

**Dienstag, 1. Oktober 2024 auf dem Seebacher- und Kirchenplatz**  
**INTERNATIONALER TAG DER ÄLTEREN MENSCHEN**  
Schwerpunkt 2024: DIGITALER ZUGANG FÜR ALLE ALTERS- UND BEVÖLKERUNGSGRUPPEN

10:00 Erzähl-Café

11.00 Tanz auf dem Seebacherplatz

12:00 Pilzrisotto-Essen

13:30 bis 16:00

Café & Kuchen-Bar

Digi-Café

Informationen & Austausch

VBZ Tickets lösen

Schach auf dem Kirchenplatz

Kurze Rikscha-Fahrten

**Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!**

**Netzwerk  
care kultur seebach**



Der Tag wird organisiert vom  
Netzwerk care kultur seebach



Nachbarschaft  
Zürich 

 **gzseebach**



Pfarrei Maria Lourdes  
Zürich-Seebach

**INTER**  
NATIONALHOF SEEBACH

 **Stadt Zürich**  
Soziale Dienste  
Drehscheibe Oerlikon/Seebach



## Liebe Seebacherinnen und Seebacher

Der Tag der älteren Menschen ist ein internationaler Aktionstag, der seit 1991 am 1. Oktober begangen wird. Dieses Jahr haben verschiedene Organisationen und engagierte Menschen aus Seebach für Sie ein vielfältiges Angebot zusammengestellt.

Sie sind herzlich eingeladen, ohne Anmeldung und kostenlos daran teilzunehmen.

### Programmdetails

---

**Erzähl-Café: 10:00 bis 11:00** – Kommunikation früher und heute; was sich alles verändert hat! Wer mag, kann aus der eigenen Erinnerung erzählen. Höhenring 6, Raum 2, vis à vis des Kirchenturms. Leitung Marianne Reiser.

**Gemeinsamer Tanz: 11:00** – Sie sind herzlich willkommen, auf dem Seebacher / Kirchenplatz mitzutanzten, wie es Ihnen gefällt. Leitung Brigitte Zoro, Tanz- und Bewegungskursleiterin u.a. im GZ Seebach.

**Gesund und fein: Pilzrisotto mit Salat 12:00 bis 13:30** – Für alle Menschen 60plus wird im grossen Saal der Pfarrei Maria Lourdes ein Mittagessen offeriert; genießen Sie eine gute Mahlzeit und nette Gesellschaft.

### Verschiedene Angebote ab 13:30 bis 16:00 auf dem Kirchen- & Seebacherplatz:

- **Café-Bar:** Geniessen Sie Café mit Kuchen auf dem Kirchenplatz.
- **Digi-Café:** Kommen Sie mit Ihren Fragen zu Handy- und Computernutzung. Freiwillige unterstützen Sie.
- **Information & Austausch:** "Digitaler Zugang für alle Alters- und Bevölkerungsgruppen". Teilen Sie Ihre Erfahrungen, Ihre Bedürfnisse und Wünsche mit uns!
- **VBZ-Ticket-Automat:** Hier können Sie sich mit Unterstützung von Adrian Hardmeier mit dem Lösen von Tickets via Handy oder Automat vertraut machen, allfällige Berührungsängste nehmen lassen oder Ihre spezifischen Fragen stellen.
- **Schach und andere Spiele:** Verschiedene Spiele stehen zur freien Verfügung.
- **Kurze Rikscha-Ausfahrten:** Steigen Sie ein und geniessen Sie eine Fahrt im Fahrradtaxi!

---

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!