



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Treffpunkt Königshof

Veranstaltungsprogramm
Juli-Dezember 2022

Kanton Zürich
www.pszh.ch

Überblick Juli-Dezember 2022

Juli

Di	12.7.	18.00–19.30 Uhr	Sommerabende mit Märchen
Do	28.7.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM

August

Do	4.8.	09.30–11.30 Uhr	Handy-Stamm
Di	9.8.	14.00–15.00 Uhr	Vorlesen mit Musik
Do	11.8.	18.00–19.30 Uhr	Sommerabende mit Märchen
Mo	22.8.	09.30–11.30 Uhr	Flötenkurs für Einsteiger
Mi	24.8.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 1
Do*	25.8.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Do*	25.8.	14.00–16.00 Uhr	Docupass-Workshop, Kurs 03/22
Do	25.8.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM
Fr	26.8.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 2
Mo	29.8.	09.30–11.30 Uhr	Flötenkurs für Einsteiger
Di	30.8.	13.30–14.30 Uhr	Stubete

September

Do	1.9.	09.30–11.30 Uhr	Handy-Stamm
Do*	1.9.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Do*	1.9.	14.00–16.00 Uhr	Docupass-Workshop, Kurs 03/22
Fr	2.9.	09.00–11.00 Uhr	Humor als Lebenselixier
Mo	5.9.	09.30–11.30 Uhr	Flötenkurs für Einsteiger
Mi	7.9.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 1
Do*	8.9.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Fr	9.9.	09.00–11.00 Uhr	Humor als Lebenselixier
Mo	12.9.	09.30–11.30 Uhr	Flötenkurs für Einsteiger
Do	15.9.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Fr	16.9.	09.00–11.00 Uhr	Humor als Lebenselixier
Mo	19.9.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Mi	21.9.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 1

* Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Überblick Juli-Dezember 2022

September

Do	22.9.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Fr	23.9.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 2
Mo	26.9.	09.30–11.30 Uhr	Flötenkurs für Einsteiger
Di	27.9.	13.30–14.30 Uhr	Stubete
Mi	28.9.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 2
Mi	28.9.	14.00–16.00 Uhr	Erzählcafé
Do	29.9.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Do	29.9.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM

Oktober

Mo	3.10.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Mi	5.10.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 1
Do	6.10.	09.30–11.30 Uhr	Handy-Stamm
Do*	6.10.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Di	11.10.	14.00–15.00 Uhr	Vorlesen mit Musik
Mi	12.10.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 2
Do*	13.10.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 3
Mo	17.10.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Mi	19.10.	09.30–11.30 Uhr	Märchenmorgen
Mi*	19.10.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 2
Di	25.10.	13.30–14.30 Uhr	Stubete
Mi	26.10.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 1
Mi	26.10.	14.00–16.00 Uhr	Erzählcafé
Do	27.10.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM
Fr	28.10.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 2

* Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur
und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Überblick Juli-Dezember 2022

November

Mi	2.11.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 1
Mi	2.11.	17.30–19.30 Uhr	Schachkurs
Do	3.11.	09.30–11.30 Uhr	Handy-Stamm
Do*	3.11.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Do*	3.11.	14.00–16.00 Uhr	Docupass-Workshop, Kurs 04/22
Mo	7.11.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Di	8.11.	09.30–11.30 Uhr	Rommé
Di	8.11.	14.00–15.00 Uhr	Vorlesen mit Musik
Mi	9.11.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 2
Mi*	9.11.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 2
Mi	9.11.	17.30–19.30 Uhr	Schachkurs
Do*	10.11.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Do*	10.11.	14.00–16.00 Uhr	Docupass-Workshop, Kurs 04/22
Di	15.11.	09.30–11.30 Uhr	Rommé
Mi	16.11.	17.30–19.30 Uhr	Schachkurs
Do	17.11.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Mo	21.11.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Di	22.11.	09.30–11.30 Uhr	Rommé
Mi	23.11.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 1
Mi*	23.11.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 2
Mi	23.11.	17.30–19.30 Uhr	Schachkurs
Do*	24.11.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Do	24.11.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM
Fr	25.11.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 2
Di	29.11.	14.00–16.00 Uhr	Adventsnachmittag / Stubete
Mi	30.11.	14.00–16.00 Uhr	Erzählcafé
Mi	30.11.	17.30–19.30 Uhr	Schachkurs

* Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Überblick Juli-Dezember 2022

Dezember

Do	1.12.	09.30–11.30 Uhr	Handy-Stamm
Do*	1.12.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Mo	5.12.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 1
Di	6.12.	14.00–15.00 Uhr	Vorlesen mit Musik
Mi	7.12.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 1
Do*	8.12.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Di	13.12.	09.30–11.30 Uhr	Märchenmorgen
Di	13.12.	13.30–14.30 Uhr	Stubete
Mi	14.12.	09.30–11.30 Uhr	Gedächtnisclub, Gruppe 2
Mi*	14.12.	09.30–12.00 Uhr	Schreibwerkstatt, Gruppe 2
Do	15.12.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Fr	16.12.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 2
Mi	21.12.	09.30–11.30 Uhr	Flötenclub, Gruppe 1
Mi	21.12.	14.00–16.00 Uhr	Erzählcafé
Do*	22.12.	10.00–11.00 Uhr	Atemkurs 4
Do	22.12.	17.30–19.30 Uhr	Treffpunkt HEKS AltuM

* Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Weitere geplante Veranstaltungen

- **Enkeltrick und Betrügereien mit Rolf Decker, Projektleiter Präventionsabteilung Kantonspolizei Zürich**
Freitag, 8. Juli 2022 von 14–16 Uhr
- **Tag der älteren Menschen mit der Senioren Bühne Zürich**
Samstag, 1. Oktober 2022, Beginn 14 Uhr

Gerne stehen wir telefonisch oder per Mail für Informationen zur Verfügung.
Rufen Sie uns an!

Kurse

Docupass-Workshop

«Von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag»

Selbstbestimmen bis zum Schluss – Wer heute vorsorgt, braucht sich morgen nicht zu sorgen.

Viele Menschen haben das Bedürfnis, ihre Angelegenheiten vorsorglich zu regeln. Pro Senectute Schweiz hat mit dem Docupass ein Gesamtpaket geschaffen, welches aus verschiedenen Vorsorgedokumenten besteht. Mit diesem Dossier werden persönliche Anliegen und Wünsche im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Sterben und Tod festgehalten.

Der Docupass beinhaltet Unterlagen von der Patientenverfügung bis zum Vorsorgeauftrag. Sie erhalten wertvolle Informationen und Unterstützung in der Anwendung dieses umfassenden Vorsorgedossiers.

Wann Donnerstag, 14–16 Uhr

Kurs 03/22 25.8. + 1.9.2022

Kurs 04/22 3.11. + 10.11.2022

Wo *Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland

Preis CHF 80.– inkl. allfälliger MWST
exkl. Docupass

Leitung Raoul Dürr, Sozialberater

* **Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur**

Flötenclub

Im Flötenclub haben Sie die Möglichkeit in einer Gruppe Ihr Repertoire auszubauen.

Der Kursleiterin, Noemi Burri-Streib, ist es wichtig, die Freude am gemeinsamen Musizieren und an der Musik zu wecken und zu fördern. Sie passt die Stücke dem Können und den Wünschen der Teilnehmenden an.

Für Erwachsene kann das Spielen eines Musikinstrumentes eine sehr grosse Bereicherung und Abwechslung sein. Zudem ist es gut fürs Gemüt, Ihre mentalen Fähigkeiten und Ihre Feinmotorik.

Wann	Mittwoch, 9.30–11.30
Gruppe 1	24.8., 21.9., 26.10., 23.11., 21.12.2022
Wann	Freitag, 9.30–11.30
Gruppe 2	26.8., 23.9., 28.10., 25.11., 16.12.2022
Preis	CHF 150.– inkl. allfälliger MWST
Leitung	Noemi Burri-Streib

Flötenkurs für Einsteiger

Möchten Sie Ihre Kenntnisse auffrischen und Ihre Sopran- oder Altblockflöte wiederentdecken beziehungsweise das Instrument neu erlernen? Für ältere Menschen ist das Flötenspielen ein gutes mentales und feinmotorisches Training. Im Anschluss an den Flötenkurs haben Sie die Möglichkeit, im Flötenclub Ihre Kenntnisse weiterzuentwickeln und in einer Gruppe Ihr Repertoire auszubauen.

Wann	Montag, 9.30–11.30
	22.8., 29.8., 5.9., 12.9., 26.9.2022
Preis	CHF 150.– inkl. allfälliger MWST
Leitung	Noemi Burri-Streib

Gedächtnisclub

Der Gedächtnisclub ist ein Bildungsangebot für Menschen, die motiviert sind Neues zu lernen und sich neuen Aufgaben zu stellen.

Damit lässt sich der Alltag kreativ gestalten und es eröffnen sich neue Handlungsspielräume.

Der Gedächtnisclub verbessert die Aufnahmefähigkeit, fördert die Kreativität, lässt schlummernde Kompetenzen wiederentdecken, bringt Freude an der Sprache und am Lösen kniffliger Fragestellungen.

Gedächtnisclub 1: Für Neueinsteigende mit und ohne Vorkenntnisse und Fortgeschrittene.

Gedächtnisclub 2: Für Routinierte, Gedächtnistrainingsvorkenntnisse bei der Kursleiterin, Susanne Fritschi, werden vorausgesetzt.

Wann Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr
Gruppe 1 7.9., 5.10., 2.11., 7.12.2022
Preis CHF 90.– inkl. allfälliger MWST
Leitung Danielle Müller, Gedächtnistrainerin SVGT

Wann Mittwoch, 9.30–11.30 Uhr
Gruppe 2 28.9., 12.10., 9.11., 14.12.2022
Preis CHF 90.– inkl. allfälliger MWST
Leitung Susanne Fritschi, Gedächtnistrainerin SVGT

Humor als Lebenselixier

Mit Humor geht sich's leichter durchs Leben. Gleichzeitig tun Sie Körper und Geist etwas Gutes.

Gerne zeigt Ihnen Humortrainerin Andrea Bendel wie Sie mit Humor leichter und gesünder leben. Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie alltägliche Herausforderungen mit einer Prise Humor besser meistern.

Es erwarten Sie leichte spielerische Übungen und theoretisches Wissen, denn der Humormuskel will trainiert sein. Spezielle Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Wichtigste: Bringen Sie Ihren Humor mit und freuen Sie sich auf heitere Stunden.

Und schliesslich brachte es Charly Chaplin treffend auf den Punkt: „Ein Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag“.

Wann Freitag, 9–11 Uhr
2.9., 9.9., 16.9.2022
Preis CHF 150.– inkl. allfälliger MWST
Leitung Andrea Bendel, Humortrainerin und Begegnungscloownin

Märchenmorgen

«Hilfreiche Wesen aus der Anderswelt in Zaubermärchen»

Immer wieder begegnen Märchenfiguren auf ihrem Weg hilfreichen Wesen aus der Anderswelt. Diese Wesen zeigen sich in Gestalt von alten Mütterchen, kleinen Männchen, Tieren oder Gestirnen. Als Ratgeber, Wegweisende und Zauberkundige verfügen sie über unerschöpfliche Kräfte, höheres Wissen und kosmische Energien. Oft kommt es in diesen Märchen vor, dass die Wesen aus der Anderswelt, die eigentlich «Gutes» tun, auch strafen und verfluchen. Somit stellt sich uns die Frage, welches Verhalten der Märchenfiguren die Hilfe der Anderswelt zur Folge hat und welches das Gegenteil.

Anhand der erzählten Märchen suchen wir Antworten, spinnen den Faden weiter und versuchen herauszufinden, welche Bedeutung diese Wesen im übertragenen Sinn für uns haben könnten.

Wann Mittwoch und Dienstag, 9.30–11.30 Uhr
19.10. + 13.12.2022

Preis CHF 60.– inkl. allfälliger MWST

Leitung Iris Kellerhals, Märchenerzählerin und Erwachsenenbildnerin

Sommerabende mit Märchen

Was in den Tiefen der Meere und Seen, der Flüsse und Quellen verborgen ist, hat die Menschen schon immer beschäftigt. Dies ist wohl auch ein Grund, warum so manche Märchen von magischen Fischen, verführerisch-betörenden Nixen und anderen verzauberten Wasserwesen erzählen.

Tief verankert im Volksglauben sind Begegnungen mit mütterlichen Wasserfrauen, die aus ihrem Wasserreich auftauchen, den Menschen helfen, Schutz spenden und sie mit kostbaren Gaben beschenken. Eine Verbindung mit einem verzauberten Wasserwesen einzugehen, gelingt manchmal einsamen Fischern. Ob eine solch ungewöhnliche Partnerschaft von dauerhaftem Glück ist, erzählt uns eine Geschichte aus Schottland.

Tauchen wir gemeinsam ein in glitzernde Märchenbilder aus den Tiefen des Wassers.

Wann Dienstag und Donnerstag, 18.00–19.30 Uhr
12.7. + 11.8.2022

Preis CHF 45.– inkl. allfälliger MWST

Leitung Iris Kellerhals, Märchenerzählerin und Erwachsenenbildnerin

Rommé

Dieses Kartenspiel wird weltweit in unzähligen Varianten gespielt. Im Kurs erlernen Sie die gängigsten: Gin-Rummy, Räuber-Rommé und Siebner-Rommé.

Gemeinsam werden wir nicht nur unterhaltsame Stunden verbringen, das Spielen kann auch eine positive Wirkung auf das Gehirn haben. Nebenher trainieren wir unser Gedächtnis, die Konzentrationsfähigkeit und das strategische Denken. Und: „Das Spiel ist für das Leben so wichtig wie das Ausruhen“ (Zitat Thomas von Aquin, †1274).

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Zu jedem Spiel gibt es eine ausführliche, leicht verständliche Anleitung. Bringen Sie vorhandene Bridge-, Rommé- oder Canasta-Karten gerne mit. Karten können aber auch im Kurs für CHF 10.00 erworben werden.

Wann Dienstag, 9.30–11.30 Uhr
8.11., 15.11., 22.11.2022

Preis CHF 92.– inkl. allfälliger MWST

Leitung Theres Kolar

Schachkurs

Im Schachspiel vergeht die Zeit wie im Flug. Lassen Sie sich auf eines der populärsten Brettspiele Europas ein und steigern Sie dabei Ihre geistige Fitness. Die Schachvariationen sind unendlich. Lernen Sie Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung die Grundlagen kennen und üben Sie in kleinen Gruppen die Züge.

Der Kurs eignet sich für Anfänger und Personen mit ersten Erfahrungen im Schachspiel.

Wann Mittwoch, 17.30–19.30 Uhr
 2.11., 9.11., 16.11., 23.11., 30.11.2022
Preis CHF 125.– inkl. allfälliger MWST
Leitung Bernhard Nadler

Schreibwerkstatt

Erleben Sie in der Gruppe, wie mit Hilfe von kreativen Schreibmethoden und -impulsen Texte mühelos aufs Papier gebracht werden können. Durch gegenseitiges freiwilliges und wertungsfreies Vorlesen erhalten die geschriebenen Werke ihre verdiente Anerkennung und inspirieren andere Teilnehmende Ihre eigenen Gedanken aufzuschreiben.

Kreatives Schreiben: Kreative Schreibmethoden helfen Ihnen, sich spontan auf die Schreibreise zu begeben und die eigenen Gedanken in Worte zu fassen.

Biografisches Schreiben: Was ist interessanter als Geschichten, die das Leben schrieb? Viele Menschen haben das Bedürfnis Ihre Biografie aufzuschreiben, sei es für sich oder für die Familie. Auf einer Reise zum eigenen Selbst Zusammenhänge im Lebenslauf entdecken. Mit verschiedenen Schreibmethoden finden Sie zu Geschichten und Bildern aus Ihrem Leben.

Ihr Schreiben wirkt! Seien Sie mutig, lassen Sie Ihren Ideen freien Lauf und freuen Sie sich über Ihre gelungenen Texte.

Wann Montag, 09.30–12.00 Uhr
Gruppe 1 19.9., 3.10., 17.10., 7.11., 21.11., 5.12.2022
Wo Treffpunkt Königshof
Preis CHF 270.– inkl. allfälliger MWST

Wann	Mittwoch, 09.30–12.00 Uhr
Gruppe 2	19.10., 9.11., 23.11., 14.12.2022
Wo	*Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland
Preis	CHF 180.– inkl. allfälliger MWST
Leitung	Rosemarie Gerber, Biografie-Schreibpädagogin FSB, SVEB I

* **Kursort:** Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Wie kann ich wieder leichter atmen? Atemkurs

«Luftnot» kann mit zunehmendem Alter entstehen. Soweit muss es aber nicht kommen. In diesem Kurs lernen Sie präventive Massnahmen kennen. Sie trainieren sich gute Atmungsgewohnheiten an und schaffen sich damit mehr Lebensqualität. Ziel des Kurses ist es, dass Atmen zum Genuss wird. Die einfachen Bewegungen machen wir vor allem im Sitzen, gelegentlich im Stehen. Die Übungen können gut in den Alltag integriert werden und führen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Dieser Kurs eignet sich auch für Menschen mit Bewegungseinschränkungen.

Wann	Donnerstag, 10–11 Uhr
Atemkurs 3	*25.8., *1.9., *8.9., 15.9., 22.9., 29.9., *6.10., *13.10.2022
Atemkurs 4	*3.11., *10.11., 17.11., *24.11., *1.12., *8.12., 15.12., *22.12.2022
Wo	*Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland und Treffpunkt Königshof
Preis	CHF 173.– inkl. allfälliger MWST
Leitung	Ulrike Fischer, Dipl. Atemtherapeutin Middelndorf, SBAM

* **Kursort:** Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland, Lagerhausstrasse 3, 8400 Winterthur

Veranstaltungen

Adventsnachmittag

Wir singen zusammen mit dem Königshof-Chor unter der Leitung von Brigitte Schneider traditionelle und neue Weihnachtslieder.

Zusammen verbringen wir einen gemütlichen Nachmittag mit Kaffee und Kuchen.

Wann	Dienstag, 14–16 Uhr 29.11.2022
Preis	kostenlos
Leitung	Brigitte Schneider und Freiwillige Treffpunkt

Erzählcafé

Ein Erzählcafé bietet die Möglichkeit, Menschen mit verschiedensten Lebensbiographien zusammen zu bringen und ihre persönlichen Geschichten und Erfahrungen in den Mittelpunkt zu stellen.

Sich Zeit nehmen, erzählen, zuhören, Gedanken in gemütlicher Atmosphäre in Worte fassen, philosophieren, sich erinnern – das ist Erzählcafé und alles, was Sie sonst noch daraus machen möchten.

Das erste Thema ist vorgegeben, die weiteren bestimmen Sie mit.

Wann	Mittwoch, 14–16 Uhr 28.9., 26.10., 30.11., 21.12.2022
Preis	kostenlos
Leitung	Astrid Schöni

Handy-Stamm

Probleme mit dem Handy? Wir wissen Rat! In einer gemütlichen Runde und ganz unkompliziert erhalten Sie Tipps und Tricks, die den Umgang mit dem Handy (Smartphone, iPhone/Android) erleichtern.

Freiwillige von Senioren für Senioren mit den entsprechenden Fachkenntnissen unterstützen Sie gerne, damit Sie Ihr Gerät optimal nutzen können. Setzen Sie sich einfach an unseren Stammtisch, trinken einen Kaffee und stellen Ihre Fragen.

Haben Sie selber nützliche Tipps? Auch Ihre Erfahrungen sind gefragt.

Smartphone-Grundkenntnisse sind Voraussetzung für den Besuch des Handy-Stamms. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Wann	Donnerstag, 9.30–11.30 Uhr 4.8., 1.9., 6.10., 3.11., 1.12.2022
Preis	kostenlos
Leitung	Freiwillige von Senioren für Senioren Winterthur

Weitere Informationen:

Senioren für Senioren, Telefon 052 203 70 30

Dienstag und Donnerstag 9.30–11.30 Uhr

Stubete «zämä singe»

Einmal pro Monat treffen sich gesangsfreudige Seniorinnen und Senioren, um unter fachkundiger Leitung zu singen. Das Repertoire erstreckt sich vom altbekannten Volkslied bis zum volkstümlichen Schlager.

Wann	Dienstag, 13.30–14.30 Uhr 30.8., 27.9., 25.10., 29.11. (siehe Adventsnachmittag), 13.12.2022
Preis	kostenlos
Leitung	Brigitte Schneider

Treffpunkt HEKS AltuM (Alter und Migration)

Die gemeinsamen Abende jeden letzten Donnerstag im Monat bieten Raum Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen, gemütlich beisammensitzen, sich an verschiedenen Aktivitäten und Kursen zu beteiligen, für Informationsveranstaltungen und persönliche Beratungen.

Die monatlichen Treffen richten sich an AltuM-Tandem Teilnehmende und andere Interessierte mit oder ohne Migrationshintergrund.

Wann Donnerstag, 17.30–19.30 Uhr
 28.7., 25.8., 29.9., 27.10., 24.11., 22.12.2022
Preis kostenlos
Leitung Freiwillige von HEKS AltuM

Weitere Informationen zu HEKS AltuM-Tandem finden Sie unter:
<https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-alter-und-migration-zuerich/tandem>

Vorlesen mit Musik

Geniessen Sie die besondere Atmosphäre einer Lesung mit musikalischem Rahmenprogramm.

Haben Sie in der Kindheit und im Erwachsenenalter gerne gelesen? Bücher, Gedichte oder Geschichten bieten in jedem Alter einen interessanten und bereichernden Zugang zur Welt. Das Interesse an Lesestoff bleibt bestehen, auch wenn man vielleicht nicht immer selber lesen mag oder das eigenständige Lesen anstrengend geworden ist.

Einmal im Monat erwarten Sie Geschichten mit Musik gewürzt, gelesen von Anne Landert und gespielt von Eva Pieth.

Wann Dienstag, 14–15 Uhr
 9.8., 11.10., 8.11., 6.12.2022
Preis kostenlos
Leitung Anne Landert und Eva Pieth



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Kontaktieren
Sie uns
unverbindlich.
058 451 52 20

Büroassistenz für Senioren

Administrative Hilfe zu Hause, schnell und unkompliziert.

bueroaassistentz@pszh.ch

www.pszh.ch/bueroaassistentz

Kanton Zürich
www.pszh.ch

Hinweise

Auf unserer Website (pszh.ch) finden Sie die geltenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die sonstigen geltenden Bedingungen sowie Informationen über den Datenschutz.

Mit Ihrer Anmeldung/Bestellung bestätigen Sie, unsere AGB sowie die sonstigen Bedingungen gelesen zu haben und damit einverstanden zu sein. Sollten Sie keine Möglichkeit haben, die AGBs auf unserer Website zu lesen, senden wir Ihnen diese auf Anfrage gerne per Post zu.

Diese Kurse und Anlässe sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Trägerschaft

Pro Senectute Kanton Zürich betreibt den Königshof mit Unterstützung des Departements Soziales der Stadt Winterthur.

Anmeldung

Ich melde mich für diesen Kurs an:

Kursort

Kursbeginn

Uhrzeit

Vorname, Name

Strasse

PLZ, Ort

Geburtsdatum

Telefon

Mobile

E-Mail

Auf unserer Website (pszh.ch) finden Sie die geltenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und die sonstigen geltenden Bedingungen sowie Informationen über den Datenschutz. Mit Ihrer Anmeldung/Bestellung bestätigen Sie, unsere AGB sowie die sonstigen Bedingungen gelesen zu haben und damit einverstanden zu sein. Sollten Sie keine Möglichkeit haben, die AGBs auf unserer Website zu lesen, senden wir Ihnen diese auf Anfrage gerne per Post zu.

Ort, Datum, Unterschrift

Diese Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung sowie die Rechnung.

Bitte in einem Umschlag
senden an:

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland
Kursadministration
Lagerhausstrasse 3
8400 Winterthur

Treffpunkt Königshof: Begegnen Sie anderen Menschen in geselliger Runde

Der «Königshof» war ursprünglich die Stadtburg von Winterthur. Mitten im Zentrum der Altstadt ist er heute ein Ort der Begegnung.

Hier kommen Sie mit Menschen zusammen, die gute Gesellschaft zu schätzen wissen. Nachmittags können Sie Kaffee trinken, plaudern, spielen und Zeitung lesen – Tageszeitungen, Zeitschriften und verschiedene Spiele stehen zur Verfügung und unsere GastgeberInnen nehmen sich gerne Zeit für Sie.

Haben Sie Lust auf Abwechslung? Im Königshof finden regelmässig Kurse und Veranstaltungen statt. Über das Angebot können Sie sich auch via Website www.pszh.ch oder «Aktiv», die Kursbeilage des Magazins «Visit» von Pro Senectute Kanton Zürich, informieren.

Adresse

Treffpunkt Königshof
Neumarkt 4 (Eingang Steinberggasse)
8400 Winterthur
Telefon 058 451 54 50 oder 058 451 54 28

Der Treffpunkt steht der älteren Bevölkerung der Stadt Winterthur und Umgebung kostenlos zur Verfügung.

Öffnungszeiten Treffpunkt

Dienstag bis Freitag, 13.30 bis 17.30 Uhr

An den Wochenenden und an Feiertagen sind die Räumlichkeiten in der Regel geschlossen.

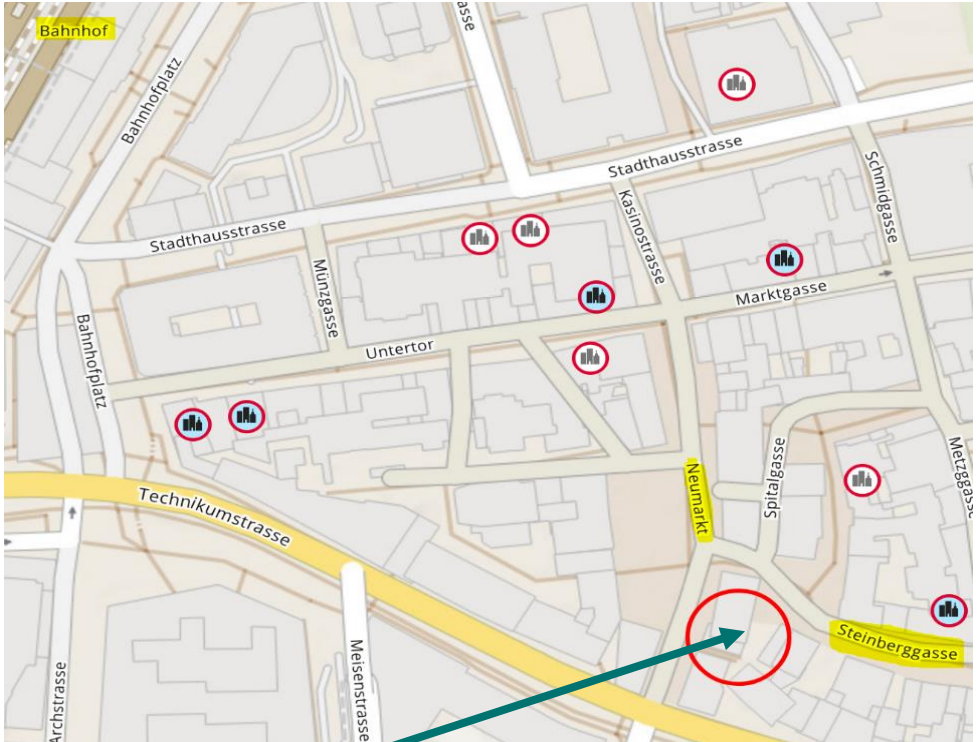
Königshof – Treffpunkt für ältere Menschen

Neumarkt 4 (Eingang Steinberggasse), 8400 Winterthur

Kursanmeldungen und Informationen

Telefon 058 451 54 50, kurse.winterthur@pszh.ch, www.pszh.ch

Stand Mai 2022



Eingang Treffpunkt

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Winterthur und Weinland

Lagerhausstrasse 3
8400 Winterthur

Telefon 058 451 54 00

Spendenkonto 80-79784-4
IBAN CH95 0900 0000 8007 9784 4



dc.winterthur@pszh.ch
www.pszh.ch