

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2019)
Heft: 1

Rubrik: Agenda

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

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

AB 14. APRIL

Tanzfreunde Luzern

Auch 2019 das Tanzbein schwingen
Im Hotel Schweizerhof finden auch 2019 von 14 bis 17 Uhr (Türöffnung 13 Uhr) Tanznachmittage der Tanzfreunde Luzern statt. Eintritt jeweils 20 Franken.
■ Termine: **14. April** Duo Hall, **5. Mai** Duo Romantica, **16. Juni** Gabriela & Jack, **15. September** Duo Romantica, **13. Oktober** Duo Hall, **3. November** Gabriela & Jack.

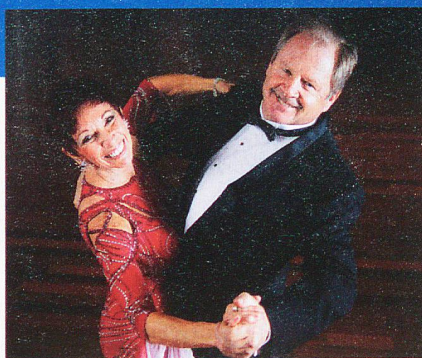
30. APRIL – LUGA

«Geistig und körperlich fit bleiben»

Kommen Sie vorbei und machen Sie aktiv mit – am Stand von Pro Senectute Kanton Luzern an der LUGA vom Dienstag, 30. April. Zu jeder vollen Stunde (ab 11 Uhr) mit der Kampagne «sicher stehen – sicher gehen» und zu jeder halben Stunde (ab 10.30 Uhr) mit «Trommeln – Rhythmus erleben».

Ein Booklet zum Mitnehmen mit Übungen für zu Hause gibt Ihnen mehr Sicherheit im Alltag. Gleichzeitig erfahren Sie viel Wissenswertes rund um alle Kurse von Bildung+Sport von Pro Senectute Kanton Luzern (s. Inserat Seite 36). Mit dem Gutschein (s. Inserat Seite 37) erhalten Sie CHF 5.– Vergünstigung auf den Eintritt.

■ LUGA, Dienstag, 30. April, von 10 Uhr bis 18 Uhr, Foyer, Halle 1/2.



30. APRIL – LUGA

Tanznachmittag

Schwingen Sie am Nachmittag von 15 bis 18 Uhr nach Herzenslust das Tanzbein zu bekannten Rhythmen beim Tanznachmittag. Es spielt in der Halle 15, Restaurant «Dorfplatz», das Tanzorchester Giacomo & Friends (em. Churchmice).

■ Mit dem Gutschein (s. Inserat Seite 37) erhalten Sie CHF 5.– Vergünstigung auf den Eintritt.



AB 7. MAI

«Bewegter Sommer 2019»

Öffentliches Tai-Chi in Luzern und Sursee

Nach der erfolgreichen Durchführung im 2018 haben die Trägerorganisationen Stadt Luzern, Kantonale Gesundheitsförderung und Pro Senectute Kanton Luzern entschieden, die Veranstaltungsreihe auf dem «Inseli» auch in diesem Jahr wieder durchzuführen.

Mit Thai-Chi und Qigong trainieren Sie Ihre Standfestigkeit, das innere und äussere Gleichgewicht und fördern Ihre Koordination und Konzentrationsfähigkeit bis ins hohe Alter.

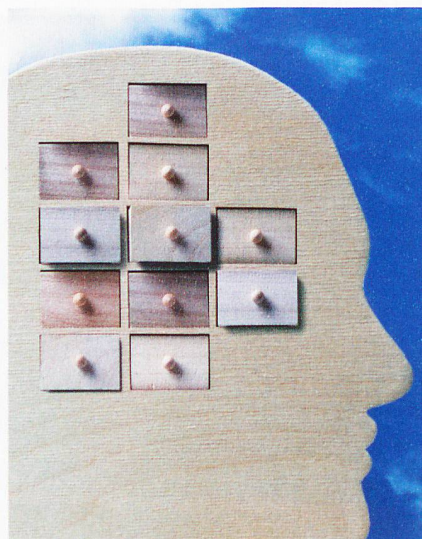
■ Startanlass Luzern: Dienstag, 7. Mai 2019, 9 Uhr. Danach bis zum 17. September am Dienstag von 9 bis 9.50 Uhr. Ort: «Inseli» Luzern (schönes Wetter), unter dem KKL-Dach Luzern (bei schlechtem Wetter).

Leitung: Cornelia Vogel oder Maria Hochstrasser, Lehrerinnen für Thai Chi und Qi Gong sowie Vertretungen.

■ Startanlass Sursee: Mittwoch, 15. Mai, 9 Uhr. Danach bis zum 18. September jeweils am Mittwoch von 9 bis 9.50 Uhr. Ort: Ehret Park, mitten in Sursee. Bei schlechtem Wetter in der alten Mensa, Sursee.

Leitung: Maria Hochstrasser, Lehrerin für Thai Chi und Qi Gong sowie Vertretungen.

■ Informieren Sie sich über weitere Thai-Chi- und Qigong-Kurse bei Bildung+Sport von Pro Senectute Kanton Luzern unter www.lu.prosenectute.ch oder Telefon 041 226 11 99.



11. MAI – MARKTPLATZ 60PLUS «Aufräumen» am Marktplatz 60plus

Sich engagieren, sich einbringen, mitreden – das ist ein Anliegen vieler älterer Menschen in unserer Gesellschaft. Auch dieses Jahr findet in der Kornschütte im Luzerner Rathaus der Marktplatz 60plus statt. Mehr als 30 Institutionen zeigen an

TREUHAND- UND STEUERERKLÄRUNGSDIENST

JETZT TERMIN VEREINBAREN

Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung



Das Ausfüllen der Steuererklärung ist nicht immer einfach. Steuerfachpersonen von Pro Senectute Kanton Luzern helfen Menschen im AHV-Alter beim Ausfüllen.

Welche Abzüge und welche Einsparungen können auch im AHV-Alter vorgenommen werden? Erfahrene Steuerfachpersonen von Pro Senectute Kanton Luzern beraten, helfen und unterstützen Sie beim Ausfüllen der Steuererklärung – diskret und kompetent. Vereinbaren Sie einen Termin oder senden Sie die Steuer-

unterlagen an eine der nachfolgenden Adressen. Die Beratungen finden in Luzern, Emmen, Willisau, Sursee und Hochdorf statt. Die Termine für persönliche Besprechungen werden vorgängig telefonisch vereinbart. Die Preise für das Ausfüllen der Steuererklärung sind abhängig vom Reinvermögen. Die Fachpersonen unterstehen der beruflichen Schweigepflicht.

Beratungsstelle Luzern Stadt/ Luzern-Land

■ Maihofstrasse 76, 6006 Luzern,
Tel. 041 319 22 80,
E-Mail: steuern@lu.prosenectute.ch

Beratungsstelle Emmen

■ Gerliswilstrasse 63, 6020 Emmenbrücke, Tel. 041 268 60 90,
E-Mail: emmen@lu.prosenectute.ch

Beratungsstelle Willisau

■ Menzbergstrasse 10, 6130 Willisau,
Tel. 041 972 70 60,
E-Mail: willisau@lu.prosenectute.ch

Treuhand – Rundum-sorglos-Paket

Fachpersonen des Treuhanddienstes von Pro Senectute Kanton Luzern erledigen die gesamten finanziellen und administrativen Arbeiten: Zahlungsverkehr, Rückerstattungsanträge an Krankenkassen, Korrespondenz mit Ämtern und Versicherungen, Steuererklärung und vieles mehr – auf Wunsch auch zu Hause.

■ Weitere Auskünfte zum Treuhanddienst erhalten Sie unter Telefonnummer 041 226 19 70.

ihren Marktständen, wo freiwillige Mitarbeit von Seniorinnen und Senioren gefragt ist. Besuchen Sie den Stand von Pro Senectute Luzern!

■ Marktplatz 60plus, Kornschütte, Samstag, 11. Mai, von 9 bis 17 Uhr.

16. BIS 26. MAI

«Wie viel ist zu viel?»

Dialogwoche zum Thema Alkohol

Vom Donnerstag, 16., bis Sonntag, 26. Mai, findet auch im Kanton Luzern die Dialogwoche Alkohol statt. Es

werden diverse Veranstaltungen lanciert, die sich an die Gesamtbevölkerung oder spezifische Zielgruppen (Jugendliche, Mitarbeitende, Kundinnen, Senioren, Patientinnen

usw.) richten. Ziel der Dialogwoche Alkohol ist es, die Diskussion über das Thema Alkohol zu fördern.

■ Weitere Infos zu den Veranstaltungen: www.alcohol-facts.ch



15. BIS 23. JUNI

Aktionswoche Asyl

«Wenn viele kleine Leute an vielen kleinen Orten viele kleine Dinge tun, können sie das Gesicht der Welt verändern.» (Afrikanisches Sprichwort)

Der «runde Tisch Asyl», bei welchem unter anderem Pro Senectute Kanton Lu-

zern mitwirkt, und dessen Initianten, die drei Landeskirchen sowie das Gesundheits- und Sozialdepartement, rufen auch heuer zur Aktionswoche Asyl auf. Diese findet vom 15. bis 23. Juni unter dem Motto «Fremde sein – Freunde werden» statt und hat zum Ziel, die Luzerner Bevölkerung anzuregen, sich vertieft, sachlich und respektvoll mit den Themen Flucht und Asyl auseinanderzusetzen.

Interessierte Luzernerinnen und Luzerner erfahren an kulturellen, sportlichen, kulinarischen und informativen Anlässen mehr über das Thema Asyl sowie über Herkunft, Kultur und Alltag von Menschen mit Asyl- und Flüchtlingshintergrund. Durch die Begegnung von Einheimischen mit Menschen aus dem Asyl- und Flüchtlingsbereich soll das gegenseitige Verständnis weiter gefördert werden. Geplant sind verschiedene und gemeinsame Aktivitäten von Gemeinderat, Kirchen, Frauenorganisationen, Pfadi, Jungwacht und Blauring, Schulen und Vereinen.

■ Aktuelle Auskünfte und Sachinformationen: www.lu.ch/asylwoche



Testen Sie unverbindlich und kostenlos die neuesten Hörgerätemodelle.

Hörzentrum Schweiz – Ihrem Gehör zuliebe.

Gutschein

- Hörtest und Beratung
- Probetragen
- Optimierung jedes Hörgerätes



Maihofstrasse 95A, 6006 Luzern, 041 420 71 91, hzs.ch

HÖRZENTRUM



SCHWEIZ
LUZERN

Pro Senectute **INFO**



**PRO
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

Daten 2019
Do, 13. Juni
Di, 29. Oktober
jeweils 18.30 bis
20.30 Uhr

«Vorsorge im Alter»

Vorausdenken und selber entscheiden

Informationen rund um Finanzen und Vorsorgedokumente sowie die Rolle und Aufgabe der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB

Auditorium CH Medien, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

RAIFFEISEN

Informationen und Anmeldung
(Eintritt 10.-- inkl. Apéro/Vorortkasse):
041 226 11 88 · event@lu.prosenectute.ch

Kanton Luzern
lu.prosenectute.ch

agenda

19. März, Pro Senectute **TAGUNG**

JETZT ANMELDEN

«Räumlich und mental loslassen – für mehr WOHNqualität im Alter?»

Im Verlaufe der verschiedenen Lebensphasen verändern sich die Bedürfnisse der Menschen – so auch die Wohnbedürfnisse. Im dritten und vierten Lebensabschnitt werden Wohnungen und Wohnort häufig zum Lebensmittelpunkt.

Das heisst womöglich Trennung von der vertrauten Umgebung, Loslassen von Gewohnheiten und Liebgewonnenem. Beim Wechsel von äusseren Räumen begegnen wir auch Erinnerungen und der Aufgabe, Ordnung zu schaffen.

■ An der Pro Senectute **TAGUNG** am Dienstag, 19. März, im Paraplegiker-Zentrum Nottwil (14 bis 17.30 Uhr) werden in Fachreferaten und in einem Podiumsgespräch verschiedene Perspektiven beleuchtet und diskutiert.

Programm

■ 14 Uhr Begrüssung: Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern

■ Ab 14.10 Uhr Referate: «Räumlich loslassen – wann ist der richtige Zeitpunkt?» von Charles Hirschi, Experte für Wohnen im Alter; «Physisch loslassen – Raum schaffen» von Selim Tolga, dipl. Aufräumcoach und Ordnungsexperte; «Lebens(t)räume – Übergänge im Alter» von Dr. phil. Marie-Luise Hermann, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP.

■ 16.30 Uhr Podiumsgespräch unter der Moderation von Kurt Bischof. Anschliessend Apéro.

Anmeldung: E-Mail fachtagung@lu.prosenectute.ch; Tel. 041 226 11 88. Kosten: CHF 50.– inkl. Apéro.



Referent Selim Tolga, dipl. Aufräumcoach und Ordnungsexperte, bekannt aus der Dok-Sendung «Minimalismus».

13. Juni und 29. Oktober, Pro Senectute **INFO**

JETZT ANMELDEN

«Vorsorge im Alter» – Vorausdenken und selber entscheiden

Am Donnerstag, 13. Juni, und Dienstag, 29. Oktober, lädt Pro Senectute Kanton Luzern im Zusammenarbeit mit Raiffeisen und der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB zur Infoveranstaltung «Vor-

sorge im Alter – Vorausdenken und selber entscheiden» mit Referaten ein.

■ Die Veranstaltung (18.30 bis ca 20.30 Uhr, Türöffnung 18 Uhr) findet im Auditorium CH Media, Maihofstrasse 76, 6006

Luzern statt. Informationen und Anmeldung: E-Mail: event@lu.prosenectute.ch; Tel. 041 226 11 88.

■ Eintritt: CHF 10.– (Vorortkasse), Platzzahl beschränkt (s. Inserat Seite 28).



VERANSTALTUNGSREIHE IM ACHTEN JAHR

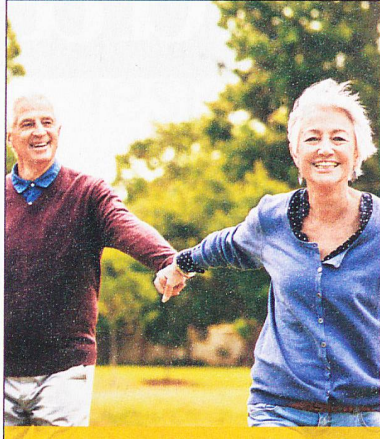
Gsond ond zwäg

Die vom Luzerner Kantonsspital und Pro Senectute Kanton Luzern präsentierte Vortragsreihe «Gsond ond zwäg is Alter» vermittelt auch im laufenden Jahr viel Wissenswertes zu aktuellen Gesundheitsthemen.

An sechs Abendanlässen werden jeweils an einem Dienstag von 18.30 bis 20 Uhr interessante Referate mit anschliessendem Apéro angeboten. In anschaulicher und auch für den medizinischen Laien gut verständli-

cher Vortragsweise referieren erfahrene Spezialistinnen und Spezialisten zu ausgewählten Themen. Nach den Referaten bleibt noch Zeit für Fragen und Diskussionen.

■ Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen: Pro Senectute Kanton Luzern, Telefon 041 226 11 88, www.lu.prosenectute.ch, www.luks.ch



Öffentlicher Vortrag, «Gsond ond zwäg is Alter»



Strahlentherapie bei gutartigen Erkrankungen – eine wirksame Therapie

Dienstag, 11. Juni 2019
18.30 bis 20.00 Uhr
 Hörsaal, LUKS Luzern

Referent: Dr. med. Timothy Collen, Co-Chefarzt Radio-Onkologie
 Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Platzzahl ist beschränkt. Nach dem Vortrag wird ein Apéro offeriert.

Luzerner Kantonsspital
 info@luks.ch | www.luks.ch/veranstaltungen | 041 205 11 11

In Kooperation mit **PRO SENECTUTE**
 GEMEINSAM STÄRKER



Ein Haus mit herzlicher Atmosphäre

Fantastische Lage. Herzliche Gastlichkeit. Pflegerische Kompetenz. Das Kurhaus Seeblick in Weggis ist der perfekte Ort für eine Auszeit.

Hier fühlen Sie sich rundum wohl. Das Kurhaus Seeblick in Weggis verbindet den Komfort eines modernen Hotels mit der familiären Atmosphäre einer gemütlichen Pension. Schöne und stilvoll renovierte Hotelzimmer mit Balkon bieten ein wohnliches Ambiente und einen herrlichen Blick über den Vierwaldstättersee. Eine feine Küche mit regionalen Produkten, ein gepflegter Hotelgarten, gemütliche Räume, Terrassen und Winkel: Im Seeblick können Sie wunderbar entspannen.

Gut ausgebildetes Personal betreut die Gäste und bietet bei Bedarf fachkundige Pflege und Spitex-Leistungen.

Gönnen Sie sich eine Auszeit im Kurhaus Seeblick. Lassen Sie sich verwöhnen und geniessen Sie die traumhaft schöne Gegend um Weggis! Unser Wohlfühl-Paket für 3 oder 5 Tage mit Halbpension und Gratis-Eintritt in eine Wellnessanlage gibt's bereits ab Fr. 489.- pro Person.

Kurhaus Seeblick
 Baumenweg 20, CH-6353 Weggis
 T +41 (0)41 392 02 02
 reservation@kurhaus-seeblick.ch
 www.kurhaus-seeblick.ch



Akupunktur bei Augenleiden

Augenleiden wie z.B. **Makuladegeneration, Grüner Star, Grauer Star** (im Anfangsstadium), **Retinitis pigmentosa** werden seit Jahren mit Akupunktur (Prof. Boel/Dahlgren) therapiert.

Die degenerativen Prozesse können leider nicht rückgängig gemacht werden. Der **Erhalt der Sehfähigkeit** und die damit verbundene Lebensqualität stehen im Fokus. Die Wirkung der Therapie ist unterschiedlich, einige meiner Patienten zeigten eine Verbesserung, bei anderen konnte der Krankheitsverlauf verlangsamt oder gestoppt werden.

Bitte melden Sie sich telefonisch an für einen unverbindlichen Beratungstermin.

TCM Praxis Martin Geisseler, Sempacherstrasse 20, 5003 Luzern, 041 210 00 02

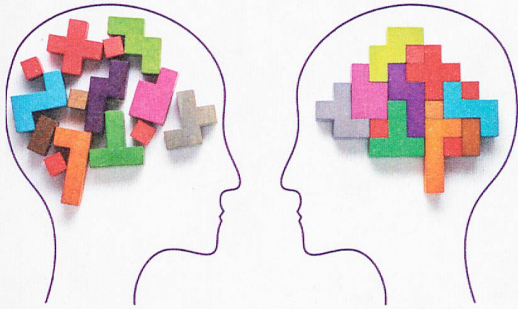
傳統
中藥
安祥

agenda

Pro Senectute **IMPULS**

JETZT ANMELDEN

«LebensgeWOHNheiten – loslassen, entrümpeln, im Leben aufräumen»



Loslassen fällt oft schwer – egal, ob materiell oder mental. Etwas wegzugeben und von Liebgewonnenem Abschied zu nehmen, ist meist mit Emotionen verbunden. Liegt Entrümpeln im Trend? Müssen wir unser Konsumverhalten ändern? Be-

nötigen wir eine Veränderung, um unsere Gedanken wieder zu ordnen? Nach szenischen Darstellungen durch den «TheaterKoffer Luzern» diskutieren anschließend Fachpersonen über das Loslassen, Entrümpeln und Aufräumen im Leben.

Programm:

- Begrüssung: Ruedi Fahrni, Geschäftsführer Pro Senectute Kanton Luzern
- Szenische Darstellung von Alltagssituationen durch den «TheaterKoffer Luzern» zum Thema «LebensgeWOHNheiten loslassen, entrümpeln, im Leben aufräumen». Podiumsdiskussion mit Fachpersonen (Selim Tolga, Aufräumcoach, Mönchaltorf, bekannt aus der DOK-Sendung «Minimalismus»; Roger

Seuret, Diakon, Altshofen (ohne Ebikon); Beat Hänni, em. Pfarrer, St. Erhard (in Ebikon), Bernadette Kurmann, ehem. Journalistin, Ebikon; Theres Studer, astrophysikalische Psychologie, Ruswil.

- Montag, 25. März, 14 Uhr, Pfarreiheim Sursee
- Dienstag, 2. April, 11.30 Uhr, Pfarreiheim Schüpfheim (mit Mittagessen)
- Dienstag, 11. Juni, 14 Uhr, Pfarreiheim Ebikon
- Dienstag, 12. November, 14 Uhr, Zentrum St. Martin Hochdorf
- Eintritt: CHF 10.– (Schüpfheim CHF 30.–, mit Mittagessen)
- Anmeldung bis 1 Woche vor der Veranstaltung, ov@lu.prosenectute.ch, Telefon 041 226 11 85 (s. Seite 20).

4. April, Pro Senectute **TALK**

Kartenverkauf KKL

«Lebensaben(d)teuer – WOHNEN heute und morgen»



Sich zu Hause fühlen, selbstbestimmt den Tagesablauf gestalten, Freundschaften pflegen – wir wollen auch den dritten und vierten Lebensabschnitt geniessen. Sind wir bereit, uns auf ein weiteres Lebensaben(d)teuer einzulassen? Individuelles Wohnen im Alter – Traum oder Realität? Benötigen wir neue Wohnformen?

- Moderator Kurt Aeschbacher diskutiert beim Pro SenectuteTALK am Donnerstag, 4. April, im Konzertsaal des KKL

(von 17 bis 19.30 Uhr) diese und weitere Fragen mit **Heidi Maria Glössner** (Film- und Theaterschauspielerin), **Franco Knie** (Zirkusdirektor), **Hanspeter Latour** (Fussballtrainer und Fussballexperte) sowie **Erika Stutz** (Geschäftsführerin «Residio» in Hochdorf). Musikalische Unterhaltung: Ueli Schmeizer und MatterLive mit dem musikalischen Erbe von Mani Matter.

- Eintritt: CHF 35.–.
- Nummerierte Eintrittskarten erhalten Sie beim KKL (s. Inserat S. 2).



Wir sind umgezogen
NEU: Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

Neue Adresse Geschäftsstelle Pro Senectute Kanton Luzern

Die Geschäftsstelle von Pro Senectute Kanton Luzern ist an die Maihofstrasse 76 in 6006 Luzern umgezogen. Die Sozialberatung und der Steuerklärungsdienst befinden sich seit einem Jahr ebenfalls an dieser Adresse. Die Beratungsstellen Emmen und

Willisau bleiben an Ihren Standorten. Bildung+Sport (inklusive Kurse), Alltags- und Umzugshilfen sowie der Treuhanddienst bleiben unverändert an der Habsburgerstrasse 26. Auch das Pro-Senectute-Kurszentrum bleibt an der Habsburgerstrasse 22.

Diese Abteilungen starten ihren Betrieb an der Maihofstrasse 76 erst ab dem 1. Januar 2020. Der neue Pro-Senectute-Standort ist gut erreichbar (Bushaltestelle Maihofmatte-Rotsee, Linie 1, sieben Min. ab Bahnhof Luzern oder Besucherparkplätze).