Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 81 (2003)
Heft: 1-2

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

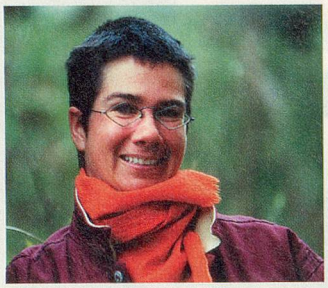
Download PDF: 12.07.2025

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

Schneebrettli- und Schneeschuhtouren. Pro Senectute Aargau bietet in den Wintermonaten Dezember bis April geführte Schneebrettli- und Schneeschuhtouren an in den Gebieten Glaubenberg, Rossberg, Muotatal, Melchsee Frutt, Balmberg und Weissenstein. Diese sanfte Bewegung in der Winterlandschaft ist gesund, fördert die Vitalität und macht viel Spass. Vorkenntnisse braucht es nicht; ein Seniorensportleiter und erfahrener Bergfachmann erklärt die Lauftechnik und begleitet die Touren. Auf allen Touren wird immer Rücksicht auf Fauna und Flora genommen. Die Ausrüstung stellt der Tourenleiter zur Verfügung. Weitere Informationen erhalten Sie bei jeder Beratungsstelle im Kanton Aargau oder bei Pro Senectute Kanton Aargau, Postfach, 5001 Aarau, Telefon 062 837 50 70.

Hilfe beim Ausfüllen der Steuererklärung. Wenn Sie Fragen zur Steuererklärung haben oder das Ausfüllen der Formulare ganz Pro Senectute anvertrauen möchten, kann Ihnen Pro Senectute eine fachkundige freiwillige Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter vermitteln. Melden Sie sich bitte möglichst bald an. Die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter kommt zu Ihnen nach Hause. Personen mit umfangreicheren Wertschriftenverzeichnissen oder fremd vermieteten Liegenschaften empfehlen wir den Beizug einer Bank oder eines Treuhänders. Die Kosten richten sich nach Zeitaufwand und finanzieller Situation. Für Bezügerinnen und Bezüger von Ergänzungsleistungen ist der Dienst kostenlos. Anmeldung und weitere Auskünfte bei: Pro Senectute Kanton Appenzell Ausserrhoden, 9100 Herisau, Tel. 071 353 50 30, Montag bis Freitag, 8.00 bis 11.30 Uhr.

In der Dezember-Zeitlupe ist uns leider ein Fehler unterlaufen: Das Bild auf Seite 53 zeigt nicht wie angegeben Frau



Barbara Pfenninger, Leiterin Sport bei Pro Senectute Region Bern (siehe oben im Bild), sondern die Osteogym-Leiterin Ruth Manten. Die Redaktion entschuldigt sich bei den Betroffenen.

Gehirn und Gehirnfunktionen in der zweiten Lebenshälfte. Wie entwickelt sich unser Gehirn im Alter? Was sind seine Einschränkungen, was seine Leistungen? Was können wir dazu beitragen, um die zweite Lebenshälfte als eine Zeit der Erfüllung zu erleben? Zu diesem Themenkreis organisiert die Regionalstelle Pro Senectute Oberland-West in Thun einen Vortrag des bekannten Hirnforschers Professor Dr. med. Norbert Herschkowitz. Daten: Mittwoch, 19. Februar, 19.30 Uhr, Spital Thun, Gemeinschaftsraum, 5. Stock; Eintritt 10 Franken.

Flims oder Titisee? Ob in Flims Waldhaus oder in Titisee im Hochschwarzwald, Sie haben die Wahl! Der Ferienort Flims Waldhaus liegt 1100 m ü. M. Mit seinem märchenhaften Grosswald und den idyllischen Bergseen bietet dieser Ort Erholung pur. Sie wohnen im gemütlichen Familienhotel Mira Val, wo Sie sich verwöhnen lassen können. Titisee, 865 m ü. M., unser zweiter Ferienort, im südlichen Hochschwarzwald gelegen, ist ein Kurort voller Charme. Dort wohnen Sie im Parkhotel Waldeck, unmittelbar in der Nähe des Sees. Beide Seniorenreisen sind begleitet von unseren kompetenten Reisebegleiterinnen, die Ihnen verschiedene Freizeitmöglichkeiten bieten werden. Ob alleine, mit Freund oder Freundin oder als Ehepaar, zögern Sie nicht, melden Sie sich bei den Beratungsstellen von Pro Senectute der Ämter Konolfingen (Telefon 031 791 22 85), Signau (Telefon Langnau 034 402 38 13) oder Trachselwald (Telefon Huttwil 062 959 80 48).

Mit Pinsel, Stift und Farben. Die Aquarell-Malkurse von Pro Senectute Biel haben Tradition. Seit Jahren treffen sich am Montagvormittag ältere Menschen aus Biel und Umgebung in unserem Kurslokal. Unser bisheriger Malkursleiter ist nun altershalber zurückgetreten. Zum Glück haben wir bereits eine Nachfolgerin gefunden und freuen uns, dass dieses beliebte Angebot ohne Unterbruch weitergeführt werden kann. Also, liebe Freundinnen und Freunde der Malerei: Melden Sie sich, wenn Sie Freude daran haben, wieder einmal (oder auch zum ersten Mal) einen Pinsel in die Finger zu nehmen. Übrigens werden wir im kommenden Mai zusätzlich einen Spezialkurs zum Thema «Zeichnen» und «Skizzieren» anbieten. Lassen Sie sich von Ihrem eigenen Talent überraschen! Weitere Infos über Telefon 032 328 31 11 oder via Mail biel-bienne@be.pro-senectute.ch

Tanznachmittage. Im Kanton Bern finden auch in diesem Jahr vielerorts wieder die beliebten Tanzveranstaltungen für Senioren und Seniorinnen statt. So zum Beispiel in Burgdorf, wo am 11. Februar und am 11. März ab 14.30 Uhr im Gasthof Landhaus die Tanzkapelle Gerber, Krauchthal, aufspielt. In der März-Zeitlupe geben wir Ihnen einen Überblick über diese Tanzangebote.

Steuererklärung ausfüllen – Wir tuns für Sie! Machen Sie sich Sorgen wegen der nächsten Steuererklärung? Brauchen Sie fachkundige Unterstützung? Ist Ihnen das eigenhändige Ausfüllen zu mühsam und zu kompliziert? Dann rufen Sie uns an. Unsere Steuerberaterinnen und -berater sind kompetente Fachkräfte. Sie füllen Ihre Steuererklärung bei Ihnen zu Hause oder auf der Beratungsstelle aus – vertraulich, diskret und preiswert. Die Kosten für das Ausfüllen der Steuererklärung hängen von Ihrem steuerpflichtigen Einkommen und Vermögen ab. Bis zu einem Einkommen von CHF 20 000.– ist es gratis. Informieren und anmelden können Sie sich bei Pro Senectute Kanton Baselland unter Telefon 061 927 92 45 (Montag bis Mittwoch) oder per Mail steuern@bl.pro-senectute.ch

Neues Programm für Senioren und Seniorinnen. Das neue Semesterprogramm Frühling/Sommer 2003 ist erschienen. Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer über sechzig, die sich geistig und körperlich fit halten wollen. Das reichhaltige Programm umfasst die Bereiche Sprachen, Informatik, Kochen, Freizeit, Geselligkeit, Gesundheit und Sport. Es kann gratis angefordert werden bei Pro Senectute Kanton Freiburg, Telefon 026 347 12 47, oder via Internet www.fr.pro-senectute.ch

Die neuen SBB-Billettautomaten mit Touch-Screens (Bildschirme zum Berühren) haben auch im Kanton Glarus Einzug gehalten. Seit Mitte Oktober 2002 sind sie an allen grösseren Bahnhöfen im Kanton in Betrieb. Pro Senectute Kanton Glarus hat prompt reagiert und speziell für Seniorinnen und Senioren Einführungen in die Handhabung dieser neuen Automaten angeboten. Die Nachfrage war überwältigend: Im Zeitraum vom 15. Oktober bis zum 21. November 2002 wurden 24 Schulungen mit insgesamt 269 Seniorinnen und Senioren durchgeführt! Noch immer treffen Anfragen für Einführungen ein, sodass wir im Frühjahr 2003 weitere einstündige Schulungen organisieren werden. Interessierte Seniorinnen und Senioren wenden sich bitte im März 2003 an Pro Senectute

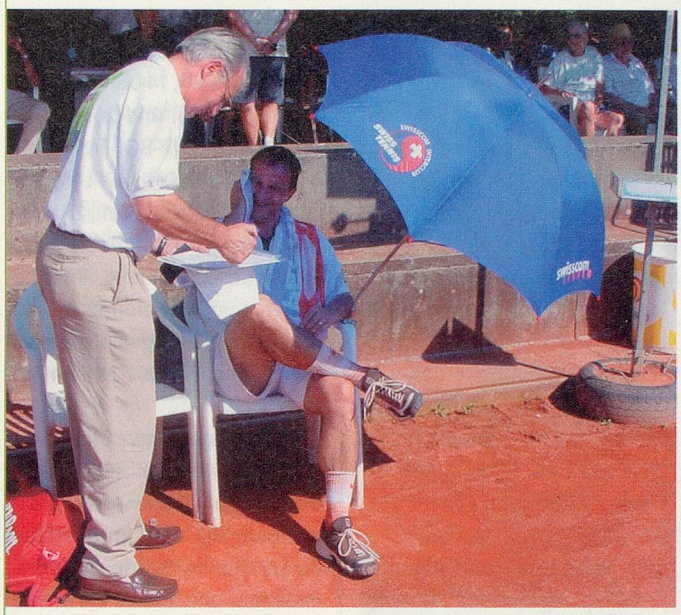
Kanton Glarus, Gerichtshaustr. 10, 8750 Glarus, Tel. 055 645 60 20.

Volksmusik ist das Schwerpunkt-Thema im neuen Halbjahres-Kursprogramm von Pro Senectute Kanton Graubünden. Im redaktionellen Teil äussert sich alt Bundesrat Dr. Leon Schlumpf über seine Vorliebe für die Volksmusik, über das Musizieren und über die Zukunft der Volksmusik. Hoffentlich wirkt seine Begeisterung ansteckend und animiert viele Seniorinnen und Senioren zum Musizieren, Singen und Tanzen. Offenes Singen in Chur, eine neue «Musikstubete» in Thusis, Tanz und Unterhaltungsnachmittage an verschiedenen Orten, sind Angebote von Pro Senectute Kanton Graubünden für Musikbegeisterte, Sang- oder Tanzfreudige. Ein Wunsch ist, dass weitere Funken gezündet und vielerorts verstaubte Musikinstrumente hervorgeholt und wieder gebraucht werden oder «eingerostete» Stimmen in einem Chor ertönen. • Selbstverständlich findet sich eine Vielzahl weiterer Angebote im neuen Programm: Sprachen, Computer, kreative Tätigkeiten, Denkfitness, Gymnastik und diverse Sportarten sind fester Bestandteil des Kursangebotes im Kanton Graubünden. Gefragt sind stets auch unsere Gesprächsgruppen, zum Beispiel für pflegende Angehörige sowie Veranstaltungen zu Fragen rund um den Alltag älterer Menschen. Das Programm kann kostenlos bestellt werden bei: Pro Senectute Kanton Graubünden, Alexanderstr. 2, 7000 Chur, Tel. 081 252 06 02, Mail info@gr.pro-senecute.ch

«Pflegeplätze auf Bauernhöfen» wird als gemeinsames Projekt von Pro Senectute Kanton Luzern und dem Luzerner Bäuerinnen- und Bauernverband ab Neujahr 2003 lanciert. Interessierten älteren Menschen wird dadurch ein Lebensabend, verbunden mit Natur und Landleben,

Fortsetzung auf Seite 56

SENIORENTENNIS – LEITERKURSE 2003



Tennis ist ein Sport, der bis ins hohe Alter problemlos gespielt werden kann. In den Leiterkursen Seniorentennis wird gezeigt, wie man Senioren und Seniorinnen als Neueinsteiger oder Wiedereinsteigerin für den Tennissport begeistern kann. Die Kurse werden in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Schweiz durchgeführt. Der Kursbesuch ist Voraussetzung für die Leitung eines Tennisangebotes von Pro Senectute. Neben dem Tennisspiel sind gesundheitliche Aspekte und das Zusammensein wesentliche Inhalte. Die Ausbildung umfasst zwei Stufen: den 3-tägigen Teil 1, Leiter Softballtennis, sowie den ebenfalls 3-tägigen Teil 2, Leiter Seniorentennis. Wenn Sie Interesse haben, so melden Sie sich bitte bei Swiss Tennis (Adresse siehe unten).

Leiter Softballtennis

Inhalte
- Methodik und Didaktik im Seniorentennis
- Soziale Bedürfnisse der älteren Menschen
- Übungen und Lektionen
- Tennisspielen mit Softbällen

Anforderungen
- Empfehlung eines Swiss Tennis angeschlossenen Clubs/Centers oder
- Empfehlung eines Seniorensport-Experten Swiss Tennis

Leiter Seniorentennis

Inhalte
- Methodik und Didaktik im Seniorentennis
- Medizinische Aspekte im Seniorentennis
- Übungen und Lektionen
- Marketing und Animation

Anforderungen
- Empfehlung vom Leiter Softballtennis
- 10 Lektionen Praxis im Seniorentennis

Kursplan 2003

Kursdatum	Kursort	Meldeschluss	Organisation	Kursleitung	Sprache	Nr.
Leiter Softballtennis						
26.–28. Sept. 2003	Kerenzerberg	26. Aug. 2003	Swiss Tennis	H. Zinsli	d	500
25.–27. April 2003	Bern	25. März 2003	Swiss Tennis	H. Müller	d	501
21.–23. März 2003	Lausanne	21. Febr. 2003	Swiss Tennis	F. Oschwald	f	502
7.– 9. März 2003	Bellinzona	7. Febr. 2003	Swiss Tennis	L. Pini	i	503
Leiter Seniorentennis						
2.–4. Mai 2003	Bern	2. April 2003	Swiss Tennis	H. Müller	d	504
4.–6. April 2003	Lausanne	4. März 2003	Swiss Tennis	F. Oschwald	f	505

Auskunft/Anmeldung
Swiss Tennis, Ausbildung, Solothurnstrasse 112, Postfach, 2501 Biel, Telefon 032 344 07 07, Fax 032 344 07 00, Mail ausbildung@swisstennis.com / Homepage www.myTennis.ch

ermöglicht. Analog einem Projekt im Kanton Bern sollen auch im Luzernischen künftig betagte und betreuungsbedürftige Menschen auf vorgängig auf ihre Eignung geprüften Bauernhöfen ein neues Zuhause finden. Die Bauernfamilien bieten nebst der ländlichen Ambiance die nötigen Dienstleistungen wie Kost und Logis, Familienanschluss sowie Betreuungs- und Pflegedienste. Für die Koordination der Aufgaben zwischen Gastfamilien und Pensionären, das Abrechnungswesen usw. wird eine Teilzeit-Vermittlungsstelle eingerichtet. Interessierte erhalten Auskunft bei der Geschäftsstelle von Pro Senectute Kanton Luzern, Tel. 041 226 11 88.

Eine Ferienwoche für Senioren in Lenzerheide vom 10. bis 16. August 2003. Mit diesem Ferienangebot sprechen wir Alleinstehende und Paare an, die in einer anderen Umgebung Abstand vom Alltag nehmen möchten. Was gibt es Schöneres, als in einem Ort Ferien zu machen, der nebst einer atemberaubenden Bergwelt gleich noch die Romantik eines verträumten Sees anbietet? Auskunft über dieses wie auch unsere weiteren Angebote erhalten Sie auf der Geschäftsstelle von Pro Senectute Kanton Obwalden, Brünigstrasse 118, 6060 Sarnen, Tel. 041 660 57 00. Ausführliche Informationen im Internet www.ow.pro-senectute.ch

Kursangebote. Als geistige Herausforderung bietet Pro Senectute Rheintal Englischkurse, einen Literaturkurs, Memoiren schreiben und auch Computerkurse an. Musikbegeisterte können sich am Blockflötenspielen erfreuen oder im Seniorenorchester musizieren. Für Bewegung und Geselligkeit sorgen die Aqua-Fit-Kurse, Gymnastik für Senioren, Volkstanzen in der Gruppe und einmal pro Monat der Tanznachmittag. Die Kreativität kommt beim Aquarellmalen, Mandalamalen, Ausdrucksmalen oder beim Töpfern zum Zuge. Für Gesundheit und Wohlbefinden sorgen Yoga, ein Heilkräuterkurs oder ein Schönheitskurs für Frauen. Auch ein Handy-Kurs, ein Kochkurs für Männer und Autofahren im Seniorenalter stehen auf dem Programm. Im Frühling geht es wieder los mit Velo- und Wandertouren, und auch die Ferienwoche im Tessin ist vorbereitet. Und um nichts davon zu vergessen, bietet Pro Senectute Rheintal einmal im Monat den Gedächtnisclub an. Weitere Informationen und Anmeldungen bei Pro Senectute Rheintal in Altstätten, Telefon 071 757 89 08.

Neue Kurs- und Aktivitätenprogramme. Die Kursprogramme von Pro Senectute Kanton Solothurn für die Regionen Solothurn und Olten-Gösgen sind vielfältig und bieten Senioren und Seniorinnen viel Auswahl. Die Bulletins sind von Januar bis Juni 2003 gültig und ab sofort erhältlich bei den Regionalstellen Solothurn, Tel. 032 622 27 83 und Olten, Tel. 062 296 64 44. In der letzten Kurssaison kristallisierte sich ganz klar das Bedürfnis nach technischem Wissen heraus; zum Beispiel nach Kursen wie «Umgang mit dem Mobiltelefon» oder nach PC-Kursen, insbesondere auch nach Internetkursen. In den neuen Programmen bieten wir ausserdem auch Kurse am Bahnhof an, wo die neuen Billettautomaten von einer Fachperson erklärt werden. So kann vielen Teilnehmenden die Schwellenangst für diese Geräte genommen werden. Folgende Kurse gehören in diesen Bereich: in der Region Solothurn: PC-Einstieg ab Montag, 20.1.2003; Umgang mit dem Mobiltelefon, Donnerstag, 23.1. oder Donnerstag, 20.2.; Neues vom Bahnhof, Mittwoch, 22.1., Donnerstag, 23.1. oder Freitag, 24.1. Informationen und Anmeldung unter Tel. 032 622 27 83. In der Region Olten: PC-Einstiegskurs ab Mittwoch, 8.1.2003; Word für Fortgeschrittene ab Mittwoch, 8.1.; Einstiegskurs Internet ab Mittwoch, 8.1.; Umgang mit dem Mobiltelefon, Donnerstag, 30.1. Weitere Aktivitäten in der Region Olten: Seniorentanz, Mittwoch, 29.1., 14 bis 17 Uhr; Jassen, Montag, 6. und 20.1., 14.30 bis 17 Uhr; SKIP-BO, Freitag, 17. und 31.1., 14.30 bis17 Uhr; Mittagsclub, Dienstag, 7.1., 11 Uhr; Literaturclub, Kulturkreis oder Pétanque auf Anfrage. Informationen und Anmeldung bei der Pro-Senectute-Regionalstelle Olten-Gösgen, Tel. 062 296 64 44.

In Innerschwyz findet am 18. Februar ein Referat über das «Ausfüllen der Steuererklärungen» statt. Im Anschluss daran können Sie den persönlichen Auskunftsdienst bei mehreren anwesenden Steuerberatern nutzen. Ab 24. Januar startet der zweite Kurs «Jetzt schreib ichs endlich auf». Hier fangen Sie an, Ihre Erinnerungen und Geschichten niederzuschreiben. Ab 26. Februar zeigen wir Ihnen im Kurs «Das verrät mein Horoskop», wie Sie Ihre eigenen Sterne lesen können. Am 13. März startet die Vortragsreihe «Heilige, Brauchtum, Legenden» mit dem Radio-Mann Othmar Betschart. Detailprogramme bei der Pro-Senectute-Beratungsstelle Schwyz über Tel. 041 811 39 77 oder Mail angela.zimmermann@sz.pro-senectute.ch

Ausserschwyz. Ende Januar beginnen im Creativ-Center die Kurse für Englisch, Italienisch und Spanisch sowie verschiedene Computerkurse. Neu ist der von Edith Züllig geleitete Kurs «Wertvolles Leben», Philosophie-Zirkel. Philosophische Überlegungen zu Gerechtigkeit, Lust, Frieden und Weisheit. Zu jedem Thema werden entsprechende Gedanken von ausgewählten Philosophen und Künstlern vorgetragen und erläutert. Da sich im Strassenverkehr vieles verändert hat, bringt Sie der Kurs «Neuerungen im Verkehrswesen» auf den neusten Stand der Verkehrsregeln. In einem freiwilligen Fahrtest mit dem unabhängigen Experten Karl Schnorf können Sie sich versichern, dass Ihr Fahrstil den heutigen Anforderungen entspricht. Vitalität und Lebensqualität im Seniorenalter; dafür sorgen die Kurse «Freut Euch des Essens – Ernährungsberatung» oder der «Kochkurs für Senioren, zauberhafte Frühlingsmenüs». Weitere Kurse wie Tai-Chi Chuan, Aquarell/Gouache, Ölmalen, Atem und Bewegung, Beckenbodenkurs, ersehen Sie aus dem Kursprogramm. Der Kulturplausch lädt am 12. Februar zum Diavortrag über Nepal ein. Das ausführliche Programm erhalten Sie bei Pro Senectute Ausserschwyz, Postfach 255, 8853 Lachen, Telefon 055 442 65 55, Mail lachen@sz.pro-senectute.ch oder über www.sz.pro-senectute.ch

Alter+Sport. Die Schneesportangebote sind gut angelaufen, es ist jederzeit noch möglich, beim Schneeschuhwandern oder Langlaufplausch mitzumachen. Detailprogramme erhalten Sie bei Pro Senectute Kanton Schwyz, Alter+Sport, Tel. 041 811 48 76, Mail info@sz.pro-senectute.ch

Wer sucht für 2003 eine neue Herausforderung? Seniorensport ist an kein Alter gebunden, nur sollte er insbesondere den körperlichen Fähigkeiten angepasst sein. Dies bedingt, dass die Lektionen für die Teilnehmenden interessant und bewegungsmotivierend gestaltet werden und die Sportleiter und -leiterinnen bereit sind, sich dauernd weiterzubilden. Das Anforderungsprofil an die Sportleiterinnen und -leiter hat sich in den letzten Jahren ständig weiterentwickelt, «ganzheitlich» ist in jedem Bereich Tatsache. Es geht demzufolge um persönliche Weiterentwicklung. Die Beteiligten lernen sich selber und ihren Körper besser spüren und verstehen. Die gesammelten Erfahrungen wiederum werden verständnisvoll und an die jeweilige Sportgruppe angepasst vermittelt. So

vielseitig wie die Fortbildung ist auch die Leiterausbildung 2003. Wer fühlt sich angesprochen und möchte Erfahrungen im Seniorenturnen, Velofahren, Wandern, Volkstanzen oder Aqua-Fitness sammeln, vertiefen und weitergeben können? Themen, Inhalte und Zielrichtungen orientieren sich am Basis Lern-Lehrmittel für Senioren der Eidgenössischen Sportschule Magglingen. «Bewegen – begegnen – begreifen – behalten» ist die Kernbotschaft für alle aktiven und zukünftigen Sportleiter und -leiterinnen. Detaillierte Auskunft erhalten Sie bei Pro Senectute Thurgau, Telefon 071 622 51 20.

Es ist nie zu spät, um Italienisch zu lernen! Der Wunsch vieler Menschen, die erst in späteren Jahren ins Tessin gezogen sind, hat Pro Senectute Ticino e Moesano dazu bewogen, Italienischkurse anzubieten – zuerst in Lugano (seit November letzten Jahres) und nun auch in Locarno. Die Kurse werden von einer kompetenten und einfühlsamen Lehrerin geleitet und sind so weit wie möglich auf die Bedürfnisse und Kenntnisse der Teilnehmenden zugeschnitten. Informationen und Anmeldung (auch in deutscher Sprache) bei Pro Senectute Ticino e Moesano, Via Vanoni 8/10, 6901 Lugano. Tel. 091 912 17 17, Fax 091 912 17 99 oder per Mail gianna.lucchini@ti.pro-senectute.ch

CINDERELLA, das Märchen vom Aschenbrödel von Sergei Prokofjew im Opernhaus Zürich. Wir besuchen diese Ballettaufführung am Mittwoch, 30. April 2003, im Opernhaus Zürich. Unser Angebot besteht aus drei Teilen: Einführung in das Werk am 15. April um 19.00 Uhr in Zug; Blick hinter die Kulissen des Opernhauses und Ballettaufführung (Abfahrt in Zug um 14.45 Uhr, Rückkehr ca. 22.45 Uhr). Gesamtleitung dieses Angebots: Armon Caviezel, Musiker. Preise inklusive Einführung, Fahrt, Besichtigung und Aufführung zwischen CHF 95.– und CHF 180.– (4 Kategorien). Wir starten mit diesem Angebot die Reihe «Besuche in Konzert- und Opernhäusern». Um Ihnen vertiefte Erlebnisse bieten zu können, wollen wir Sie vorgängig jeweils mit Ton und Bild über Inhalt und Hintergründe informieren und Ihnen einen Blick hinter die Kulissen der entsprechenden Häuser ermöglichen. Anmeldung für Cinderella bis 14. Februar 2003 und weitere Informationen bei Pro Senectute Kanton Zug, General-Guisan-Strasse 22, 6300 Zug, Telefon 041 727 50 55, Fax 041 727 50 60 oder Mail info@zg.pro-senectute.ch

Rommé-Kartenspiel. Diese unterhaltsamen Spielnachmittage finden jeweils donnerstags ab 13.30 Uhr im Alterszentrum Herti in Zug statt. Nächste Daten: 23. Januar, 13. und 27. Februar 2003. Dies ist eine Veranstaltung des Kantonalen Senioren- und Rentnerverbandes Zug (KSVZ).

«visit» – das neue Informationsmagazin von Pro Senectute Kanton Zürich. Das neue Magazin «visit» löst die bisherige Zeitschrift ALTER+zukunft ab. Die erste Ausgabe erscheint am 20. Februar 2003. Artikel über Sport und Gesundheit, selbstständiges Wohnen zu Hause, Informationen über Sozialversicherungen und andere sozialpolitische Entwicklungen machen «visit» zu einem informativen Magazin. Unterhaltung bringen Lese- und Reisetipps, Interviews mit interessanten Zeit- und Altersgenossen, eine Leseraktion mit «Schnäppchen» zu interessanten Preisen und ein Rätsel mit einem Hotelaufenthalt als Gewinn. «visit» ist farbig, gut lesbar und zeitgemäss gestaltet und erscheint viermal im Jahr. Das Abonnement für ein Jahr kostet 20 Franken. Bestellen Sie Ihre kostenlose Probenummer über Telefon 01 421 51 24.

FILM: DER TULPENBAUM

Auf 92 Jahre blickt die Protagonistin Henriette Hardmeier zurück, oder auf «Fast ein ganzes Jahrhundert Leben», wie es im Untertitel dieses Filmes heisst. Wir erfahren viel über das Leben im letzten Jahrhundert, über die Kriegsjahre, die technischen Revolutionen, die Sorgen, Nöte und Freuden von damals. Aber auch das Heute kommt zur Sprache, das Alter und die bewusste Auseinandersetzung mit dem Tod. Der Film von Beat Kuert und Simone Kriesemer zeigt die verschiedenen Gesichter und Geschichten von Henriette Hardmeier. Entstanden ist ein berührendes Zeitzeugnis, besinnlich, ehrlich, poetisch, real.

Vorführung: «Der Tulpenbaum» wird am Donnerstag, 23. Januar 2003, um 18 Uhr in der Bibliothek von Pro Senectute Schweiz gezeigt. Anmeldung erwünscht: Bibliothek und Dokumentation, Lavaterstrasse 44, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 01 283 89 81, Fax 01 283 89 84, Mail bibliothek@pro-senectute.ch

Video: Der Film ist auf Videokassette VHS (80 Minuten, Farbe) erhältlich über Monika Naville, Neutannstein 13, 8800 Thalwil, Tel. 01 722 39 33. CHF 45.– plus Versand.

Gesprächsgruppe für ältere Menschen, die an Rheuma leiden. Wer an Rheuma leidet, kann neu in Zürich an einer Gesprächsgruppe teilnehmen. Pro Senectute Kanton Zürich bietet zusammen mit der Rheumaliga des Kantons Zürich an zehn Gruppentreffen Informationen über das Krankheitsbild und die Möglichkeit für Erfahrungsaustausch an. Die Treffen finden jeweils an einem Mittwochnachmittag statt; Daten sind 29. Januar, 5. und 26. Februar, 12. und 26. März, 9. April, 7. und 21. Mai, 4. und 18. Juni 2003. Die Teilnahme ist kostenlos. Auskunft: Daniela Senn, Pro Senectute Kanton Zürich, Telefon 01 247 77 47; Silvia Rothaug, Rheumaliga des Kantons Zürich, Telefon 01 405 45 50. ■