

Veranstaltungen

Sitzyoga

Freitag, 23. Oktober 2026 | 12:00 – 13:00

Leichte geistige und körperliche Übungen auf und mit dem Sessel

Spielnachmittag

Freitag, 23. Oktober 2026 | 12:00 – 17:00

Verschiedene Gesellschaftsspiele

Kochen

Freitag, 23. Oktober 2026 | 12:00 – 13:30

Wir kochen und essen zusammen

Yoga im Sitzen

Freitag, 23. Oktober 2026 | 13:30 – 14:00

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Vortrag: Integration und Diversität

Freitag, 23. Oktober 2026 | 14:00 – 16:45

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Stadt, Land, Fluss

Freitag, 23. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Wir spielen zusammen Stadt, Land, Fluss

Mit Einander Spielen: Karten

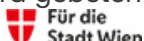
Freitag, 23. Oktober 2026 | 15:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten



Die Pensionist*innen

Klubs



Gemeinsam gegen Einsamkeit

Montag, 26. Oktober 2026 | 10:00 – 11:30

Neue Wege der Begegnung. Vortrag der Community Nurse

Nordic Walking

Montag, 26. Oktober 2026 | 10:00 – 12:00

Wir gehen mit Nordic Walking Stöcken eine Runde durch den Zentralfriedhof, Treffpunkt 1.Tor bei der Strassenbahnstation

Bingo

Montag, 26. Oktober 2026 | 15:00 – 15:30

Ein Spiel in dem es sich um Zahlen handelt die in einer Reihe vorkommen müssen so das man Gewinnt, waagerecht, senkrecht oder der komplette Schein. Ein Schein 1 Euro
