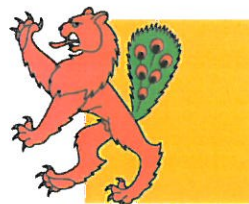


**Gemeinde Fällanden**  
Fällanden Benglen Pfaffhausen



## **Senioren-Bulletin** Mai 2012

Monatstreffen Fitnesscenter Führung und Instruktion  
kreative Schreibwerkstatt  
Grillkurs mit dem Grillprofi  
Wanderung / Spaziergang / Bewegung und Sport  
Mittagstisch  
Singen / Jassen  
Fahrt ins Blaue / Sonntags-Ausflug  
Rotkreuzfahrdienst / Mahlzeitendienst



Die Fachstelle Seniorenarbeit wird von der politischen Gemeinde, der evang.-ref. sowie der röm.-kath. Kirchgemeinde getragen.

## Angebote für Senioren Mai 2012

<b>Donnerstag</b> <b>14.30 Uhr</b>	<b>03. Mai</b>	<b>Besuch Pflegewohnung Pfaffhausen</b> Mitfahrgelegenheit unter: Telefon 043 355 31 30
<b>Mittwoch</b> <b>8.30 Uhr</b>	<b>09. Mai</b>	<b>Fahrt ins Blaue</b> Abfahrt: Alterszentrum Sunnetal Unkostenbeitrag Fr. 25.00, Anmeldung bis 2. Mai, Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30
<b>Donnerstag</b> <b>11.30 Uhr</b>	<b>10. Mai</b>	<b>Mittagstisch, Bistro Sunnetal</b> , Anmeldung bis 9.5., Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30
<b>Donnerstag</b> <b>14.20 Uhr</b>	<b>10. Mai</b> <b>24. Mai</b>	<b>Kreative Schreibwerkstatt für Senioren und Schülern der Sek. A.</b> , Bitte beachten Sie den beigelegten Flyer, Anmeldung bis 8.5.:Fachstelle Seniorenarbeit
<b>Dienstag</b> <b>14.00 Uhr</b>	<b>15. Mai</b>	<b>Monatstreffen</b> Führung Fitnesscenter Milandia, Möglichkeit zur Instruktion an den Geräten, Anmeldung und Details: bis 30.4. bei der Fachstelle Seniorenarbeit
<b>Donnerstag</b> <b>11.30 Uhr</b>	<b>24. Mai</b>	<b>Mittagstisch</b> , Bistro AZ Sunnetal, Anmeldung, Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30
<b>Pfingstmontag, 28. Mai</b> <b>14.00 Uhr</b>		<b>Jassen</b> im Bistro Alterszentrum Sunnetal Leitung: Alice Liechti, Telefon 044 825 33 04
<b>Dienstag, 29. Mai</b> <b>10.00 bis 14.00 Uhr</b>		<b>Grillkurs für Seniorinnen und Senioren</b> , bitte beachten Sie den beigelegten Flyer. Anmeldung bis 23.5. an Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30
<b>jeden Montag</b> <b>14.30 Uhr</b>		<b>Singen</b> für alle, im Foyer des altes Pfarrhauses. Leitung: Trudi Keller, Telefon 044 826 11 19
<b>jeden 3. Sonntag im Monat</b>		<b>Ausflug</b> für alleinstehende Frauen mit Mittagessen Leitung: M. Walder, Telefon 044 825 02 31

## Wandern, Bewegung und Sport

- Dienstag 08. Mai** **Wanderung**, mittel, ca. 2 1/2 Std., von Stadel nach Kaiserstuhl, **Treffpunkt:** 8.20 Uhr, Kiosk Bahnhof Stadelhofen, **Billett:** 5466 Kaiserstuhl retour (5 Zonen), 1/2 Tax Fr.10.00, **Abfahrt:** Stadelhofen ab 8.32 Uhr mit S5, **Bus:** 753 nach Klusplatz, ab Gemeindehaus 7.39 Uhr. Leitung: V. u. H. Berti, Telefon 044 825 33 67, Natel 079 563 66 19
- Freitag 18. Mai** **Spaziergang** ins Degenried, rund 1 Stunde. Treffpunkt: 14.00 Uhr Pfaffhausen, Feldhof, Rückkehr mit Dolderbahn, Billett: Zone 10/21, Leitung: R. u. P. Aebi Telefon 044 825 01 41, 079 442 11 35
- jeden Montag 17.30 – 18.30 Uhr** **Fitness für Männer** ab 60 J., Schulhaus Lätten, Mobilisation, Herz-Kreislauf-, Kraft-/Gleichgewichtstraining, Stretching/Dehnen. Auskunft: Mirjam Bättig, Telefon 043 355 52 25
- jeden Dienstag 09.00 – 11.30 Uhr** **Gym fit für Frauen** Mehrzweckraum Schulhaus Lätten Auskunft: Mirjam Bättig, Telefon 043 355 52 25
- jeden Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr** **Aqua Fitness** für Senioren im Bad Benglen Auskunft: Luki Gadiant, Telefon 044 362 69 80
- jeden Donnerstag 09.00 – 10.00 Uhr** **Laufträff** Stretching, Walking, Jogging Treffpunkt: **Fussballclubhaus Fällanden** Auskunft: Vreni Soller, Telefon 044 825 41 66 oder Otto Maurer, Telefon 044 825 37 44
- Montag - Freitag** **Mahlzeitendienst**, Bestellung und Infos unter: Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30

**Versicherung ist Sache der Teilnehmenden! Schulferien: 23.4.-4.5., kein Aqua Fitness, Gym fit, Fitness für Männer.**

.

Gemeinde Fällanden  
Fachstelle Seniorenarbeit  
Sunnetalstrasse 2a  
8117 Fällanden  
[www.faellanden.ch](http://www.faellanden.ch)

Telefon 043 355 31 30  
Telefax 043 355 31 03  
[christa.wyss@sunnetal.ch](mailto:christa.wyss@sunnetal.ch)

Bürozeiten: Montag bis Donnerstag 8.00 – 16.00 Uhr



Die Fachstelle Seniorenarbeit wird von der politischen Gemeinde, der evang.-ref. sowie der röm.-kath. Kirchgemeinde getragen.

**Gemeinde Fällanden**  
Fällanden Benglen Pfaffhausen



## **kreative Schreibwerkstatt für Senioren und Sekundarschüler**

Fassen Sie gerne Gedichte, Wünsche, Erlebnisse in Worte? Senioren und Schüler gestalten lustige, spannende, ernste, unterhaltsame Texte. Diese können anschliessend vorgelesen werden.

<b>Datum, Zeit</b>	10. und 24.5., 14.20 – 15.55 Uhr, inklusiv Zvieri
<b>Ort</b>	Schulhaus Buechwis Benglen
<b>Kosten</b>	freiwilliger Beitrag in die Klassenkasse
<b>Anmeldung</b>	bis 8.5., Fachstelle Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30

**Gemeinde Fällanden**  
Fällanden Benglen Pfaffhausen



## Grillkurs für Seniorinnen und Senioren

Wissen Sie, wie man perfekt würzt, mariniert und grilliert? Der Grillprofi H. Böniger weicht Sie gerne in diese Geheimnisse ein. Wir grillieren Fleisch, Fisch, Gemüse usw. und geniessen zusammen ein feines Essen.

<b>Datum, Zeit</b>	Dienstag, 29.5.2012, 10.00 – ca. 14.00 Uhr
<b>Ort</b>	Küche Katholischen Kirche Fällanden
<b>Kosten</b>	Fr. 130.00, Kurs, Apéro, Essen, Getränke, Dessert
<b>Anmeldung</b>	bis 23.5. an Fachstelle Seniorenarbeit Telefon 043 355 31 30