

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 74 (1996)  
**Heft:** 8

**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:** 18.03.2025

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

## Ferien

### Migros-Genossenschafts-Bund

Abwechslungsreiche Ferien für Personen ab 50 im In- und Ausland werden im Katalog «Aktivferien 96» angeboten.

Migros-Genossenschafts-Bund, Postfach 266, 8031 Zürich, 01/277 21 78

### Ferien Pro Senectute Kanton Zug

14.–29.10.: Begleitete Ferien (Studienreise) im Hochland Ecuador mit seiner faszinierenden Kultur, Geschichte, Bevölkerung und seinem speziellen Klima.

Infos: Pro Senectute Kt. Zug, General-Guisan-Str. 22, 6300 Zug, 041/710 46 22

### Ferien Pro Senectute Kanton Tessin

2.–15.9.: Milano Marittima (Rav.) 19.–28.9.; Santa Maria Maggiore (Novara)

Preise zwischen Fr. 480.– und Fr. 1550.–. Infos: Pro Senectute Tessin und Moesano, Via Carducci 4, Casella Postale 3199, 6901 Lugano, 091/911 73 80

### Magliaso

31.8.–7.9.: «Ferien- und Besinnungswoche», Ferien in Verbindung mit der Besinnung auf das Evangelium. Nachmittage frei, Angebote für gemeinsame Ausflüge und Wanderungen.

Ev. Zentrum für Ferien und Bildung, 6983 Magliaso, 091/606 14 41

## Kurse + Tagungen

### Asp ob Aarau

24.–30.10.: «Lebenslang lernen – leben ist lernen»

Haus für Bildung und Begegnung, Herzberg, 5025 Asp ob Aarau, 062/878 16 46

## WIEDER AKTIV

### Wenn gehen schwerfällt

Allwetter-Elektro-Mobile  
führerscheinfrei



Mit 2 El.-Motoren ab Fr. 14 500.–

Vertrieb und Service in der Schweiz

### Werner Hueske

Handelsagentur

Seestrasse 22, 8597 Landschlacht  
Telefon 079 - 335 49 10

gross Mit und ohne Verdeck  klein  
 Occasionen sind auch lieferbar  
Bitte ankreuzen und Prospekt anfordern.

### Gwattzentrum am Thunersee

21./28.8. und 4./11.9.: «Wenn der Grossvater mit dem Enkel ...» Vier Nachmittage für Grossväter (und Leihgrossväter) und ihre Enkel. Gwatt-Zentrum am Thunersee. Kirchliche Bildungsarbeit, 3645 Gwatt-Thun, 033/35 13 35

### Konolfingen

6.–12.10.: Einkehrtage für Hörbehinderte mit den Themen: «Leiden – im Licht der Bibel» und «Trotz allem – dankbar sein?», Evang. Zentrum Schloss Hünningen, 3510 Konolfingen i.E. Infos: U.+E. Röthlisberger, Styggässli 12, 3552 Bärau, 035/2 13 67.

### Seniorenakademie Kronenhof

29.8. und 3./11./18.9.: «Fahrten in die Zukunft», Zyklus über den Wandel der Umwelt, des Denkens und Handelns.

Seniorenakademie Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57

### Zürich

#### Schule für Haushalt + Lebensgestaltung

Kurse: Staat, Recht, Wirtschaft; Ernährung, Haushalt, Textiles und Nichttextiles Werken, Kleidung und Mode; Kurse für die 2. Lebenshälfte

Infos: Schule für Haushalt und Lebensgestaltung, Wipkingenplatz 4, Postfach, 8037 Zürich, 01/446 43 20

### Fachkurse, Fachtagungen

#### Pro Senectute Schweiz

4./5.9.: «Partnerschaft und Liebe im Alter – einmal anders» (Asp) 10./11.10.: «Sekretariat im Wandel» (Wislikofen)

Kurskosten Fr. 160.– pro Tag (exkl. Verpflegung/Unterkunft) Pro Senectute Schweiz, Personal und Bildung, Lavaterstr. 60, Postfach, 8027 Zürich, 01/283 89 89

#### Ascona-Gespräche

26.10.: «Depression – Krankheit unserer Zeit?»

Infos: Stiftung Psychosomatik und Sozialmedizin, Prof. Dr. med. Boris Luban-Plozza, 6612 Ascona (Teilnahme kostenlos)

#### Staffelnhof

25./26.9.: «Dialog, Sprechen, Zuhören, Gesten, Musik ... Die Bedeutung der Kommunikation in der Arbeit mit betagten Menschen» (Seminar, Reussbühl) Das Seminar kostet Fr. 150.– (ein Tag Fr. 100.–)

Pflege- und Alterswohnheim Staffelnhof, 6015 Reussbühl, 041/259 30 30

#### VCI-Bildungszentrum

29./30.8.: «Wohlthuende Hände – Körperkontakt in der Betreuung Betagter» (Luzern)

VCI-Bildungszentrum, Abendweg 1, Postfach, 6000 Luzern 6, 041/419 01 62

### Veska

5.9.: «Zukunft der Heime – Heime der Zukunft» (Tagung für Heimleitungen, Behörden, Spitex-Organisationen, offene Altershilfen, Sozialarbeiter; St. Gallen) Veska- Ausbildungszentrum, Rain 36, 5000 Aarau, 062/824 00 25

### Zentrum für Personalförderung

29./30.8.: «Einführung in die Arbeit mit alten Menschen» (Birsfelden BL)

Zentrum für Personalförderung, Kronenhof, 8267 Berlingen, 052/762 57 57

## Senioren-Universitäten

Basel	061/261 82 61
Bern	031/631 82 53
Fribourg	037/ 22 77 10
Genf	022/705 70 42
Lausanne	021/323 84 34
Luzern	041/360 22 25
Neuenburg	038/ 25 38 51
St. Gallen	071/224 25 52
Tessin	091/857 62 50
Zürich	01/257 33 33

### Internationaler Verband der Seniorenuniversitäten

10.–13.9.: «Dialog zwischen den Generationen» (Tagung, Nantes, Frankreich)

Infos: Mme. le Hérissier, Chemin de la Censive du Tertre, F-44072 Nantes

## 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, Volkstanzgruppe (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 Unterhaltung (Restaurant Heimat)

#### Horgen

Vorträge, Ausstellungen, Geselliges, Beratungen (Pro Senectute), Kurse, Turnen, Jassen Seniorenzentrum Baumgärtlihof, 01/725 95 55

#### Wädenswil

Mo 15.45 h und Di 16.15: 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, Lismerschänzli, Malen, Tanzen, Jassclub, Porzellanmalen, Tischdekorationen, Töpfern, Literatur, Kunstgeschichte, geführte Autobiographien, Zeichnen und Malen, Bildbetrachtung, Nähen, Singen und Musizieren, Gesunde Küche, Vollwertkurse, Englisch, Französisch, Spanisch, Gesundheit

### Zürich

#### Zentrum Espenhof

01/493 16 28

Fototreff, Lesetreff, Turnen, Jassen, Schach Kurse: Autogenes Training, Beweglich bleiben durch Atmen,



## Hotel Bernerhof Gstaad

**ANMELDUNG – Wandern für Senioren vom 22. bis 29. Sept. 1996 im Hotel Bernerhof Gstaad** (siehe Reisetips auf Seite 62)

Name: \_\_\_\_\_  
Vorname: \_\_\_\_\_  
Strasse/Nr.: \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
Anzahl Personen: \_\_\_\_\_  
Doppelzimmer: \_\_\_\_\_  
Einzelzimmer: \_\_\_\_\_

**Senden Sie Ihre Anmeldung an: Hotel Bernerhof, 3780 Gstaad**

Malen und Zeichnen, Töpfern 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**  
01/251 90 70

Konversation (E/I/F/Sp), Literaturclub, Senioren und TV u.a.  
Kurse: Beweglich sein, Feldenkrais, Malen, Nähen u.a.

**Zentrum Klus** 01/422 21 30

Singen, Kegeln, Bridge, Patchwork/Quilten, Schach, Turnen u.a.  
Kurse: Autogenes Training, Blockflöte, Gedächtnistraining, Nähen

**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

**Nützliche  
Adressen und  
Telefonnummern**

**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

**Geistige und körperliche Fitness:  
Eine Kurs-Ferienwoche in Arosa**

Vom 29. September bis zum 5. Oktober 1996 führt Pro Senectute Graubünden in der Arosener Bergwelt eine Fitness-Ferienwoche durch. Mit Gedächtnistraining und Wandern fördert dieser Kurs das seelische Wohlbefinden und die Lebenslust. Während der Ferienwoche organisiert der arosakundige Wanderleiter Heinz Hinder täglich eine Wanderung von etwa vier Stunden. Genauso wie unser Körper fit bleibt, wenn wir ihn bewegen, braucht unser Gehirn Training, um beweglich zu bleiben. Unter der Leitung der Erwachsenenbildnerin Maya Hinder trainieren wir in anregender Ge-

**Silberclub**

Sonntagsclub für Leute ab Mitte 50.  
Informationen und Programme:  
Silberclub, Moosstrasse 15,  
6003 Luzern, 041/210 16 53

**Club katholischer  
Bekanntschaftring kbr**

Im Club kbr treffen sich alleinstehende Damen und Herren, die ihre Freizeit mit anderen Personen verbringen wollen. (Ferien, Reisen, Ausflüge, Tanzparties, Feste, Bildungsangebote usw.)  
Club kbr, Moosstrasse 15,  
6003 Luzern, 041/210 16 53

**Wochenend-Stube**

Sa, So + Feiertag: «Wochenend-Stube» für alle, die nicht gerne allein sind. (P.S.: Die Wochenend-Stube sucht ehrenamtliche Mitarbeiter/innen. 01/381 74 56)  
Brahmsstr. 22 (beim Albsriederplatz).  
Gemeinsame Dienstleistung von Caritas, Dargebotener Hand und Evangelischem Frauenbund ZH

**Krebstelefon** 155 88 38

Informations- und Beratungsdienst zum Thema Krebs, gratis und anonym, Mo–Fr 16–19 h

**Diverses**

**Zürich**

**Schweiz. Landesmuseum**

Bis 27.10.: Sonderausstellung «KlangKunst – 200 Jahre Musikdosen»  
Vorführungen von Originalinstrumenten jeweils zur vollen und zur halben Stunde; Gruppen sowie englisch- und französischsprachige Demonstrationen nach Voranmeldung. (Eintritt: Fr. 5.–, Kinder von 6–16, Senioren und Studenten Fr. 3.–)  
Schweiz. Landesmuseum,  
Museumstrasse 2, 8001 Zürich,  
01/218 65 11.

meinschaft während zwei bis drei Stunden täglich unser Gedächtnis. Der Kurs findet im Dreistern-Hotel Panarosa statt, ein sympathischer Familienbetrieb. Im Preis von Fr. 850.– sind Kurskosten und sechs Tage Hotelaufenthalt mit Halbpension inbegriffen. Wer will, kann sich als Alternative zum Tagesmenü mit Gerichten aus der Naturküche besonders leicht und gesund ernähren.

Infos: Maya und Heinz Hinder,  
Ruchenbergstrasse 35, 7000 Chur,  
081/353 15 77 oder

Pro Senectute Graubünden,  
Bahnhofstrasse 14, 7000 Chur,  
081/252 67 32 (Herr R. Diener).

**Schönheit und Wohlbefinden  
für Hände und Füsse.**



**maniquick**  
SWISS MADE

Über 25 Jahre erfolgreiche Pflege.

Maniquick® - das Elektrogerät für die professionelle Mani- und Pedicure zuhause - pflegt und verschönert Ihre Hände und Füsse.

Mit fünf verschiedenen Arbeitsaufsätzen geben Sie Ihren Nägeln die perfekte Form und optimalen Glanz. Pflegen wirk-

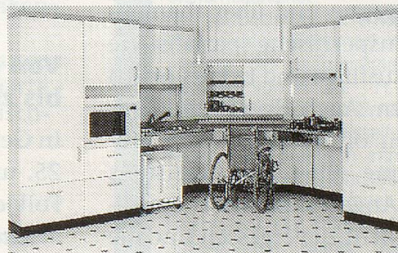
sam und gefahrlos harte Haut und Schwielen oder bearbeiten verdickte und eingewachsene Nägel.

Verlangen Sie jetzt unsere ausführliche Information per Telefon oder Fax: 01-291 02 72.

Vertretung und Service:  
Gubser & Partner AG, 8040 Zürich

**Fokus**

die besondere, höhenverstellbare Küche für Behinderte und Betagte



Ausstellung bei:

**GMÜR + BRAUN AG**, Schulhausplatz, 8755 Ennenda  
Telefon 055/640 33 33, Telefax 055/640 33 34

**EXMA** Schweizerische Hilfsmittelausstellung SAHB  
Dünnerstrasse 32, 4702 Oensingen  
Telefon 062/396 27 67, Telefax 062/396 33 58

**Küchenbau GMÜR + BRAUN AG**

Schulhausplatz, 8755 Ennenda, Telefon 055/640 33 33

... die Schweizer Generalvertretung für Fokus-Küchen

Ich will mehr wissen!  Prospekte  Planungsunterlagen

Name/Firma

Adresse

PLZ/Ort

Einsenden an: Küchenbau Gmür + Braun, Wiesstrasse 2, 8755 Ennenda