zum Testament»**

**Bundesplatz 14, Postfach 4009, 6002 Luzern,  
Telefon 041 226 11 88**