

## Weitere Informationen

Ortsvertretungsleitung:

Jürg Schneider  
Weidstrasse 35  
8472 Seuzach

Telefon 079 420 70 67  
E-Mail [j-schneider@hispeed.ch](mailto:j-schneider@hispeed.ch)  
[www.pro-senectute-seuzach.ch](http://www.pro-senectute-seuzach.ch)

Stand Mai 2025

Pro Senectute Kanton Zürich  
Dienstleistungscenter Winterthur und Weinland

Lagerhausstrasse 3  
8400 Winterthur

Telefon +41 58 451 54 00

Spendenkonto IBAN  
CH95 0900 0000 8007 9784 4



[dc.winterthur@pszh.ch](mailto:dc.winterthur@pszh.ch)  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER



# Ortsvertretung Seuzach

Kanton Zürich  
[www.pszh.ch](http://www.pszh.ch)



### **Ausfahrten<sup>+</sup>**

Wir organisieren für Sie zweimal im Jahr schöne und abwechslungsreiche Ausfahrten mit dem Car. Lernen Sie Menschen kennen und treffen Sie Altbekannte.



### **Kultur am Nachmittag<sup>+</sup>**

Wir organisieren für Sie Theatervorstellungen, Konzerte, Tanzveranstaltungen, Vorträge, Unterhaltungsnachmittage und Besuche.



### **Zäme Ässe<sup>+</sup>**

Einmal im Monat kocht das Mittagstischteam eine köstliche Mahlzeit. Geniessen Sie die Zeit mit Ihren Bekannten beim gemeinsamen Essen.



### **Kafiträff<sup>+</sup>**

Junge Familien und ältere Menschen treffen sich zum selbstgebackenen Kuchen, Kaffee oder Tee. Sie plaudern oder spielen ein Gesellschaftsspiel.



### **Seuzemer Jassnachmittag<sup>+</sup>**

Machen Sie mit bei einem lockeren Jassturnier unter fachkundiger Leitung und erfreuen Sie sich an einem gelungenen Spiel.



### **Gedächtnistraining<sup>+</sup>**

Mit spielerischen Übungen trainieren und steigern Sie Aufmerksamkeit, Konzentration, Wortfindung und logisches Denken.



### **Besuche<sup>+</sup>**

Wir wollen Zeit schenken, betagte Menschen in ihrem Daheim besuchen, sich ihnen zuwenden, ihnen vorlesen, spielen und mit ihnen spazieren.



### **Line Dance, tanzen in einer Linie<sup>+</sup>**

Sie schwingen auch ohne Tanzpartner das Tanzbein mit einfachen Choreographien zu lässiger Country-Musik mit Schwung und viel Spass.



### **E-Bike Touren<sup>+</sup>**

Sie erkunden auf verkehrsarmen Strassen mit dem E-Bike unsere schöne Gegend und kehren unterwegs zu einem Zvieri ein.



### **Gymnastik**

Regelmässige Bewegung steigert körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden. Stärken sie Ihre Leistungsfähigkeit und Beweglichkeit.



### **Yoga**

Eine sanfte Art, die Beweglichkeit und die Kraft des Körpers zu erhalten. Die Körperwahrnehmung wird geschult und die Geschmeidigkeit verbessert.



### **Aquafit**

Die Bewegungen im Wasser sind effizient und gleichzeitig rücken- und gelenkschonend. Sie fördern Ihr psychisches Wohlbefinden und seelische Ausgeglichenheit.

Möchten Sie unsere Ortsvertretung direkt unterstützen?

Dann freuen wir uns über Ihre Spende auf das PostFinance Konto  
IBAN CH17 0900 0000 1655 4324 1

Kontobezeichnung «PSZH-WW Seuzach»

<sup>+</sup>Dieser Kurs/Anlass ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen teilsubventioniert, weil er in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.