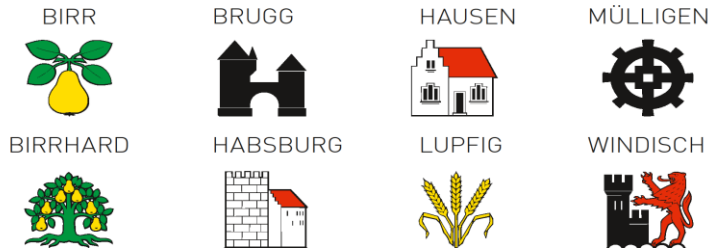




KOORDINATIONSSTELLE

Alter Region Brugg



Veranstungskalender Mai 2022 für Senior*innen

Auskünfte und nähere Angaben geben wir Ihnen gerne unter 056 441 48 48.

| Datum | Angebot | Zeit | Ort | Organisator |
|---|------------------------------------|--|--|---|
| | In Bewegung bleiben | | | |
| montags, dienstags, mittwochs, donnerstags | Gymnastik-Stunden | Detailprogramm bei Vitaswiss Sektion Brugg | Brugg, Windisch, Gebenstorf, Turgi | Vitaswiss Brugg |
| montags, dienstags, mittwochs | Fitness und Gymnastik | Detailprogramm bei Pro Senectute Brugg | diverse Orte | Pro Senectute Brugg |
| montags | Turnen für jedermann | 15:05 | Sporthalle Nidermatt Birr | Daniela Baumann 056 444 78 09 |
| montags | Senioren-Rhythmik- Kurs | 14:15 und 15:15 | Musikwerkstatt Brugg | Verein Seniorenrhythmik nach Dalcroze |
| montags | Bewegungstreff Frauen + Männer | 09:30 - 10:30 | Pflegezentrum Süssbach Brugg | Pro Senectute Brugg |
| montags | Internationale Tänze in Bözberg | 9:30 - 11:00 | Turnhalle Oberbözberg in Bözberg | Pro Senectute Brugg |
| dienstags | Nordic-Walking | 9:00 - 10:15 | Windisch HPS Habsburgstrasse | Pro Senectute Brugg |

Telefon 056 441 48 48
info@alter-region-brugg.ch
www.alter-region-brugg.ch

| | | | | |
|-------------------------------|--|--|--|-------------------------|
| mittwochs | Ü60 - Heute schon durchgeatmet? | 09:00 - 10:00 | Beweguns-Spielraum Kirchgasse 3 Brugg | LIKA GmbH Sandra Hug |
| donnerstags | Aqua-Fitness | 14:45 - 15:30 oder 15:30 - 16:15 | Hallenbad Brugg | Pro Senectute Brugg |
| Dienstag, 03.05.2022 | Spargel-Radtour mit Spargelessen | 08:30 | Brugg Schachen | Pro Senectute Brugg |
| Freitag, 06.05.2022 | Wanderung Benkerjoch - Herznach | 08:25 - 14:30 | ab Bahnhof Brugg | Pro Senectute Brugg |
| Dienstag, 17.05.2022 | Bluescht-Radtour ins Mettauertal | 08:30-17:00 | Brugg Eisi | Pro Senectute Brugg |
| Dienstag, 17.05.2022 | Wanderung Eglisau- Buchberg-Eglisau | 08:35 - 16:30 | ab Bahnhof Brugg | Pro Senectute Brugg |
| ab Dienstag, 17.05.2022 | Velo - Navigationskurs | 10:00-12:00 | Kursraum Pro Senectute Brugg | Pro Senectute Brugg |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Biketour Lägern | 12:50 - 17:00 | PP Sportplatz Esp Baden-Dättwil | Pro Senectute Brugg |
| ab Montag, 23.05.2022 | Gold- Fortsetzungskurs | 14:00-16:15 | Golfplatz Schinznach Bad | Pro Senectute Brugg |
| Freitag, 27.05.2022 | Wanderung Habsburg- Holderbank | 09:45 - 15:30 | ab Bahnhof Brugg | Pro Senectute Brugg |
| Dienstag, 31.05.2022 | Radtour Zürich-Oberland | 08:00-17:00 | Bahnhof Brugg Seite Campus (mit Car) | Pro Senectute Brugg |
| | | | | |

| | Sprachen | | | |
|---------------------------|---|---------------|--|--------------------------------|
| Donnerstag, 12.05.2022 | Konversation Englisch | 09:00 | Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen | Forum 60 plus |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Konversation Italienisch | 10:00 | Rest. Melograno Hausen | Forum 60 plus |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Konversation Französisch | 09:00 | Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen | Forum 60 plus |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Konversation Spanisch | 10:00 | Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen | Forum 60 plus |
| | | | | |
| | PC / online | | | |
| Freitag, 20.05.2022 | Senioren Digital "Routenplaner für Wanderer und Biker" | 10:00 - 11:00 | online | Forum 60 plus |
| | | | | |
| | Unterhaltungs- Angebote der Kirchgemeinden | | | |
| dienstags | Lismi-Treff | 14:00 - 17:00 | Kirchgemeindehaus Schinznach-Bad | Ref. Kirchgemeinde Birr |
| Montag, 02.05.2022 | Jassen für Ältere | 14:00 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchgemeinde Windisch |
| Dienstag, 03.05.2022 | Ref. Gottesdienst | 09:30 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchgemeinde Windisch |
| Mittwoch, 04.05.2022 | Kultur am Nachmittag "Männer, Frauen und andere Biester" | 14:30 | Stadtkirche Brugg | Ref. Kirchgemeinde Brugg |

| | | | | |
|---------------------------|---|---------------|---|-------------------------------------|
| Dienstag, 10.05.2022 | Eucharistiefeier | 09:30 | Sanavita AG Windisch | Kath. Kirchenzentrum Windisch |
| Mittwoch, 11.05.2022 | Caffè Compagnia Treff für Verwitwete und Alleinstehende | 14:30 - 16:30 | Kath Kirchenzentrum Windisch | ökum. Vorbereitungs- gruppe |
| Mittwoch, 11.05.2022 | Flick-Kafi | 14:00-17:00 | Pfrundhaus Lupfig | Ref. Kirchengemeinde Birr-Lupfig |
| Freitag, 13.05.2022 | Gottesdienst im Pflegezentrum | 10:45 | Pflegezentrum Süssbach Brugg | Ref. Kirchengemeinde Brugg |
| Montag, 16.05.2022 | Jassen für Ältere | 14:00 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchengemeinde Windisch |
| Dienstag, 17.05.2022 | Ref. Gottesdienst | 09:30 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchengemeinde Windisch |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Jass- und Spielnachmittag | 14:00 | Farbhaus Brugg | Ref. Kirchengemeinde Brugg |
| Donnerstag, 19.05.2022 | "Tanzend in den Frühling-im Stehen oder Sitzen | 15:00 | Ref. Kirchengemeindehaus Windisch | Ref. Kirchengemeinde Windisch |
| Dienstag, 24.05.2022 | Eucharistiefeier | 09:30 | Sanavita AG Windisch | Kath. Kirchenzentrum Windisch |
| Montag, 30.05.2022 | Jassen für Ältere | 14:00 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchengemeinde Windisch |
| Dienstag, 31.05.2022 | Ref. Gottesdienst | 09:30 | Sanavita AG Windisch | Ref. Kirchengemeinde Windisch |
| | | | | |
| | Plausch / Kultur | | | |
| Mittwoch, 04.05.2022 | Erzählcafé "Hausapotheke im Elternhaus" | 15:00 - 16:30 | Café Mikado Windisch | Forum 60plus |

| | | | | |
|---------------------------|---|----------------------------------|--|--|
| Mittwoch, 11.05.2022 | Besuch Flieger-Flab- Museum Dübendorf | 12:10 | Bahnhof Brugg | Forum 60plus |
| Dienstag, 17.05.2022 | Nostalgie-Chor | 15:00 - 16:00 | Röm-kath. Kirche Brugg | Forum 60 plus + Seniorenrat Brugg |
| Mittwoch, 18.05.2022 | Spieltreff | 14:00 - 16:00 | Cafeteria Sanavita Windisch | Forum 60 plus |
| Mittwoch, 18.05.2022 | Kinoreif "Shirley Valentine" | 16:00 Aperó 17:00 Film | Odeon Brugg | Seniorenrat Brugg |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Senioren-Café | 14:00 - 17:00 | ref. Kirchgem.Haus Schinznach Bad | Freiwillige |
| Freitag, 20.05.2022 | Vortragsreihe "Gelenkprothesen - Gibt es Alternativen" | 15:00 | Aare-Saal Sanavita Windisch | Forum 60plus |
| Freitag, 20.05.2022 | Sternen-Zirkel "Ursprünge der Menschheit" | 19:30 | Foyer Stadtmuseum Brugg | Seniorenrat Brugg |
| Mittwoch, 25.05.2022 | Regenbogenkaffee das Kaffee für alle | 14:00 - 16:00 | Rest. Süssbach beim Pflegezentrum Brugg | Gemeinn. Frauenverein + Koo-Stelle Alter Region Brugg |
| | | | | |
| | Selbsthilfe- & Gesprächs- gruppen | | | |
| Dienstag, 03.05.2022 | Gesprächsgruppe und Nachmittagstreff | 14:00 - 16:30 | Kath. Kirchenzentrum Brugg | FRAGILE AG/SO |
| Donnerstag, 05.05.2022 | offener Trauertreff | 18:30 - 20:30 | Hospiz Begegnungszone Brugg | Hospiz Aargau |
| Dienstag, 10.05.2022 | Gesprächsgruppe Angehörige von Menschen mit Demenz | 13:30 - 15:00 | Neumarkt 1 Brugg | Alzheimer Aargau |
| Donnerstag, 19.05.2022 | offener Trauertreff | 18:30 - 20:30 | Hospiz Begegnungszone Brugg | Hospiz Aargau |

| | | | | |
|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| Dienstag, 31.05.2022 | <i>zäme unterwägs</i> Outdoorgruppe für Betroffene | 14:00 - 17:00 | ab Bahnhof Brugg | FRAGILE AG/SO |
| | | | | |
| | Diverses | | | |
| Samstag, 21.05.2022 | Gesundheits- Zentrum Brugg - Tag der offenen Tür | 09:00 | Gesundheits- Zentrum Brugg | Gesundheits- Zentrum Brugg |
| Montag, Mittwoch, Donnerstag + Sa 28.05.2022 | Kleiderkarussell | 14:00 - 16:00 Sa 10:00 - 12:00 | Wydenstr. 14 Birr | Ref. Kirchgemeinde Birr |
| | | | | |
| | Mittagstische in den Gemeinden | | | |
| Dienstag, 03.05.2022 | Birr / Lupfig "zäme ässe" | 12:00 | Haus Eigenamt | Ref. Kirchgemeinde Birr |
| Freitag, 20.05.2022 | Birr / Lupfig "zäme ässe" | 12:00 | Paulushuus Lupfig | Kath. Kirchzentrum Paulus Birr-Lupfig |
| Donnerstag, 19.05.2022 | Birrhald | 12:00 | Sportzentrum Wasen | Elisabeth Weber 056 225 19 11 |
| Donnerstag, 05.05.2022 | Brugg | 11:45 | Rest. Schnitzeria | Margrit Keller 056 441 57 26 |
| Auskunft bei E. Salchli | Habsburg | | | Elisabeth Salchli 056 535 85 22 |
| Donnerstag, 12.05.2022 | Hausen | 12:00 | Stiftung Domino | Daniel Bieri 056 448 90 66 |
| Donnerstag, 12.05.2022 | Mülligen | 12:00 | Rest. Waldheim | Doris Huber 056 225 10 12 |
| erst wieder im Juni | Schinznach Bad | 11:45 | AMAG Bistro Schinznach-Bad | Rose Käthy 056 443 22 23 |
| Dienstag, 03.05.2022 | Windisch | 12:15 | Sanavita AG Windisch | Claire Aeberhard 056 442 16 86 |

Für weitere Auskünfte steht Ihnen die Koordinationsstelle Alter Region Brugg, Neumarkt 1 in Brugg unter Tel. 056 441 48 48, www.alter-region-brugg.ch, info@alter-region-brugg.ch, zur Verfügung.

Zum Teil sind Anmeldungen erforderlich, fragen sie nach.



Beachten Sie

| | | | | |
|---|--|---------------------------------------|------------------------------------|------|
| Die Fachhochschule NW organisiert in Zusammenarbeit mit der Koordinationsstelle Alter Region Brugg, dem Seniorenrat Stadt Brugg, dem Forum 60plus und der Pro Senectute Brugg folgende Workshops: | | | | |
| Mittwoch, 20.4., Donnerstag, 21.04. | Workshop 1 "Schulweg erinnern" | Mittwoch 09:30 Donnerstag 14:30 | Campus Brugg | FHNW |
| Erfolgreich durchgeführt | | | | |
| Do.12.05. Fr. 13.5. Mo.16.5. Di.17.5. | Workshop 2 "Andere Menschen durch Brugg begleiten" | Mo - Do jeweils 14:30 Fr 09:30 | rund um Brugg | FHNW |
| Freitag, 17.06.2022 | eine Gruppe Lehrpersonen zu zweit durch Brugg begleiten | 12:30 - 14:30 | vom Campus zum Stapferschulhaus | FHNW |

Die Workshops dauern jeweils 2 Stunden. Machen Sie mit! **Sie können sich ein passendes Datum auswählen.**

Auskünfte und Anmeldungen: Koordinationsstelle Alter Region Brugg, Renate Trösch,

| |
|---|
| Lesen und Geschichten für Kinder ein Förderprojekt der Stadtbibliothek Brugg und des Kanton Aargau |
| Haben Sie Freude am Lesen? Sehen Sie die Begegnung mit Kindern als Bereicherung an? Dann machen Sie mit beim Projekt "Lesetandem". Weitere Infos bei Cécile Bernasconi, Stadtbibliothek Brugg, cecile.bernasconi@stadtbibliothek-brugg.ch , 056 441 84 61 |