Zeitschrift: Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: 8 (2000)
Heft: 4

Werbung

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

Schulungsangebote für Spitex-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter

Übergänge – Entwicklungsaufgaben im Lebenszyklus

Jede Veränderung bringt es mit sich, etwas loszulassen oder zu verlieren. In diesem Kurs beschäftigen wir uns damit, wie wir selber solche Übergänge gemeistert haben und wie wir andere dabei unterstützen können.

Datum/Zeit:	Dienstag, 30. Januar 2001, 9.15 bis 17.00 Uhr
Ort:	Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Geschichten, die das Leben schrieb

Unsere persönliche Biographie aber auch die geschichtliche Dimension unseres Lebens prägen unsere Persönlichkeit massgeblich. Das gilt für alle Menschen. Viele Verhaltensweisen, «Mödeli», Ansprüche, Wünsche und Hoffnungen werden verständlicher, wenn wir etwas über die Lebensgeschichte unserer Kundinnen und Kunden wissen. Aber auch das eigene Verhalten in bestimmten Situationen können wir anhand unserer Biographie besser erklären und entschiedener wählen, wie wir uns in Zukunft verhalten wollen.

Datum/Zeit:	Montag, 5. Februar, und Montag, 5. März 2001, 9.00 bis 16.30 Uhr
Ort:	Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich
Kosten:	Fr. 360.–

Unzufriedene Kunden – was tun?

Manchmal reagieren Kundinnen und Kunden in bestimmten Situationen ungehalten und sie reklamieren. Einige wirken dauerhaft unzufrieden. In diesem Kurs lernen Sie, die Grundeinstellung «Ich bin O.K. – du bist O.K.» auch bei Reklamationen und Kritik aufrechtzuerhalten.

Datum/Zeit:	Donnerstag, 22. Februar, und Donnerstag, 1. März 2001, 14.00 bis 17.00 Uhr
Ort:	Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Detaillierte Unterlagen erhalten Sie bei

Pro Senectute Kanton Zürich
Abteilung Bildung
Postfach
8032 Zürich
Telefon 01/421 51 51

oder unter
www.zh.pro-senectute.ch

Selbständigkeit erhalten und fördern – eine Herausforderung!

Wir alle möchten gerne bis ins hohe Alter selbständig bleiben. Was heisst das aber für Ihre Arbeit in der Spitex? Sie sollen die Selbständigkeit Ihrer Kundinnen und Kunden fördern und ihnen gleichzeitig Tätigkeiten des Alltags abnehmen. Das kann widersprüchlich sein und für Spitex-Mitarbeitende immer wieder eine Herausforderung!

Datum/Zeit:	**Teil 1 – Einführung:** Montag, 26. Februar, Dienstag, 6., und Dienstag, 27. März 2001 **Teil 2 – Anwendung und Reflexion der Erfahrung:** Mittwoch, 9. Mai, Donnerstag, 31. Mai, Dienstag, 12., und Dienstag, 26. Juni 2001 jeweils 14.00 bis 17.00 Uhr
Ort:	Altersheim Limmat, Limmatstrasse 186, 8005 Zürich
Kosten:	Einführung: Fr. 280.–/Ganzer Kurs Fr. 630.–

Hinweis:
Wir empfehlen den ganzen Kurs zu besuchen. Die Einführung kann jedoch auch unabhängig von 2. Teil – Anwendung und Reflexion der Erfahrung – besucht werden. Teil 2 kann nur in Verbindung mit Teil 1 gemacht werden.

«Gute Mädchen kommen in den Himmel, böse überall hin»

Mit diesem Kurs knüpfen wir am Kurs «Abgrenzung» an. Sich der Situation angemessen abzugrenzen ist für viele Menschen ein lebenslanges Thema. Wir werden an diesem Kurs eine Standortbestimmung zum aktuellen Abgrenzungsverhalten machen, «Fallen» erkennen und persönliche Schritte planen und üben.

Datum/Zeit:	Dienstag, 27. Februar, und Mittwoch, 7. März 2001, 14.00 bis 17.00 Uhr
Ort:	Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Wie führe ich einen Verlaufsbericht?

Eine systematische Bedarfsklärung und regelmässige Überprüfung der Wirkung unserer 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/Zeit:	Donnerstag, 8. März, und Mittwoch, 14. März, und Donnerstag, 10, Mai 2001, 14.00 bis 17.00 Uhr
Ort:	Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich
Kosten:	Fr. 280.–

Qualitäten von Zeit ... Eine kreative Erfindung!

Was ist Zeit? Die Zeitforschung hat unsere Idee von absoluter Zeit in den letzten Jahrzehnten stark aufgeweicht und verändert. In diesem Kurs möchten wir diese Erkenntnisse verstehen und nutzen lernen. Wir begegnen der Gunst des Augenblicks und lernen kreativ damit umzugehen.

Datum/Zeit:	Donnerstag, 8. März 2001, 9.15 bis 17.00 Uhr
Ort:	Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Schreiben – mit Leichtigkeit und Freude!

Worte finden für das, was mir durch den Kopf geht, beschreiben können, was ich erlebt oder beobachtet habe. Wieso fällt einem das oft so schwer? In diesem Kurs gewinnen Sie einen leichten und lustvollen Zugang zum Schreiben. Sie vergrössern Ihren Mut und Ihr Selbstvertrauen.

Datum/Zeit:	Donnerstag, 15. März, und Donnerstag, 22. März 2001, 14.00 bis 17.00 Uhr
Ort:	Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Reinigung im fremden Haushalt

«Was nützt eine perfekt gepflegte Wunde, wenn daneben der Haushalt verwahrlost!» Immer wieder zeigt sich, dass die Reinigung in einem fremden Haushalt eine wichtige Aufgabe in der Spitex ist und zentral für die Zufriedenheit der Kundinnen und Kunden. Die Meinungen, was richtig ist, sind sehr unterschiedlich. An diesem Kurs bekommen Sie Einblick in die neusten Erkenntnisse bezüglich Reinigung in einem fremden Haushalt und die dazugehörenden Hilfsmittel.

Ziele Modul 1:
- Begriffe und Ziele der Reinigung in der Spitex klären
- Die wichtigsten Inhaltsstoffe, Wirkung und mögliche Gefahren von verschiedenen Reinigungsprodukten kennen und begründen
- Der Einsatz von Reinigungsgeräten im Spitex-Haushalt auf Richtigkeit und Effizienz überprüfen.

Ziele Modul 2:
- Begriff und Ziele der Ergonomie in der Spitex klären
- Vorteile von ergonomischem Arbeiten begründen
- Kräfteschonendes, gesundes und effizientes Arbeiten anhand von Praxisbeispielen erfahren
- Individuelle Schlüsse ziehen für den Alltag

Datum/Zeit:	**Modul 1:** Dienstag, 24. April, und Mittwoch, 2. Mai 2001, 13.30 bis 17.00 Uhr **Modul 2:** Dienstag, 8. Mai, und Dienstag, 15. Mai 2001, 13.30 bis 17.00 Uhr
Ort:	Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich
Kosten:	Fr. 180.– pro Modul; beide Module zusammen Fr. 320.–

Hinweis:
Wir empfehlen den ganzen Kurs zu besuchen. Das Modul 1 kann jedoch unabhängig vom Modul 2 besucht werden und umgekehrt.

PC-Kurs für Frauen! Textverarbeitung Word 97 und Einblick ins Internet

Der PC ist für sehr viele Arbeitsplätze ein nicht mehr wegzudenkendes Hilfsmittel. Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse, die für Ihre Individuelle PC-Anwendung im Alltag nützlich und hilfreich sind. Sie haben zudem die Möglichkeit, in die «Geheimnisse» des Internets einzutauchen.

Datum/Zeit:	Mittwoch, 9. Mai 2001, 8.30 bis 17.00 Uhr
Ort:	ProDidacta, Ein Ausbildungszentrum der WISS, Förrlibuckstrasse 30, 8005 Zürich
Kosten:	Fr. 350.–

Leben mit einer chronischen Krankheit

Chronische Krankheiten sind lange anhaltend und zwingen die betroffene Person immer wieder, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, die veränderte Lebensführung zu akzeptieren und auch mit Rückschlägen umzugehen. Sie setzen sich an diesem Kurs mit der Bedeutung einer chronischen Krankheit auseinander und erarbeiten Handlungsmöglichkeiten zur Bewältigung der Alltagsprobleme.

Datum/Zeit:	Donnerstag, 7. Juni 2001, 9.15 bis 16.30 Uhr
Ort:	Altersheim Limmat, Limmatstrasse 186, 8005 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Kinästhetik – die Lehre der Bewegungsempfindung

Kinästhetik ist ein praktisches Bewegungsmodell, um Gesundheit in jedem Lebensabschnitt zu lernen und zu verbessern. Durch aktives Auseinandersetzen mit dem eigenen Körper und den individuellen Bewegungsmöglichkeiten entdecken Sie spielerisch neue Bewegungsmuster.

Datum/Zeit:	Dienstag, 19. Juni 2001, 9.15 bis 16.30 Uhr
Ort:	Altersheim Limmat, Limmatstrasse 186, 8005 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

«Wenn du in Eile bist, dann setze dich»

Keine Zeit und viel Stress sind für die meisten Menschen zu ständigen Begleitern geworden. Der Kurs bietet Gelegenheit, inne zu halten und einen Blick auf das persönliche Wohlbefinden zu werfen.

Datum/Zeit:	Freitag, 22. Juni 2001, 9.15 bis 17.00 Uhr
Ort:	Kath. Kirchgemeindehaus St. Anton, Klosbachstrasse 36a, 8032 Zürich
Kosten:	Fr. 180.–

Lebendiges Lernen – lebenslang …

Als wichtige Anerkennungsform für freiwillig Tätige bietet Pro Senectute Kanton Zürich sorgfältige Einführung in die Aufgabe und vielseitige Weiterbildungskurse an. Die Nachfrage nach diesen Kursen im vergangenen Jahr war gross.

* Susanne Signer

Mit grossem Engagement wird in den Kursen für freiwillig Tätige diskutiert, in kleinen Gruppen kreativ neues Wissen vertieft und ausgetauscht, aber auch praktisch geübt. Die Erfahrung, dass lebendiges Lernen auch Spass macht, lässt viele Teilnehmende vergangene, vielleicht zwiespältige Schulerfahrungen vergessen. Ob in Einführungen ins Ressort der eigenen Arbeit, zur Erweiterung des Fachwissens oder bei Kursthemen, welche persönliche Betroffenheit auslösten – mal ernsthaft, mal spielerisch, verging die Zeit im Nu. Dank grossem Interesse konnten praktisch alle Kurse durchgeführt werden. Unter den Teilnehmenden waren sowohl altbekannte wie auch viele neue Gesichter dabei.

Das Lernen geht weiter – mit dem neuen Kursprogramm 2001

Zur Auswahl stehen nebst bisherigen bewährten Kursen auch neue Angebote: Mit drei verschiedenen PC-Kursen entsprechen wir dem Wunsch nach Unterstützung im Umgang mit neuzeitlichen Hilfsmitteln. Die Themen «Mut zum Abschied», «Selbständigkeit bei älteren Menschen fördern» und «Depressive Menschen verstehen» versprechen Interessantes und Nachdenkliches. «Qi Gong» als neue Erfahrung lockt zum Ausprobieren und Abschalten, oder verspüren Sie gar Lust, in einem Werkstattkurs die eigene Kreativität neu zu entdecken?

Die Wahl haben Sie – lassen Sie sich vom Angebot inspirieren!

Die Kurse sind für freiwillig Tätige bei Pro Senectute Kanton Zürich kostenlos, für externe Interessierte bewegen sich die Kurspreise zwischen Fr. 150.– und Fr. 450.–. Verlangen Sie detaillierte Unterlagen.

* Susanne Signer ist Mitarbeiterin von Pro Senectute Kanton Zürich, Abteilung Projekt- und Organisationsberatung, und Bildungsverantwortliche für freiwillig engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

“Besonders persönliche Themen haben mich angesprochen.”

Pro Senectute heute und morgen – Einblick in die Institution Pro Senectute

Sie erhalten bezüglich Auftrag und Möglichkeiten der Mitarbeit in einer Pro Senectute-Ortsvertretung einen Einblick in Strategie, Struktur und Dienstleistungen von Pro Senectute Kanton Zürich. Dabei erfahren Sie, wie Sie in einer Pro Senectute-Ortsvertretung mitwirken können.

Kurs 1: Mittwoch, 28. März, und Donnerstag, 3. Mai 2001
Kurs 2: Donnerstag, 20. September, und Donnerstag, 1. November 2001
jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Einblicke in das Alter und Altern

Teilnehmende dieses «Gerontologischen Grundlagenkurses» setzen sich mit Altersbildern, den Alterungsprozessen und dem Älterwerden im persönlichen, individuellen und gesellschaftlichen Bereich auseinander.

Kurs: Montag, 5. November, und Montag, 12. November 2001, jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr
Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Zweigstelle Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur

“Selten habe ich so gelacht in einem Kurs.”

Ressort-bezogene Kurse

Kassaführung

Sie lernen die Aufgaben der Kassierin oder des Kassiers in einer Pro Senectute-Ortsvertretung kennen.

Kurs: Dienstag, 23. Januar 2001, von 9.00 bis 12.00 Uhr

Ort: Pro Senectute-Zweigstelle Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur

Herbstsammlung

Sie lernen die verschiedenen Sammlungsarten kennen und erhalten einen Überblick, wie der administrative Ablauf im Detail funktioniert, dazu haben Sie Gelegenheit, Erfahrungen mit den anderen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern auszutauschen.

Kurs: Donnerstag, 22. März 2001, 14.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Erfahrungsaustausch Besuchsdienst

Was ist ein guter Besuchsdienst? Wir diskutieren positive und negative Eindrücke und hören von anderen, wie sie damit umgehen. Wir diskutieren Grundsatzfragen zum Besuchsdienst.

Kurs: Donnerstag, 5. April 2001, 8.00–12.00 Uhr

Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Öffentlichkeitsarbeit

Ein erfolgreiches An-die-Öffentlichkeit-Treten bedingt einige Grundsätze. In diesem Kurs lernen Sie Regeln und Hilfsmittel kennen, die den Auftritt oder die Publikationen erleichtern.

Kurs: Donnerstag, 5. Juli 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich

Veranstaltungen organisieren

Was ist bei der Planung einer Veranstaltung alles zu berücksichtigen? Wie gestalte ich ein attraktives Programm? Sie erfahren an diesem Kurs Grundsätzliches zur Organisation und erhalten neue Impulse für Planung und Durchführung, wie auch Tips und Tricks, die zum guten Gelingen betragen.

Kurs: Mittwoch, 22. August 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich

Spitex und Dienstleistungen

An diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die Kerndienste der Spitex und der ergänzenden Dienstleistungen.

Kurs: Dienstag, 6. März 2001, von 9.00–17.00 Uhr

Ort: Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich

“Weiterbildungskurse sind für mich die Entschädigung für meinen Einsatz.”

Aufbaukurse

«Sich und andere führen»

Auf dem Weg zur erfolgreichen Teamführung erfahren wir die Auseinandersetzung mit unserem Potential der Dominanz und der Kompetenz und entdecken unseren eigenen Führungsstil.

Kurs: Dienstag, 8. Mai, Mittwoch, 9. Mai und Freitag, 18. Mai 2001, jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Hotel Wartmann, Rudolfstrasse 15, 8400 Winterthur

«Von der Idee zur Tat» – Projektplanung konkret

An diesem Kurs erfahren Sie, was notwendig ist, um ein Projekt zu planen und durchzuführen. Sie lernen die wichtigsten Grundlagen zur Projektarbeit und Zusammenarbeitsformen einer Projektgruppe kennen.

Kurs: Dienstag, 28. August, Montag, 3. September, und Montag, 10. September 2001, jeweils von 9.00 bis 17.00 Uhr
Zusätzlich 2–3 Treffen zwecks Erfahrungsaustausches während des Projekts.

Ort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich

Weiterbildungskurse

Umgang mit Geld

Sie setzen sich mit Ihrer finanziellen Situation auseinander und erfahren, wie sich diese auf den Umgang mit Geld auswirkt. Sie tauschen Erfahrungen aus und entwickeln so ein vertieftes Verständnis für einen unterschiedlichen Umgang mit Geld.

Kurs: Dienstag, 27. März 2001, von 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Pro Senectute Kanton Zürich, Zweigstelle Winterthur, Brühlgartenstrasse 1, 8400 Winterthur

Selbständigkeit erhalten und fördern – «des Guten zuviel?»

Wann ist es des Guten zuviel und warum? Zwischen verwöhnen oder Selbständigkeit fördern gibt es einen dritten Weg, den der aktivierenden Hilfe. Aktivierung ist eine Frage der Grundhaltung, mit der wir uns an diesem Kurstag auseinandersetzen.

Kurs: Dienstag, 19. Juni 2001, von 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich

Einführung in die Textverarbeitung

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Grundkenntnisse, die für Ihre individuelle PC-Anwendungen im Alltag nützlich und hilfreich sind. Sie lernen Schritt für Schritt die wichtigsten Funktionen im Programm Word 97/2000 kennen.

Kurs: Freitag, 4. Mai 2001, von 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Prodidacta, ein Ausbildungszentrum der WISS, Förrlibuckstrasse 30, 8005 Zürich

Miteinander kommunizieren – Kommunikationswerkstatt

An diesem Kurs stehen Sie und ihr persönliches Kommunikationsanliegen im Zentrum. Anhand von konkreten Situationen betrachten wir schwierige Gesprächssituationen und erarbeiten Lösungsideen.

Kurs: Mittwoch, 25. April 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Zentrum Klus, Asylstrasse 130, 8032 Zürich

Kreativität und Lebensfreude

Kreativität ist eine Gabe, mit der nicht nur Künstler ausgestattet sind. In diesem Kurs machen wir uns auf die Suche nach unseren verborgenen Potentialen und erwecken das spielende Kind in uns.

Kurs: Freitag, 21. September 2001, 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Hotel Wartmann, Rudolfstrasse 15, 8400 Winterthur

«Wenn du in Eile bist, dann setze dich»

Wer leidet heutzutage nicht an Stress? Wir nehmen uns einen Tag Zeit, um innezuhalten und einen Blick auf unser Gesundheitsverhalten zu werfen. Stress bewältigen – Gesundheit fördern.

Kurs: Freitag, 15. Juni 2001, von 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Kirchgemeindehaus St. Anton, Klosbachstrasse 36a, 8032 Zürich

Übergänge – Entwicklungsaufgaben im Lebenszyklus

Jeder Mensch ist im Verlauf seines Lebens mit verschiedenen Veränderungen und neuen Aufgaben konfrontiert. Jede Veränderung bringt es mit sich, etwas loszulassen oder zu verlieren. An diesem Kurs beschäftigen wir uns damit, wie wir selber solche Übergänge gemeistert haben und wie wir andere dabei unterstützen können.

Kurs: Montag, 29. Oktober 2001, 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Hotel Wartmann, Rudolfstrasse 15, 8400 Winterthur

Depressive Menschen verstehen – «den Schleier lüften»

Menschen mit depressiven Stimmungen zu begleiten, ist immer wieder eine Herausforderung an uns selbst. In diesem Kurs versuchen wir, Verhaltensweisen zu finden, um solche Begegnungen zu gestalten und zu ertragen.

Kurs: Donnerstag, 13. September 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Altersheim Pfrundhaus, Leonhardstrasse 18, 8001 Zürich

Mut zum Abschiednehmen, Loslassen

Dieser Kurs will das Spüren für die Trauer wecken und zu einem verständnisvollen Umgang mit ihr führen. Gemeinsam werden hilfreiche Verhaltens- und Vorgehensweisen im Zusammensein mit leidgeprüften Menschen besprochen.

Kurs: Mittwoch, 28. Februar 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Pfarreizentrum Liebfrauen, Weinbergstrasse 36, 8006 Zürich

Fortsetzungskurs Word 97/2000 – Tips & Tricks

Sie arbeiten bereits mit Word 97/2000 und haben Erfahrungen damit gemacht. In diesem Kurs möchten wir Ihnen einige «Spezialitäten» von Word näher bringen sowie Einladungen, Flyer etc. mit Word-Art und Clip-Art gestalten.

Kurs: Mittwoch, 22. August 2001, 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort: Prodidacta, ein Ausbildungszentrum der WISS, Förrlibuckstrasse 30, 8005 Zürich

Detailprogramme

sind erhältlich bei:

Pro Senectute Kanton Zürich
Abteilung Bildung
Evelyne Schneider, Forchstrasse 145
Postfach, 8032 Zürich
Telefon 01/ 421 51 51

E-Mail:
evelyne.schneider@zh.pro-senectute-ch

«Schnuppern im Internet» für Einsteiger

«Was Sie schon immer über das Internet wissen wollten.» Einsteigerinnen und Einsteiger lernen die verschiedenen Möglichkeiten von diesem vielschichtigem Netz kennen und nutzen sowie Dienstleistungsangebote gezielt und effizient suchen.

Kurs: Mittwoch, 27. Juni 2001, von 13.30 bis 17.00 Uhr

Ort: Prodidacta, ein Ausbildungszentrum der WISS, Förrlibuckstrasse 30, 8005 Zürich

Qi Gong

Qi Gong ist eine uralte umfassende Gesundheitsmethode, die ihren Ursprung in der traditionellen chinesischen Heilkunde hat. Qi-Gong-Übungen sind einfach zu lernen und wirken nährend für Körper, Seele und Geist.

Kurs: Donnerstag, 8. November 2001, von 9.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Kirchgemeindehaus St. Anton, Klosbachstrasse 36a, 8032 Zürich

„Die Methodenvielfalt und die kompetente Vermittlung von Fachwissen haben mich beeindruckt."