



MONATSPROGRAMM

APRIL 2025

Dienstag,
1. April

(1) 10.00 – 11.00 Uhr
Vamed Therapieraum,
2. UG

KRÄFTIGUNG & MOBILITÄT

Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED.

(2) 14.00 – 15.00 Uhr
Vamed Therapieraum,
2. UG

AKTIVIERUNG & BEWEGUNG

Erleben Sie ein aktives Programm für Aktivierung und Bewegung. Mit VAMED.

14.00 – 15.00 Uhr
Veranstaltungsraum,
4.OG

GEMEINSAMES SINGEN

Im Chor erleben wir die Freude am gemeinsamen Musizieren, schaffen harmonische Klänge und genießen die Kraft der Gemeinschaft. Machen Sie mit und erfreuen Sie sich an der Gemeinschaftsenergie!
Mit Andrea Kunz.

18.30 - 21.00 Uhr
Veranstaltungsraum,
4.OG

SPIELABEND

Wir freuen uns auf einen vergnüglichen Abend und laden Sie herzlich dazu ein, auch Ihre eigenen Spiele mitzubringen. Mit Marianne Leuenberger.

Mittwoch,
2. April

10.00 – 10.45 Uhr
Veranstaltungsraum,
4.OG

ANDACHT

Wir laden Sie herzlich ein zur Andacht mit dem Pfarrer Urs Niklaus und musikalischer Begleitung.
Offen für alle!

Donnerstag,
3. April

(3) 10.00 – 11.00 Uhr
Vamed Therapieraum,
2. UG

BEWEGUNG & GANGSICHERHEIT

Erleben Sie ein aktives Programm zur Förderung von Bewegung und Sturzprävention. Mit VAMED.

(4) 14.00 – 15.00 Uhr
Vamed Therapieraum,
2. UG

BEWEGUNG & KONZENTRATION

Erleben Sie ein aktives Programm für mehr Bewegung und bessere Konzentration. Mit VAMED.

14.00 – 16.00 Uhr
Restaurant Nordlicht,
EG

DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG*

Freies Jassen und Spielen im Restaurant

Freitag,
4. April

(A) 09.00 – 09.45 Uhr
(B) 10.00 – 10.45 Uhr
Veranstaltungsraum,
4.OG

YOGA AUF DEM STUHL

Behutsame Bewegungen mit entspannender Wirkung, förderlich für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Mit Béatrice Auer.

Dienstag, 8. April	(1) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	KRÄFTIGUNG UND MOBILITÄT Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED.
	(2) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	AKTIVIERUNG UND BEWEGUNG Erleben Sie ein aktives Programm für Aktivierung und Bewegung. Mit VAMED.
	14.00 – 15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GEMEINSAMES SINGEN Im Chor erleben wir die Freude am gemeinsamen Musizieren, schaffen harmonische Klänge und geniessen die Kraft der Gemeinschaft. Machen Sie mit und erfreuen Sie sich an der Gemeinschaftsenergie! Mit Andrea Kunz.
	14.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	OSTEREIERFÄRBen Freuen Sie sich auf einen fröhlichen und bunten Nachmittag! Gemeinsam mit den Kindern des Kindergartens Birch färben wir Ostereier und bringen Farbe ins Haus – eine schöne Gelegenheit für Begegnung und Kreativität. Mit Marianne Leuenberger und Nathalie Ritter. <i>(Weitere Informationen, welche Materialien mitgebracht werden sollen, befinden sich im beigefügten Anmeldeformular.)</i> <i>Auf Anmeldung.</i>
Mittwoch, 9. April	14.00 – 14.45 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	LITERARISCHE LESUNG* Denise Hirsiger entführt Sie mit ihren Worten in faszinierende Welten. Ein Nachmittag voller Geschichten, die zum Nachdenken und Träumen einladen. <i>Auf Anmeldung.</i>
	15.00 – 18.00 Uhr Speisesaal, EG	BEWOHNERAPÉRO Wir laden Sie herzlich zu unserem Bewohnerapéro ein. Die Geschäftsführerin, Shirley van Wijlen, wird Ihnen Informationen rund ums Nordlicht präsentieren. Im Anschluss haben Sie die Gelegenheit, einen köstlichen Apéro mit musikalischer Begleitung von Fredi Kuster zu geniessen. <i>Auf Anmeldung.</i>
Donnerstag, 10. April	(A) 09.00 – 09.45 Uhr (B) 10.00 – 10.45 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GEDÄCHTNISTRAINING Mit Marianne Leuenberger.
	(3) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & GANGSICHERHEIT Erleben Sie ein aktives Programm zur Förderung von Bewegung und Sturzprävention. Mit VAMED.
	(4) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & KONZENTRATION Erleben Sie ein aktives Programm für mehr Bewegung und bessere Konzentration. Mit VAMED.

Donnerstag, 10. April	14.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG* Freies Jassen und Spielen im Restaurant.
	14.00 – 15.00 Uhr Sitzungszimmer Nord, EG	BEWOHNERRATSSITZUNG Die Mitglieder des Bewohnerrates sind herzlich zur Sitzung eingeladen. Gerne darf der Bewohnerrat durch weitere Mitgliederinnen und Mitglieder komplettiert werden. Interessierte dürfen die Anfrage direkt beim Empfang platzieren.
Freitag, 11. April	(A) 09.00 – 09.45 Uhr (B) 10.00 – 10.45 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	YOGA AUF DEM STUHL Mit Béatrice Auer. Behutsame Bewegungen mit entspannender Wirkung, förderlich für körperliches und seelisches Wohlbefinden.
	14.00 - 15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	VORTRAG AUGENPRAXIS* Die neue Augenpraxis in Zürich Seebach hat eröffnet! Dr. Akrawi informiert in einem Vortrag über Augenheilkunde und Vorsorge. <i>Auf Anmeldung.</i>
Samstag, 12. April	10.00 – 10.45 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	ANDACHT – EUCHARISTIEFEIER Am Palm-Samstag findet die Eucharistiefeier mit dem Pfarrer Placido Rebelo statt. Mit Ihnen gemeinsam nimmt er sich die Zeit zur Besinnung und Einstimmung auf die Karwoche. Offen für alle!
Montag, 14. April	14.30 – 16.00 Uhr Speisesaal, EG	LOTTO Wir laden Sie herzlich ein, am gemeinsamen Lottomittwoch teilzunehmen! Es erwarten Sie spannende Preise. Mit Marianne Leuenberger.
Dienstag, 15. April	(1) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	KRÄFTIGUNG & MOBILITÄT Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED.
	(2) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	AKTIVIERUNG & BEWEGUNG Erleben Sie ein aktives Programm für Aktivierung und Bewegung. Mit VAMED.
	14.00 – 15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GEMEINSAMES SINGEN Im Chor erleben wir die Freude am gemeinsamen Musizieren, schaffen harmonische Klänge und geniessen die Kraft der Gemeinschaft. Machen Sie mit und erfreuen Sie sich an der Gemeinschaftsenergie! Mit Andrea Kunz.
Mittwoch, 16. April	14.00 – 16.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	FILMNACHMITTAG Erleben Sie einen spannenden Filmmittwoch auf der grossen Leinwand.

Donnerstag, 17. April	(3) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & GANGSICHERHEIT Erleben Sie ein aktives Programm zur Förderung von Bewegung und Sturzprävention. Mit VAMED
	(4) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & KONZENTRATION Erleben Sie ein aktives Programm für mehr Bewegung und bessere Konzentration. Mit VAMED.
	14.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG* Freies Jassen und Spielen im Restaurant.
	14.30 – 15.30 Uhr Bibliothek, 3. OG	HANDARBEITEN Wir laden Sie herzlich ein, kleine Osterdekorationen zu gestalten. Bei Bedarf können Sie selbstverständlich eigenen Handarbeiten mitnehmen. Mit Marianne Leuenberger.
Freitag, 18. April	14.30 – 15.30 Uhr Speisesaal, EG	OSTERKONZERT- BELLA FARNY* Passend zur Osterzeit dürfen Sie sich auf ein besonderes Konzert freuen! Bella Farny ist eine erfahrene Sängerin, welche mit kleinen Gesten, einer herausragenden Stimme und herzlicher Ausstrahlung besondere Stimmung schafft. Wir freuen uns auf ein tolles Konzert. <i>Auf Anmeldung.</i>
Dienstag, 22. April	(1) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	KRÄFTIGUNG & MOBILITÄT Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED
	(2) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	AKTIVIERUNG & BEWEGUNG Erleben Sie ein aktives Programm für Aktivierung und Bewegung. Mit VAMED.
	14.15 – 15.15 Uhr Speisesaal, EG	GEMEINSAMES SINGEN Im Chor erleben wir die Freude am gemeinsamen Musizieren, schaffen harmonische Klänge und genießen die Kraft der Gemeinschaft. Ein Erlebnis, das verbindet und begeistert! Mit Andrea Kunz.
Mittwoch, 23. April	14.30 – 16.00 Uhr Speisesaal, EG	TEENACHMITTAG Erleben Sie einen Teenachmittag zum Thema «Lachen ist gesund». Bringen Sie Ihre Lieblingswitze oder / und kleine Geschichten mit. Mit Marianne Leuenberger und Nathalie Ritter. <i>Auf Anmeldung.</i>
Donnerstag, 24. April	(A) 09.00 – 09.45 Uhr (B) 10.00 – 10.45 Uhr Sitzungszimmer Nord, EG (Beim Empfang)	GEDÄCHTNISTRAINING Mit Marianne Leuenberger.
	(3) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & GANGSICHERHEIT Erleben Sie ein aktives Programm zur Förderung von Bewegung und Sturzprävention. Mit VAMED.

Donnerstag, 24. April	(4) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	BEWEGUNG & KONZENTRATION Erleben Sie ein aktives Programm für mehr Bewegung und bessere Konzentration. Mit VAMED.
	15.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	IT-ECKE* Bei Problemen mit Ihrem Smartphone, Tablet, Laptop, PC oder Fernseher können Sie auf die Unterstützung von Hansruedi Winkelmann zählen.
	15.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG* Freies Jassen und Spielen im Restaurant.
Montag, 28. April	11.15 – 11.45 Uhr, vor dem Speisesaal, EG	SÄCHSILÜÜTE PLAUSCH Traditionell feiern wir gemeinsam «Sächsilüüte» mit unserer eigenen kleinen «Böögg-Verbrennung» am Vormittag (11.15 Uhr vor dem Speisesaal im EG). Wer möchte, kann bei der «Böögg-Wette» mitmachen und schätzen, wann der Böögg explodiert. Es gibt einen Preis zu gewinnen!
	15.30 – 19.00 Uhr Cheminéeraum, 4.OG	Am Nachmittag schauen wir zusammen die Live-Übertragung aus Zürich und geniessen gemütliche Stunden in Gesellschaft mit leckeren Köstlichkeiten. Mit Marianne Leuenberger und Nathalie Ritter. <i>Auf Anmeldung.</i>
Dienstag, 29. April	(1) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	KRÄFTIGUNG & MOBILITÄT Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED.
	(2) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed Therapieraum, 2. UG	AKTIVIERUNG & BEWEGUNG Erleben Sie ein aktives Programm für Aktivierung und Bewegung. Mit VAMED.
	14.00 – 15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GEMEINSAMES SINGEN Im Chor erleben wir die Freude am gemeinsamen Musizieren, schaffen harmonische Klänge und geniessen die Kraft der Gemeinschaft. Machen Sie mit und erfreuen Sie sich an der Gemeinschaftsenergie! Mit Andrea Kunz.
Mittwoch, 30. April	09.30 – 11.00 Uhr Cheminéeraum, 4.OG	ZEITUNGSCLUB In gemütlicher Atmosphäre laden wir Sie zum Austausch über aktuelle Zeitungsartikel und Themen ein. Offene Diskussionen und neue Perspektiven stehen dabei im Mittelpunkt. Mit Nathalie Ritter.

Die Öffentlichkeit ist bei markierten Veranstaltungen () herzlich eingeladen.