



Bildungs- und Bewegungsangebote August bis Dezember 2024

Detaillierte Kursbeschreibungen senden wir Ihnen auf Anfrage gerne zu oder sind online (ur.prosenectute.ch/de/freizeit) abrufbar.

info@ur.prosenectute.ch
Telefon 041 870 42 12

AUGUST

Datum	Uhrzeit	Kurs	Preis	Ort	Kursnummer
26.08.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
26.08.	15.30–17.30	Handy-Treff	gratis	Pro Senectute Uri, Altdorf	40002.24.140
22.08.–03.10.	13.30–14.30	Qi Gong Gruppe 1	Fr. 84.–	Hellgasse 48, Altdorf	50006.24.161
22.08.–03.10.	14.45–15.45	Qi Gong Gruppe 2	Fr. 84.–	Hellgasse 48, Altdorf	50006.24.162
26.08.–16.12.	10.30–11.15	Aquafitness (stehtiefes Wasser)	Fr. 210.–	Radisson Blu Hotel, Andermatt	50021.24.108

SEPTEMBER

Datum	Uhrzeit	Kurs	Preis	Ort	Kursnummer
02.09.–02.12.	13.30–15.15	Englisch Stufe 1–2	Fr. 441.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.101
02.09.–02.12.	15.30–17.15	Englisch Einsteiger	Fr. 441.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.105
09.09.–09.12.	09.00–10.45	Italienisch Stufe 3	Fr. 441.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.118
09.09.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
11.09.–11.12.	09.00–10.45	Italienisch Stufe 1	Fr. 441.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.115
11.09.–11.12.	13.45–15.30	Italienisch Stufe 2	Fr. 441.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.117
11.09.	15.00–17.00	Vortrag: Knochendichte fördern – Osteoporose vermindern	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40004.24.114
11.09.–30.10.	19.00–20.30	Einstieg in den Computeralltag	Fr. 410.–	bwz uri, Altdorf	** 40002.24.164
18.09.	14.00–16.00	Erzählcafé	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40005.24.115
19.09.	15.30–17.30	Handy-Treff	gratis	Pro Senectute Uri, Altdorf	40002.24.141
23.09.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
26.09.	17.00–18.30	Vortrag: Meine Immobilie im Alter	Fr. 20.–	TriffAltdorf, Altdorf	40001.24.124
02.09.–16.12.	10.30–11.30	Yoga	Fr. 260.–	Pine, Altdorf	50006.24.128
03.09.–17.12.	11.30–12.15	Aquafitness (stehtiefes Wasser)	Fr. 240.–	Schwimmbad, Altdorf	50021.24.106
04.09.–18.12.	10.00–11.00	Pilates	Fr. 280.–	Gymnastikraum, Schattdorf	50006.24.104
05.09.–19.12.	18.30–19.30	Pilates	Fr. 280.–	Gymnastikraum, Schattdorf	50006.24.102
05.09.–19.12.	08.30–09.30	Pilates	Fr. 280.–	Pine, Altdorf	50006.24.103
05.09.–19.12.	09.45–10.45	Yoga	Fr. 280.–	Pine, Altdorf	50006.24.125

OKTOBER

Datum	Uhrzeit	Kurs	Preis	Ort	Kursnummer
01.10.	19.00–20.30	Künstliche Intelligenz – ein Einblick in Möglichkeiten und Chancen von ChatGPT und Co.	Fr. 70.00	bwz uri, Altdorf	** 40002.24.167
03.10.	14.00 – 16.00	SBB Mobile Fahrplanabfrage und Billettkauf	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	* 40002.24.110
07.10.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
08.10.–10.12.	09.00–11.00	Englisch Stufe 2	Fr. 420.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.102
08.10.–10.12.	14.00–16.00	Englisch Stufe 2–3	Fr. 420.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40009.24.103
17.10.	13.30–16.30	Autofahren heute – frischen Sie Ihr Wissen auf!	Fr. 60.– (TCS 40.–)	TCS Breiteli, Erstfeld	* 40010.24.153
21.10.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
22.10.	13.30–17.00	Mobil sein und bleiben	gratis	MZG Winkel, Altdorf	* 40001.24.146
24.10.	09.30–11.30	Workshop: Patientenverfügung	Fr. 45.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40001.24.120
24.10.	13.30–15.30	Workshop: Vorsorgeauftrag	Fr. 45.–	Pro Senectute Uri, Altdorf	40001.24.130
30.10.–20.11.	16.00–19.00	Männer-Kochkurs «einfache Alltagsrezepte»	Fr. 280.–	Schulküche, Schattdorf	40004.24.104
31.10.	15.30–17.30	Handy-Treff	gratis	Pro Senectute Uri, Altdorf	40002.24.141
16.10.–18.12.	09.30–11.00	Spinning Gruppe 1	Fr. 170.–	Radsporthalle, Altdorf	50006.24.111
16.10.–18.12.	14.30–16.00	Spinning Gruppe 2	Fr. 170.–	Radsporthalle, Altdorf	50006.24.112
24.10.–12.12.	08.15–09.15	Everdance Gruppe 1	Fr. 160.–	Tanzstudio Dance Fusion, Altdorf	50006.24.126
24.10.–12.12.	09.30–10.30	Everdance Gruppe 2	Fr. 160.–	Tanzstudio Dance Fusion, Altdorf	50006.24.127
24.10.–19.12.	13.30–14.30	Qi Gong Gruppe 1	Fr. 108.–	Hellgasse 48, Altdorf	50006.24.163
24.10.–19.12.	14.45–15.45	Qi Gong Gruppe 2	Fr. 108.–	Hellgasse 48, Altdorf	50006.24.164

NOVEMBER

Datum	Uhrzeit	Kurs	Preis	Ort	Kursnummer
04.11.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
06.11.–11.12.	19.00–20.30	Grundkurs Word und Excel	Fr. 410.–	bwz uri, Altdorf	** 40002.24.166
07.11.	14.00–16.30	Vortrag: Raiffeisen E-Banking, Twint & Kartenzahlung	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40002.24.112
07.11.–12.12.	14.00–16.15	Aquarellmalen – Imagination und Ausdruck	Fr. 284.–	MZG Winkel, Zimmer E, Altdorf	40005.24.111
13.11.	17.00–20.00	Erzählcafé	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40005.24.116
18.11.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
21.11.	15.30–17.30	Handy-Treff	gratis	Pro Senectute Uri, Altdorf	40002.24.141
26.11.	15.00–16.30	Vortrag: Cyberkriminalität	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40002.24.111

DEZEMBER

Datum	Uhrzeit	Kurs	Preis	Ort	Kursnummer
02.12.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
11.12.	14.00–16.00	Erzählcafé	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40005.24.117
16.12.	14.00–16.30	Schach-Treff	gratis	TriffAltdorf, Altdorf	40003.24.101
16.12.	15.30–17.30	Handy-Treff	gratis	Pro Senectute Uri, Altdorf	40002.24.140

FITNESS UND GYMNASTIK +

Ort	Räumlichkeit	Tag	Zeit	Leitung	Kontakt
Altdorf	Bruder Klaus	Montag	08.30–09.30	Buser Beatrice	041 870 67 60
Altdorf	Bruder Klaus	Montag	09.30–10.30	Buser Beatrice	041 870 67 60
Altdorf	Turnhalle Winkel	Montag	15.30–16.30	Arnold Brigitta	041 871 46 13
Altdorf Männerturnen	Turnhalle Hagen	Freitag	15.30–17.00	Wüest Alfred	079 479 98 66
Andermatt	Aula Bodenschulhaus	Mittwoch	15.30–16.30	Kaiser Daniela	079 722 03 39
Attinghausen	Turnhalle	Montag	15.45–16.45	Arnold Brigitt	041 870 45 37
Bürglen	Sporthalle	Montag	16.00–17.00	Epp Marianne	041 870 65 85
Flüelen	Schulhaus Gehren, Athletikraum	Montag	13.45–14.45	Arnold Brigitta	041 871 46 13
Gurtellen	Turnhalle	Montag	09.15–10.15	Kaiser Daniela	079 722 03 39
Haldi	Mehrzweckhalle	Montag	14.00–15.00	Götz Clivia	079 664 68 22
Isenthal	Turnhalle	Montag	18.30–19.30	Imholz Petra	041 878 18 73
Schattdorf	Turnhalle Spielmatt	Donnerstag	17.00–18.00	Briker Maria	041 870 90 53
Spiringen	Turnhalle Kreisschule	Dienstag	18.30–19.30	Schuler Theres	041 879 16 33
Unterschächen	Turnhalle	Donnerstag	15.00–16.00	Herger Beatrix	041 879 17 50

MINI-TENNIS

Ort	Räumlichkeit	Tag	Zeit	Leitung	Kontakt
Altdorf	Turnhalle Dätwyler	Donnerstag	08.30–10.15	Böni Anna Maria	041 870 55 82

SPAZIER-TREFF +

Ort	Räumlichkeit	Tag	Zeit	Leitung	Kontakt
Altdorf	Telldenkmal	Freitag, 19.07.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12
Flüelen	Bahnhof, Seeseite	Freitag, 23.08.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12
Altdorf	Telldenkmal	Freitag, 20.09.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12
Flüelen	Bahnhof, Seeseite	Freitag, 18.10.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12
Altdorf	Telldenkmal	Freitag, 15.11.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12
Flüelen	Bahnhof, Seeseite	Freitag, 13.12.	14.00	Clivia Götz	041 870 42 12

Pro Senectute Uri sucht:
Leitende Fitness und Gymnastik.
Bei Interesse bitte melden.

REGLEMENT

Die Angebote von Pro Senectute Uri richten sich primär an Senior*innen, die im Kanton Uri wohnhaft sind.

ANMELDUNGEN

Die Anzahl der Kursteilnehmenden ist beschränkt. Bitte melden Sie sich mindestens eine Woche vor Kursstart per E-Mail (info@ur.prosenectute.ch), online (ur.prosenectute.ch/de/freizeit) oder telefonisch (041 870 42 12) an. Anmeldeschluss ist sieben Tage vor Kursbeginn, mit Ausnahme der mit * gekennzeichneten Kurse 15 Tage, mit ** gekennzeichneten Kurse 21 Tage, mit *** gekennzeichneten Kurse 30 Tage. Schriftliche und mündliche Anmeldungen sind verbindlich.

DURCHFÜHRUNG DER KURSE

Sieben Tage vor Kursbeginn wird über die Durchführung oder Absage des Kurses entschieden. Die Kurse werden nur bei genügend Anmeldungen durchgeführt. Muss ein Kurs abgesagt werden, informieren wir Sie telefonisch oder schriftlich.

KURSBESTÄTIGUNG / RECHNUNG

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Findet der Kurs statt, erhalten Sie eine definitive Durchführungsbestätigung ungefähr sieben Tage vor Beginn des Kurses oder der Veranstaltung. Die Rechnung erfolgt mit vorgedrucktem Einzahlungsschein. Wir bitten Sie zur Begleichung des Kursgeldes innerhalb von 30 Tagen. Bei Zahlungsrückstand kann eine Mahngebühr erhoben werden.

KOSTENERMÄSSIGUNG

Niemand sollte aus finanziellen Gründen nicht an einem Kurs oder einer Veranstaltung teilnehmen können. Die Sozialarbeitenden der Pro Senectute Uri bemühen sich gerne mit Ihnen um eine Lösung. Sie können sich unverbindlich und kostenlos beraten lassen.

ABMELDUNGEN

Eine Abmeldung ist immer mit administrativem Aufwand verbunden, deshalb wird in jedem Fall eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 30.– erhoben. Bei Abmeldungen bis zehn Tage vor Kursbeginn werden die Kurskosten erlassen, danach sind diese vollumfänglich zu bezahlen (auch bei Nichterscheinen). Die Kurskosten entfallen, wenn ein*e Ersatzteilnehmer*in gestellt wird oder ein Arztzeugnis vorgelegt werden kann.

ZUFRIEDENHEIT

Ihre Zufriedenheit ist für unser Kurswesen sehr wichtig. Damit wir diese überprüfen können, erlauben wir uns jeweils, Ihnen nach Beendigung eines Kurses eine Online-Umfrage per E-Mail zuzustellen. Die Teilnahme ist freiwillig. Herzlichen Dank.

SCHNUPPERMÖGLICHKEITEN

Eine kostenlose Schnupperlektion kann gerne bei der Geschäftsstelle der Pro Senectute Uri angefragt werden.

VERSÄUMTE LEKTIONEN

Versäumte Lektionen können nicht nachgeholt werden und berechtigen zu keinem Preisnachlass. Dies gilt auch bei Kursabbruch durch die Teilnehmenden.

LAUFENDER KURSEINSTIEG

Sie haben den Kursbeginn verpasst? Wir bemühen uns, nachträglich einen Platz in Ihrem gewünschten Kurs zu organisieren.

VERSICHERUNG / HAFTUNG

Bei allen durch Pro Senectute Uri organisierten Angeboten schliessen wir jegliche Haftung bei Unfällen, Schäden, Verlusten etc. aus. Die Teilnehmenden sind selbst für eine ausreichende Versicherungsdeckung verantwortlich.

KRANKENKASSENVERGÜTUNG

Die Bewegungsangebote von Pro Senectute Uri werden von qualifizierten Fachpersonen geleitet, die sich regelmässig weiterbilden. Erkundigen Sie sich für eine allfällige Beteiligung der Krankenkassen-Zusatzversicherung (VVG) direkt bei Ihrer Krankenkasse.

AUSSERORDENTLICHE WELTGESCHEHEN

Mögliche Kursanpassungen aufgrund von ausserordentlichen Weltgeschehen kommunizieren wir auf unserer Homepage ur.prosenectute.ch und bei Outdoor-Angeboten zusätzlich auf dem automatischen Anrufbeantworter.

DATENSCHUTZGESETZ

Pro Senectute Uri erfasst die Kontaktdaten recht- und verhältnismässig. Die Datenschutzbestimmungen sind auf der Homepage ur.prosenectute.ch aufgeschaltet.

HINWEIS

+ Diese Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbstständigkeit und die Autonomie von älteren Menschen fördern.