

# ins i e m e

Zürcher Oberland

2024



## SENIOREN- AUSFLÜGE



FÜR SENIOREN UND SENIORINNEN AB 50 JAHREN



Michael Schneebeili,  
Sachbearbeiter

## Impressum

Das Programmheft für die Seniorenausflüge erscheint einmal pro Jahr.

## Kontaktadresse:

insieme Zürcher Oberland  
Geschäftsstelle  
Freiestr. 29a  
8610 Uster

Telefon 044 944 85 55

E-Mail: [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)

Homepage:  
[www.insiemezo.ch](http://www.insiemezo.ch)

# Wichtig zu wissen:

In dieser Broschüre sind Veranstaltungen und Ausflüge speziell für Senioren ausgeschrieben.

Es können sich alle Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung im Alter ab 50 Jahren anmelden. Eine Mitgliedschaft im Verein insieme Zürcher Oberland ist dazu nicht nötig.

Sie werden bei unseren Anlässen ab dem Treffpunkt von Freiwilligen begleitet und betreut.

Wir bieten keinen Fahrdienst an.

### **Anmeldung:**

Sie müssen sich spätestens 1 Woche vor der Veranstaltung anmelden.

Sie können sich telefonisch oder per E-Mail bei insieme Zürcher Oberland anmelden. Wir bitten um Mitteilung, ob Sie allein oder mit einer Begleitperson kommen werden.

### **Mitnehmen:**

Sofern vorhanden: Begleiterkarte, General- oder Halbtax-Abo oder ZVV-Karte.

Falls nötig, Medikamente.

Teilnehmerbeitrag in bar plus Taschengeld.

### **Was noch?**

Verabschieden Sie sich immer nach der Veranstaltung bei Ihren Begleitpersonen, damit sich die Helfenden keine Sorgen um Sie machen müssen.

Viel Spass bei unseren Veranstaltungen!

## Gut zu wissen:

### Senioren-Treff

Jeden ersten Donnerstag im Monat gibt es einen Seniorennachmittag im Treff. Einfach anmelden, um einen gemütlichen Nachmittag bei insieme Zürcher Oberland zu verbringen.



Dieser Anlass findet jeweils von 14.00 - 17.00 Uhr im Treff-Lokal in Uster statt (Freiestrasse 29A, 8610 Uster).

An diesen Nachmittagen wird gesungen, gemalt und gespielt. Selbstverständlich bleibt auch noch Zeit für einen Zvieri.

Bitte melden Sie sich zur Teilnahme am Senioren-Treff telefonisch an unter 044 944 85 55.

## AGENDA

### SENIORENAUSFLÜGE 2024

WANN?	WAS?	S.
Donnerstag 22. Februar	Besuch der Igelstation Hinwil	4
Donnerstag 18. April	Besuch der Gärtnerei Meier in Dürnten	4
Donnerstag 20. Juni	Besichtigung Naturzentrum Pfäffikersee	5
Donnerstag 26. September	Ausflug auf die Insel Ufenau	5
Donnerstag 19. Dezember	Weihnachtsmarkt Rapperswil	6



## Besuch der Igelstation Hinwil

**22. Februar 2024**

**Hinwil**

### **Kosten**

Fr. 10.- Teilnehmerbeitrag  
(Zvieri inbegriffen)  
Zugbillet auf eigene Kosten

### **Anmeldung**

Anmeldetalon Nr. 1

### **Treffpunkt**

Uster & Wetzikon

Details folgen in der Anmelde-  
bestätigung

Was essen Igel eigentlich? Wie gross sie werden?  
Wie stachelig sind die Stacheln? Diese und  
mehr Fragen werden in der Igelstation Hinwil  
beantwortet und natürlich kann man ganz viele  
Igel sehen.

**ACHTUNG: Nicht barrierefrei. Ein Zugang mit  
Rollator oder Rollstuhl ist hier nicht möglich.**

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: Fr. 10.- pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 7 ausfüllen und  
an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich  
auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



## Besuch der Gärtnerei Meier

**18. April 2024**

**Dürnten**

### **Kosten**

Fr. 10.- Teilnehmerbeitrag  
(Zvieri inbegriffen)  
Zugbillet auf eigene Kosten

### **Anmeldung**

Anmeldetalon Nr. 2

### **Treffpunkt**

Uster

Details folgen in der Anmelde-  
bestätigung

Die Blumen blühen. Es ist Frühling. Die schönste  
Blumenpracht kann man auf Wiesen sehen und  
natürlich im Gartencenter. Die grosse Gärtnerei  
Meier in Dürnten bietet sich besonders an. Hier  
gibt es viel zu sehen.

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: Fr. 10.- pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 8 ausfüllen und  
an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich  
auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



## Naturzentrum Pfäffikersee

**20. Juni 2024**

**Pfäffikon**

### **Kosten**

Fr. 10.- Teilnehmerbeitrag  
(Zvieri inbegriffen)  
Zugbillet auf eigene Kosten

Vögel zwitschern, Insekten summen, die Blumen schaukeln im Wind. Das Naturzentrum am Pfäffikersee schenkt uns ein fast schon musikalisches Erlebnis. Da möchte man doch gleich mit einstimmen und ein Lied trällern.

### **Anmeldung**

Anmeldetalon Nr. 3

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: Fr. 10.- pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

### **Treffpunkt**

Uster

Details folgen in der Anmeldebestätigung

Bitte die Anmeldung auf Seite 9 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



## Ausflug auf die Insel Ufenau

**26. September 2024**

**Ufenau**

### **Kosten**

Fr. 10.- Teilnehmerbeitrag  
(Zvieri inbegriffen)  
Zugbillet auf eigene Kosten

Eine Insel - nicht mit zwei Bergen, aber dafür mit Blick auf die Berge. Die Insel Ufenau liegt mitten im Zürichsee. Eine Brücke gibt es nicht. Man erreicht die Insel nur per Schiff. Was für ein Abenteuer!

### **Anmeldung**

Anmeldetalon Nr. 4

Uhrzeit: 13:30 - 17:00 Uhr

Kosten: Fr. 10.- pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

### **Treffpunkt**

Rapperswil

Details folgen in der Anmeldebestätigung

Bitte die Anmeldung auf Seite 10 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.



# Weihnachtsmarkt

**19. Dezember 2024**     **Rapperswil**

Unweit vom Zürcher Oberland liegt Rapperswil. Gerade zur Weihnachtszeit ist die Stadt besonders schön. Die festliche Beleuchtung in den alten Gassen gibt das richtige Weihnachtsgefühl. Deshalb lohnt sich ein Ausflug zum Christkindlimärt ganz besonders. Wir freuen uns, Weihnachten in Rapperswil mit vielen Teilnehmenden einzuläuten.

## Kosten

Fr. 10.- Teilnehmerbeitrag  
(Zvieri inbegriffen)

Zugbillet auf eigene Kosten

## Anmeldung

Anmeldetalon Nr. 5

## Treffpunkt

Rapperswil

Details folgen in der Anmelde-  
bestätigung

Uhrzeit: 13:30 - 16:30 Uhr

Kosten: Fr. 10.- pro Person

Bitte das Geld in bar mitnehmen.

Bitte die Anmeldung auf Seite 11 ausfüllen und an insieme ZO senden. Natürlich darf man sich auch gerne per E-Mail oder telefonisch melden.

Anmeldetalon Nr. 1

## Igelstation Hinwil

**Donnerstag, 22. Februar 2024**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Handy-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Betreuungshinweise / Allergien: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Einsenden bis 7. Februar 2024 an:  
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster  
oder per E-Mail an [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 2

## Gärtnerei Meier in Dürnten

**Donnerstag, 18. April 2024**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Handy-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Betreuungshinweise / Allergien: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Einsenden bis 28. März 2024 an:  
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster  
oder per E-Mail an [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 3

## Naturzentrum Pfäffikersee

**Donnerstag, 20. Juni 2024**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Handy-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Betreuungshinweise / Allergien: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Einsenden bis 30. Mai 2024 an:  
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster  
oder per E-Mail an [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 4

## Insel Ufenau

**Donnerstag, 26. September 2024**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Handy-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Betreuungshinweise / Allergien: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Einsenden bis 5. September 2024 an:  
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster  
oder per E-Mail an [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

Anmeldetalon Nr. 5

## Weihnachtsmarkt Rapperswil

**Donnerstag, 19. Dezember 2024**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Handy-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Betreuungshinweise / Allergien: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Einsenden bis 28. November 2024 an:  
insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, 8610 Uster  
oder per E-Mail an [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
oder telefonisch unter 044 944 85 51.

Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass während der Veranstaltung aufgenommene Fotos und Videos von uns eventuell für Drucksachen, Internet und Presse verwendet werden. Wenn wir von Ihnen bei der Anmeldung keine anderslautende Rückmeldung erhalten, gehen wir davon aus, dass Sie mit diesem Vorgehen einverstanden sind.

insieme Zürcher Oberland setzt sich seit 1962 für die Interessen und Förderung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung ein. Wir erreichen mit rund 1'000 Veranstaltungen 1'000 Betroffene und ihre Familien im Zürcher Oberland.



**Sport**  
Fussball, Schwimmen,  
Ball sport, Turnen, Reiten



**Kultur**  
Chor, Movers, Theater,  
Volkstanz



**Ferien**  
Ferien- und Kurswochen,  
Wochenenden, Städtereisen



**Beratung**  
Sozialberatung,  
Sorgentelefon



**Ausflüge**  
Freizeit- und Seniorennachmittage,  
Waldertreff, Disco, Plausch



**Weiterbildung**  
Kurse, Foren



**Freizeit-Treff**  
Treff-Lokal Uster,  
mobile wunderBar



**Netzwerk**  
Regional, Kanton Zürich,  
Schweiz

## Interesse an einem unserer Angebote?

Alle Informationen finden Sie auf [www.insiemezo.ch](http://www.insiemezo.ch) oder in den Broschüren, die wir regelmässig versenden. Wenn Sie künftig unsere Informationen per Post erhalten möchten oder insieme ZO unterstützen möchten, melden Sie sich bei uns. Für Teilnahmen an Sport- und Kulturangeboten und für Freiwilligenarbeit bei insieme Zürcher Oberland ist Schnuppern jederzeit möglich.



insieme Zürcher Oberland  
Geschäftsstelle  
Freiestrasse 29a  
8610 Uster



Telefon: 044 944 85 55  
E-Mail: [info@insiemezo.ch](mailto:info@insiemezo.ch)  
[www.insiemezo.ch](http://www.insiemezo.ch)  
PC-Konto 80-166-4  
IBAN: CH09 0900 0000 8000 0166 4