

MONATSPROGRAMM

FEBRUAR 2025

Montag,
3. Februar

14.30 – 16.00 Uhr
Bibliothek, 3. OG

HANDARBEITEN

Bringen Sie gerne Ihre eigenen Handarbeiten mit oder stellen Sie mit uns Neues aus Filz, Stoff oder Wolle her. Mit Marianne Leuenberger.

Dienstag,
4. Februar

(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. Machen Sie mit und erfreuen Sie sich an der Gemeinschaftsenergie! Mit Andrea Kunz.

17.30 – 19.00 Uhr
Restaurant, EG

RACLETTE-ABEND

Wir laden Sie herzlich ein, gesellige Stunden bei köstlichem Raclette zu genießen. Gemeinsam lachen, plaudern und schlemmen. Wir freuen uns auf Sie!

Auf Anmeldung.

Mittwoch,
5. Februar

10.00 – 10.45 Uhr
Veranstaltungsraum,
4. OG

ANDACHT

Wir laden Sie herzlich ein zur Andacht mit Pfarrer Alex Gonzales und musikalischer Begleitung. Offen für alle!

14.30 – 16.00 Uhr
Veranstaltungsraum,
4. OG

GENERATIONENPROJEKT KITA

Die Kinder der Kinderkrippe ABB Mupfelchische freuen sich auf einen gemeinsamen Nachmittag mit Guetzle.

Mit Nathalie Ritter.

Auf Anmeldung.

Donnerstag,
6. Februar

(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, 6. Februar	14.00 – 16.00 Uhr Restaurant Nordlicht, EG	DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG* Freies Jassen und Spielen im Restaurant
	14.30 – 16.00 Uhr Speisesaal, EG	TEENACHMITTAG Alles zum Thema Musik und Musik machen, bringen Sie Ihren Lieblingssong oder / und Ihr Instrument mit. Mit Marianne Leuenberger und Nathalie Ritter.
Freitag, 7. Februar	(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.
Montag, 10. Februar	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.
Dienstag, 11. Februar	(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.
Mittwoch, 12. Februar	09.30 – 11.00 Uhr Cheminéeraum, 4.OG	ZEITUNGSCLUB In gemütlicher Atmosphäre lädt Nathalie Ritter zum Austausch über aktuelle Zeitungsartikel und Themen ein. Offene Diskussionen und neue Perspektiven stehen dabei im Mittelpunkt.
	14.30 – 15.30 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GENERATIONENPROJEKT KITA Die Kinder der Kinderkrippe ABB Mupfelchische freuen sich auf einen gemeinsamen Nachmittag mit Musik und Singen. Mit Nathalie Ritter. <i>Auf Anmeldung.</i>
Donnerstag, 13. Februar	(A) 09.00 – 09.45 Uhr (B) 10.00 – 10.45 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	GEDÄCHTNISTRAINING Mit Marianne Leuenberger.

Donnerstag,
13. Februar

(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 – 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.

14.00 – 16.00 Uhr
Restaurant Nordlicht, EG

DUNNSCHTIGS-JASS UND SPIEL-NACHMITTAG*

Freies Jassen und Spielen im Restaurant.

Freitag,
14. Februar

(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.

14.30 – 15.30 Uhr
Restaurant Nordlicht, EG

STAMMTISCH GASTRONOMIE

Freuen sie sich auf einen interessanten Austausch mit dem Leiter Gastronomie, Benjamin Kälin und dem Küchenchef, Markus Inauen.

Montag,
17. Februar

14.30 – 15.30 Uhr
Veranstaltungsraum,
4. OG

GENERATIONENPROJEKT

Die Kinder der Kinderkrippe AAB Mupfelschichte freuen sich auf einen gemeinsamen Nachmittag mit Geschichten lesen.

Mit Nathalie Ritter.

Auf Anmeldung.

Dienstag,
18. Februar

(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, 19. Februar	13.00 - 15.30 Uhr Cheminéeraum, 4. OG	SENIOR JOY KLEIDERVERKAUF Besuchen Sie den Mode-Homeservice mit seinem vielfältigen Angebot an Bekleidung, Schuhe und Accessoires. Dabei haben Sie die Möglichkeit, die Kleidung vor Ort anzuprobieren.
Donnerstag, 20. Februar	(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, 21. Februar	(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.
	14.30 – 16.00 Uhr Speisesaal, EG	LOTTO Wir laden Sie herzlich ein, am gemeinsamen Lotto mit Marianne Leuenberger teilzunehmen. Spannende Preise erwarten Sie.
Montag, 24. Februar	14.30 – 16.00 Uhr Stübli Pflegeabteilung, 1. OG	GENERATIONENPROJEKT Die Kinder der Kinderkrippe AAB Mupfelschichte freuen sich auf einen gemeinsamen Spiele und Singnachmittag. Mit Nathalie Ritter. <i>Auf Anmeldung.</i>
Dienstag, 25. Februar	(1) 10.00 – 11.00 Uhr Vamed Vamed Therapieraum, 2. UG	KRÄFTIGUNG & MOBILITÄT Erleben Sie ein aktives Programm zur Kraftförderung von Mobilität. Mit VAMED
	(2) 14.00 – 15.00 Uhr Vamed 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!
Mittwoch, 26. Februar	14.00 – 16.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	FILMNACHMITTAG Erleben Sie einen spannenden Filmnachmittag auf der grossen Leinwand.

Donnerstag,
27. Februar

(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.

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.

Freitag,
28. Februar

(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.

Die Öffentlichkeit ist bei markierten Veranstaltungen () herzlich eingeladen.