Angebote

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **7 (1999)**

Heft 4

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Langlaufwoche im Goms vom 15.–22. März 1999

Eine reisefreudige Schar wurde auf der Fahrt von Zürich nach Münster im Goms von der herrlichen Frühlingssonne begleitet. Im Hotel Landhaus begrüssten uns die Langlaufleiter Heidy Frei und Robert Müller auf der Gartenterrasse. Bei Kuchen und Kaffee lernten wir in einer Vorstellungsrunde die anderen Teilnehmenden kennen.

Am nächsten Tag zog es uns, natürlich bei schönstem Sonnenschein, hinaus und auf die Bretter, um erste Langlaufkilometer auf der toll präparierten Loipe hinter uns zu bringen. Schon bald schwärmte Heidy von den besten Kuchen im ganzen Goms, die es nur bei Koni Hallebarter in Obergesteln gibt! Wir richteten es uns so ein, dass wir just zur Kuchenzeit im kleinen Café eintrafen. Nur waren wir nicht die einzigen mit dieser Idee! Leider reichte es nicht für alle, so dass wir natürlich an den folgenden Tagen wieder dort einkehren mussten. Die vielen Schneefälle einen Monat vorher hatten Lawinen ausgelöst, die einige Dörfer verwüsteten, die Strasse und zum Teil auch die Bahnschienen zerstörten. Die Loipe führte durch meterhohe Schneemauern. Mit grossem Erstaunen durchstreiften wir die Lawinenkegel. Erst jetzt wurde uns bewusst, welch furchtbare Macht solche Schneemassen haben können. Heidy und Robert boten uns jeden Tag ein anderes Programm. Da alle Dörfer mit dem Zug erreichbar sind, konnten wir je nach Lust, Laune und Kondition Langlaufen. Wenn wir müde wurden, setzten wir uns einfach in die nächste Bahn. Ein Höhepunkt war sicher der Ausflug mit der Sesselbahn auf den Hungerberg oberhalb Oberwald. Dort genossen wir beim Mittagessen eine fantastische Aussicht über das ganze Goms.

Heidy bescherte uns einen ganz besonderen Abend. Sie schaffte es, Eintrittskarten für die Komödie «Charleys Tante», gespielt vom Theaterverein Obergoms, zu erobern. Es bereitete uns viel Spass, dem Dialekt der Walliser Schauspieler zuzuhören.

So erlebten wir jeden Tag kleine amüsante Episoden. Wir konnten die Sonne und den vielen Schnee in vollen Zügen geniessen. Dank der guten Führung von Heidy und Robert ist alles «wie am Schnürli gloffe». Leider ging die Woche viel zu schnell vorbei. Aber alle sind mit mir einig: «schön esch es gsi»! Vielen herzlichen Dank Heidy und Robert, wir freuen uns schon wieder auf das nächste Mal …

Friedi Reutimann, Guntalingen

Foto: Friedi Reutimann, Guntalingen

Die Gomser Loipe führte durch meterhohe Schneemauern und Lawinenkegel.

Mit Sport und Spass im Schnee ins neue Jahrtausend

Langlauf 2000

Ferienwochen in Silvaplana (Engadin)

- Woche vom Samstag, 8., bis Samstag, 15. Januar
- Woche vom Samstag, 15., bis Samstag, 22. Januar

Kosten: Fr. 895.–*

Ferienwoche in Münster (Obergoms)

- Vom Sonntag, 12., bis Sonntag, 19. März

Kosten: Fr. 1120.–*

(Basis Doppelzimmer)*

Schneeschuhwandern 2000

Neu: Ferienwoche Schneeschuhwandern in Alt St. Johann (Obertoggenburg) vom Samstag, 5., bis Samstag, 12. Februar
Kosten: Fr. 1195.–*

Ski alpin 2000

Ferienwoche in Villars sur Ollon (Waadt)
vom Freitag, 21., bis Freitag, 28. Januar
Kosten: Fr. 1340.–*
inkl. Carfahrt und Skipass

Ferienwoche in Schröcken (Österreich)

vom Samstag, 19., bis Samstag, 26. Februar
Kosten: Fr. 1480.– *
inkl.Carfahrt und Skipass

Skitage

Ab Januar 2000 finden jeden Dienstag Skitage alpin statt. Kosten: Fr. 10.– pro Skitag.

Skigymnastik

zur Vorbereitung der Skisaison einmal wöchentlich ab 27. Oktober 1999 in Zürich.

Alle Ferienwochen und Skitage werden von gründlich ausgebildeten Sportleiterinnen und Sportleitern Alter+Sport geleitet.

Ausführliche Ausschreibungen und Anmeldeunterlagen sind erhältlich bei:
Pro Senectute
Kanton Zürich
Abteilung Alter+Sport
Postfach, 8032 Zürich
Tel. 01/421 51 51
Fax 01/421 51 21

Tennis – ein faszinierendes Spiel

Rückblick auf den Alter+Sport-Tennis-Wochenkurs

Ein Artikel in dieser Zeitschrift und ein Hinweis im Zürcher Oberländer weckten mein Interesse, mich für den Wochenkurs «Tennis» von Pro Senectute Kanton Zürich in der letzten Juliwoche in Effretikon anzumelden. Doch hielten mich einige Bedenken zurück, die Anmeldung sofort abzuschicken: Was trägt man zum Tennisspielen? Sind meine Turnschuhe noch «in»? Bin ich in meinem Alter den physischen Belastungen gewachsen? Wie viele Teilnehmende werden es wohl sein? Diese und andere Gedanken wirbelten durch meinen angegrauten Kopf.

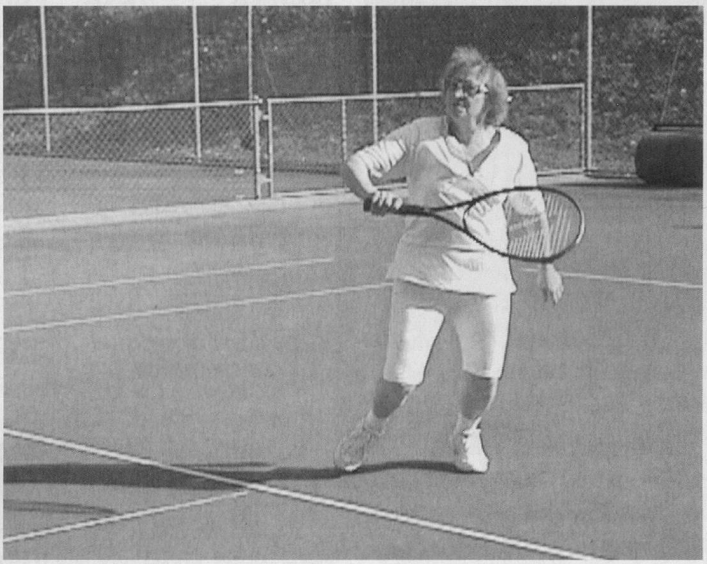

Foto: Peter Furrer, Illnau

Mutig schickte ich die Anmeldung ab. Schon nach kurzer Zeit traf die Bestätigung ein: «Treffpunkt am Montag um 09.00 Uhr im Clubhaus des Tennisclubs Illnau-Effretikon, wir werden eine kleine Gruppe von sechs Personen sein».

Tröpfchenweise trafen sie ein an diesem schönen Montagmorgen im Juli; vier bestandene Damen, der Tennislehrer und meine Wenigkeit. Wir begrüssten uns, stellten uns vor, das vertrauliche Du gehörte ganz natürlich zu diesem Wochenkurs.

Unser Leiter, Peter Furger, eröffnete jeden Kurstag mit einem passenden Leitspruch und kittete damit den Teamgeist für die nächsten zwei Stunden. Mit einigen Übungen wurden die wichtigsten Faktoren wie Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit für das Tennisspiel trainiert. Mit Stretching lösten wir muskuläre Verspannungen im Ellbogenbereich und an der Achsel.

Vorerst wurden die Griffarten des Schlägers erklärt und geübt, dann versuchte man spielerisch das Ballgefühl zu trainieren, zuerst mit sehr weichen Bällen. Dann gings zur Praxis über. Im Halbfeld lernten wir mit Vorhand und Rückhand dem Mitspieler den Ball möglichst genau zuzuspielen. Unser Tennislehrer korrigierte wenn nötig, zeigte, wie der richtige Schlag ausgeführt wird, und das alles in spielerischer Form. Eine kurze Pause wurde dazu benützt, die Erfahrungen auszutauschen und natürlich den Flüssigkeitsverlust wettzumachen.

Gegen Ende der Woche wurde das Doppel geübt, und sogar ein kleines Turnier mit Rangfolge beschloss diese Einführungswoche ins Tennis.

Rückblickend darf ich feststellen: Es hat sich gelohnt. Eine Woche der gesunden, sportlichen und spielerischen Gewöhnung in die Tennistechnik hat die Kondition gefördert, Herz und Kreislauf angeregt und die Muskulatur gekräftigt.

Ratschlag an zaghafte Interessenten: Wagt den Schritt zum nächsten Tenniskurs!

Fritz Dellsperger, Grüningen

Allons enfants en bicyclette!

Nach der Melodie der Marseillaise, von Verena Voss Weidman

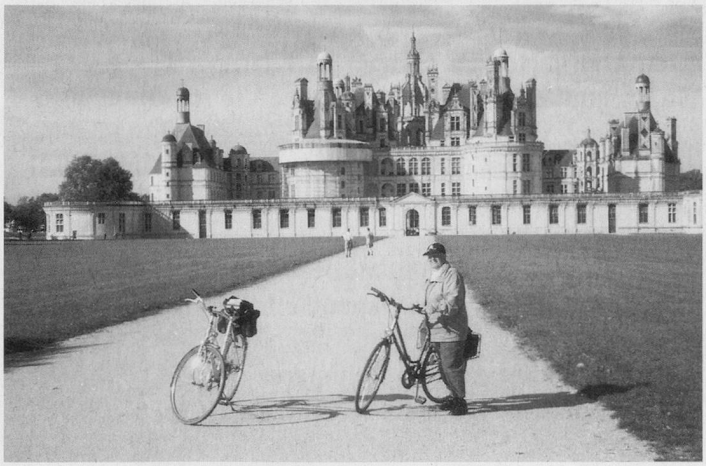

Foto: Vreni Jngold, Winterthur

Schon die ausführliche und freundliche Orientierung durch die beiden Leiterinnen der Pro Senectute Kanton Zürich hinterliess ein gutes, sicheres Gefühl. Als freute man sich auf eine Woche unbeschwerter Veloferien.

Pünktlich, wie sich's gehört, trafen wir, 19 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, am 4. Juli morgens um 06.45 Uhr am Meeting-Point im Hauptbahnhof Zürich ein. Die Reise konnte beginnen.

Während der langen TGV-Fahrt nach Paris hatten alle genügend Gelegenheit, sich gegenseitig kennenzulernen. In Paris wurden wir bereits von unserem Stadtrundfahrt-Reiseführer abgeholt und zum Bus geleitet. Das war eine absolut bravouröse Führung durch Paris – mit kla-

Foto: J. und Elmer Fischer-Pfister

Velogruppe auf der Loire-Tour am frühen Morgen in Aufbruchstimmung.

ren und interessanten Details. Eine so kurzweilige Führung habe ich noch nie geniessen können. Ein grosses Bravo Herrn Kneuss, Frantours.

In Blois begrüsste uns der Himmel mit Regentropfen und freute sich dermassen, dass er bei der Ankunft im Hotel alle Schleusen öffnete und den vollen Segen auf uns herunterprasseln liess. Positiv, wie immer, war Vreni Ingold der vollen Überzeugung, dass unsere Velotour begleitet sein würde mit herrlichem Sonnenschein – ja, zugegeben, vielleicht ein paar Regentropfen. Ganz nach ihrem Wunsch hatten wir unseren Regenschutz für ca. eine Viertelstunde zu benutzen. Im weiteren waren wir auf der ganzen Tour beglückt mit Sonnenschein und auch ein paar begleitenden Wolken. – Vreni muss eine besondere Linie zum Petrus haben!

Es war ein absoluter Genuss, mit unseren neuen Supervelos, ausgerüstet mit tadellosen Übersetzungen und einer Saccoche, durch die herrliche, abwechslungsreiche Gegend der Loire zu radeln. Hügeli uf, Hügeli ab, den Fahrtwind um die Ohren, durch Wälder, Alleen, weite Getreide- und Sonnenblumenfelder, den Flüssen und Wassern entlang – eine Augenweide.

Die Schlösser – Blois, Chambord, Chaumont, Amboise, Chenonceau, Loches – allesamt beeindruckende Bauwerke. Seillac, ein Schlosshotel mit riesigem Park mit über 80 Schwedenhäuschen verteilt im lichten Wald, ein Teich mit Enten, Schwänen – Märchentraum zum Ruhen und Entschweben. Der Swimmingpool wurde natürlich rege benutzt. Auch hatten wir immer wieder genügend Zeit, durch die Gassen der schönen, alten Städtchen zu schlendern und uns auch mal hinzusetzen zu einem Café noisette mit Kuchen.

Pannen? Natürlich gab es welche. Das gehört dazu, das ist das Salz in der Suppe. Verschiedentlich sprangen Ketten heraus. Einmal gab es auch einen Platten. Aber kein Problem: wenn Jakob Eggen dabei ist, werden alle Pannen in kürzester Zeit behoben, mit Ruhe und Humor. In Seillac, wo Gäste die Hotelvelos benutzen dürfen, entlehnten sich irrtümlicherweise einige die Damen- und ein Herrenvelo unserer Gruppe. Begreiflich, denn die hoteleigenen Fahrräder waren im wahrsten Sinne des Wortes «Göppel». Zum Glück passierte dies am Ausflugstag, und nicht am Tag der Weiterfahrt. Es bedeutete jedoch, dass Anni und Rösli zu Fuss die Gegend unsicher machten.

Gefahren wurde immer in zwei Gruppen mit je einer Leiterin oder einem Leiter vorne und zuhinterst Jakob und Maria Eggen. Man fühlte sich richtig wohl und sicher. Ich war das erste Mal auf einer Velotour dabei und hab es in vollen Zügen genossen. 19 Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Woche durch die Lande zu führen ist kein Pappenstiel. Also, Vreni und Heidy – «schtrodlige Merci».

Rosa Rüegg,
Teilnehmerin, Uster

Haben Sie Lust, sich als Sportleiterin oder Sportleiter für unsere Alter+Sport-Velogruppen im Sihltal und in Winterthur ausbilden zu lassen?

Dann rufen Sie doch einfach unseren Alter+Sport-Fachleiter, Karl Schreiber, an. Telefon 052/232 58 95.

Pro Senectute Kanton Zürich, Abteilung Alter+Sport
Forchstrasse 145, Postfach, 8032 Zürich

Tai-Chi-Kurs in Wädenswil

in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich, Abteilung Alter+Sport
für Seniorinnen und Senioren ab 65
Montag, 09.00 bis 10.30 Uhr
26. Oktober bis 13. Dezember 1999

Unverbindliche Probelektion
Montag, 4. Oktober, 09.00 – 10.30 Uhr
Altes Gewerbeschulhaus, Zimmer 12
Schönenbergstrasse 4a, Wädenswil
Kosten Fr. 165.–
Detaillierte Info/Kursleitung:
Sandro Malär, Tel. 01/780 67 86

Tai Chi und Qi Gong in Knonau

In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich Abteilung Alter+Sport
Jeweils Donnerstag, 09.00 bis 10.40 Uhr
23. September bis 25. November 1999 (ohne 7. Oktober)
9 Lektionen zu 1 Std. 40 Min.
Leitung: Aita Leemann-Planta, Lehrerin für Tai Chi und Qi Gong
Kontaktperson: Lisbeth Bühlmann
Oberdorfstrasse 20, 8934 Knonau, Tel. 01/767 06 92

Tai-Chi-Kurse in Pfäffikon (in Planung)

In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich
Abteilung Alter+Sport

Ab Ende Oktober sind Tai-Chi-Kurse für Seniorinnen und Senioren unter Leitung von Frau Elisabeth Yuen-Thurnherr in Pfäffikon geplant.

Anmeldung und Auskunft bei:
Elisabeth Yuen-Thurnherr
Schönbüelstrasse 9, 8330 Pfäffikon, Tel. 01/950 40 19

Qi Gong in Thalwil

In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich
Abteilung Alter+Sport
Unter Leitung von Ruta Stocker-Hofmanner sind Qi-Gong-Kurse für Seniorinnen und Senioren geplant.
Die Daten stehen noch aus.

Auskunft erteilt
Ruta Stocker-Hofmanner, Alte Landstrasse
8805 Richterswil, Tel. 01/780 96 09

Qi Gong – in Uster und Wetzikon

in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich
Abteilung Alter+Sport
Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene

Wetzikon

Aufbaukurs für Fortgeschrittene
Jeweils Donnerstag, 17.30 bis 19.00 Uhr, vom
28. Oktober bis 16. Dezember 1999
Anschlusskurs ab 6. Januar 2000

Einführungskurs für Anfänger
Jeweils Donnerstag, 15.30 bis 17.00 Uhr,
vom 4. November bis 16. Dezember 1999 Anschlusskurs ab 6. Januar 2000
Kursort: Tanzschule Oberland, Bahnhofplatz

Uster

Einführungskurs für Anfänger
Jeweils Freitag, 10.00 bis 11.30 Uhr, vom
5. November bis 17. Dezember 1999

Anschlusskurs ab 7. Januar 2000
Kursort: Änne Speich, Zentrum für Bewegung und Entspannung
Tai Chi und Qi Gong, Oberlandstrasse 102

Anmeldung für die Anschlusskurse ab Januar bis spätestens 6. Dezember 1999.
Unter vorheriger Anmeldung ist der Besuch einer kostenlosen Schnupperlektion möglich.

Anmeldung und Auskunft bei:
Änne Speich, 8610 Uster
Tel. G 01/942 26 56, Tel. P 01/940 71 56
Fax 01/942 26 60
E-Mail: aespeich@speichpartner.ch

Willkommen im neuen Jahrtausend!

Viele Fachleute sagen voraus, dass beim Übertritt ins nächste Jahrtausend die Computer zusammenbrechen und dabei Daten verlorengehen könnten. In ihrer täglichen Arbeit setzt Pro Senectute Kanton Zürich an vielen Orten Computer ein – beim Mahlzeitendienst, in der Sozialberatung und natürlich in der Buchhaltung. Schon seit einiger Zeit befassen wir uns mit dem Problem «Computer und das Jahr 2000» und haben uns entsprechend vorbereitet. Die verbleibende Zeit bis zum Jahreswechsel wird für Kontrollen und Systemtests verwendet. So ist Pro Senectute Kanton Zürich für den Jahrtausendwechsel gerüstet. Damit verfolgen wir ein Ziel: Wir wollen die Wahrscheinlichkeit von Störfällen auf ein Minimum reduzieren und unbeschwert ins nächste Jahrtausend wechseln.

Markus Stamm, Abteilungsleiter und EDV-Verantwortlicher von Pro Senectute Kanton Zürich

100 % natürlich

z.B. Trybol Natur-Zahncreme

- **Trybol Natur-Zahncreme mit karieshemmendem Grüntee**
- **Kamillenextrakt für gesundes Zahnfleisch**
- **Trybol Mundpflege seit 100 Jahren**

❑ Bitte senden Sie mir das Kennenlern-Angebot für nur Fr. 20.– (Wert Fr. 45.–) beinhaltend:
– 1 Trybol Natur-Zahncreme mit Grüntee 100 ml
– 1 Trybol Kräuter-Mundwasser 100 ml
– 1 Trybol Mundspülung bio-fresh 400 ml
– 1 Trybol Zahnpasta Classic 50 gr
– 1 Trybol Mundspray clip-fresh 8 ml

Mit Fr. 20.– in Noten einsenden an:
Trybol AG
Kennenlern-Angebot Trybol
8212 Neuhausen am Rheinfall

Absender: _____

Schulungsangebote 2000 für Spitex-Mitarbeiter-innen und -Mitarbeiter

Umgang mit Sucht – Übermässiger Alkoholkonsum

Alkoholmissbrauch ist bei allen Bevölkerungs- und Altersgruppen eine weit verbreitete Gewohnheit und somit eines unsrer grössten sozialmedizinischen Probleme.
Der Kurs sensibilisiert die Teilnehmenden für diese Problematik. Anhand von praktischen Beispielen werden Interventionsstrategien vermittelt. Dabei sollen Möglichkeiten und Therapieangebote diskutiert werden.

Organisation und Einführung:
Barbara Steiger, dipl. Gesundheitsschwester, dipl. Erwachsenenbildnerin, Pro Senectute Kanton Zürich
Leitung:
Frau B. Staub, dipl. Psychologin IAP, Präventionsfachfrau der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme ZFA

Daten
Kurs 1: 15. März 2000, ganzer Tag
Kurs 2: 8. November 2000, ganzer Tag
Kursort: Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme, Josefstr. 91, 8005 Zürich, Kosten: Fr. 140.–

Verlaufsbericht schreiben

Eine systematische Bedarfsklärung und regelmässige Überprüfung der Hilfe macht es notwendig, einen Verlaufsbericht über die Spitexkundinnen und -kunden zu führen. Um dies fachgerecht zu tun, ist es wichtig, aufmerksam zu beobachten und die Beobachtungen knapp und verständlich zu beschreiben.

Datum: 4. April 2000, ganzer Tag
Kursort: Zentrum Klus, Asylstr. 130, 8032 Zürich
Kosten: Fr. 140.–

Umgang mit hör- und sehbehinderten Menschen

Hör- oder Sehschwächen können jeweils verschiedene Ursachen haben. Kenntnisse darüber und das Wissen um bestimmte Verhaltensweisen gegenüber Menschen mit solchen Behinderungen erleichtern die Aufgabe als Spitexmitarbeiterin in der Betreuung und Unterstützung von Kundinnen und Kunden.

Organisation und Einführung:
Barbara Steiger, dipl. Gesundheitsschwester, dipl. Erwachsenenbildnerin, Pro Senectute Kanton Zürich
Leitung:
Frau G. Ménard,, dipl. Schwerhörigenlehrerin, Schwerhörigen- Verein Zürich
Frau L. Favre, Schweizerischer Blinden- und Sehbehindertenverband Zürich

Daten
Kurs 1: 18. und 27. April 2000, jeweils nachmittags
Kurs 2: 21. und 30. August 2000, jeweils nachmittags
Kursort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstr. 36, 8006 Zürich, Kosten: Fr. 140.—

Aktivierung

Das Aktivieren von Kundinnen und Kunden der Haushilfe im Rahmen des Auftrages der Haushelferin oder des Haushelfers ist anspruchsvoll, wichtig und erfordert ein Umdenken von allen Beteiligten. Dies ist ein Prozess, der Zeit und Geduld braucht. Wir möchten diesen Prozess mit unserem Jahreskursangebot gerne begleiten und Hilfestellungen leisten auf dem Weg zu einem neuen Selbstverständnis der Aufgabe der Haushelferin oder des Haushelfers.

Daten
11. Mai, 22. Mai, 22. Juni, 22. August, 20. September, 24. Oktober, 13. November, 7. Dezember 2000, jeweils nachmittags
Kursort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstr. 36, 8006 Zürich, Kosten: Fr. 560.–

Umgang mit verwirrten Menschen II – Fortsetzungskurs

Der Fortsetzungskurs zum Thema «Umgang mit verwirrten Menschen» erweitert das Verhaltensrepertoir der Mit-

arbeitenden und macht sie mit einer geeigneten Fragetechnik bekannt.

Datum:
Kurs 1: 26. April ganzer Tag, 18. Mai 2000, nachmittags
Kurs 2: 7. November 2000, ganzer Tag, 30. November 2000, nachmittags
Kursort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstr. 36, 8006 Zürich, Kosten: Fr. 210.—

Mut zum Konflikt = Chance zum Frieden

Missverständnisse und Konflikte gehören zum Alltag, im Privaten wie auch im Beruf. In diesem Kurs lernen Sie verlässliche Leitlinien kennen und anwenden für einen konstruktiven Umgang mit Konflikten. Wir erweitern die Möglichkeiten, friedlich mit anderen Menschen und mit sich selbst umzugehen.

Daten
Kurs 1: 3. und 16. Mai 2000, ganzer Tag
Kurs 2: 31. Oktober 2000 und 8. November 2000, ganzer Tag
Kursort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstr. 36, 8006 Zürich, Kosten: Fr. 280.–

Einführung in die Fallbesprechung für Leiterinnen Haushilfe, Hauspflege, GKP

Fallbesprechungen sind ein erprobtes Arbeitsinstrument zur Entlastung der Leitung, Unterstützung der Mitarbeitenden und zur Nutzung der Ressourcen des Teams. Das Leiten von Fallbesprechungsgruppen ist eine anspruchsvolle Tätigkeit, die eine intensive Einführung, sowie unterstützende Begleitung während der Aufbauphase der Gruppe erfordert.

Daten
6., 13. und 20. November 2000, ganzer Tag
Kursort: Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstr. 145, 8032 Zürich,Kosten: Fr. 730.–

In Planung:

Diabetes, Umgang mit depressiven Menschen II (Fortsetzungskurs), PC-Kurs Word Einführung (im Mai 2000), PC-Kurs Word für Fortgeschrittene (im Oktober 2000), Sterben und Tod.

IGSA - Stufenausbildung für Spitexmitarbeiter/innen Stufe 1

Die berufsbegleitende Ausbildung richtet sich an Spitex-Mitarbeiter/innen ohne Ausbildung. Die Stufe 1 umfasst 63 Stunden, verteilt auf 6 bis 8 Monate.

die nächsten vier Kurse beginnen am:
IGSA Stufe 1 / Kurs 10: 24. Januar 2000
AUSGEBUCHT
IGSA Stufe 1 / Kurs 11: 7. März 2000
AUSGEBUCHT
IGSA Stufe 1 / Kurs 12: 17. August 2000
IGSA Stufe 1/ Kurs 13: 7. September 2000

Detaillierte Unterlagen erhalten Sie bei Pro Senectute Kanton Zürich Abteilung Bildung, Postfach 8032 Zürich, Tel. 01/421 51 51 oder unter www.zh.pro-senectute.ch

Inserat

Kleider machen Leute – Leute machen Kleider

Daten
Kurs 1: jeden Montag 14.00 bis 16.30 Uhr
Kurs 2: jeden Montag 18.30 bis 21.00 Uhr
Kurs 3: jeden Dienstag 14.00 bis 16.30 Uhr
Schnittmusterkurs: jeden Dienstag 9.00 bis 11.30 Uhr

Eintritt jederzeit möglich

Kosten: Fr. 22.– pro mal
Ort: Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich
Leitung: Madeleine Schöni, Chorgasse 11, 8001 Zürich, Tel. 01/262 03 17,
Auskunft und Anmeldung direkt bei der Kursleitung

Anmeldung für den Kurs Nr.

Name/Vorname

Adresse

Tel. Datum: Unterschrift:

Einsenden an:
Madeleine Schöni, Chorgasse 11, 8001 Zürich