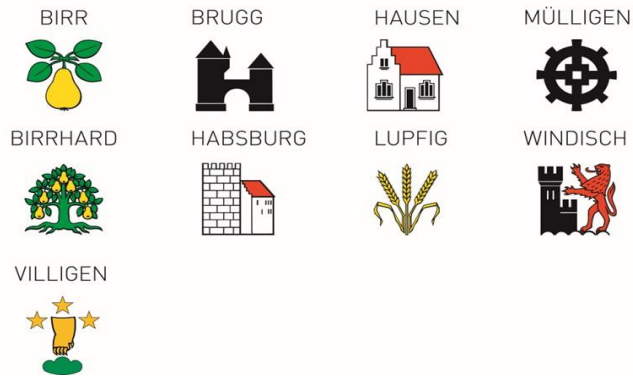




KOORDINATIONSSTELLE

Alter Region Brugg



Veranstaltungskalender Mai 2024 für unsere ältere Bevölkerung

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

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	In Bewegung bleiben			
montags	Café Balance - Rhythmikkurs	14:15 - 15:05	Musikwerkstatt Brugg	Verein Seniorenrhythmik nach Dalcroze
dienstags + donnerstags	Gesundheit und Stärke durch gezielte Bewegung	08:00 - 09:00 und 19:00 - 20:00	Turnhalle Schützenmatt Brugg	Vitaswiss Brugg
montags - freitags	Fitness und Gymnastik	Detailprogramm bei Pro Senectute Brugg	diverse Orte	Pro Senectute Brugg
montags	Bewegungstreff Frauen + Männer	09:30 - 10:30	Pflegezentrum Süssbach Brugg	Pro Senectute Brugg
dienstags	Nordic-Walking	9:00 - 10:15	Windisch HPS Tannenweg 9	Pro Senectute Brugg
donnerstags	Pétanque	14:00 - 16:00	Kiesplatz vor dem Salzhaus Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
mittwochs + donnerstags	Aqua-Fitness	vor- und nachmittags	Hallenbad Brugg	Pro Senectute Brugg
Freitag, 03.05.2024	Wanderung Küttigen-Biberstein	09:10	Bahnhof Brugg	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 14.05.2024	Radtour Hasenberg	08:30	Windisch Campus Bar	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 14.05.2024	Wanderung Frick-Burgruinen-Alt Tierstein und Alt Homburg-Witnau	08:25	Bahnhof Brugg	Pro Senectute Brugg
Mittwoch/ Donnerstag, 15./16.05. 2024	2-Tages-Wanderung Sarnen-Lourdes Grotte-Flüeli-Ranft- Bruder Klausweg- Sarnen	08:55	Bahnhof Brugg Gleis 4	Forum 60 plus
Donnerstag, 16.05.2024	Mountainbiketour Alpenrosen	12:50	Parkplatz Go Easy, Station Siggenthal	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 28.05.2024	Radtour Schwarzwald mit Car	08:00	Bahnhof Brugg Windischer Seite	Pro Senectute Brugg
Freitag, 31.05.2024	Wanderung Hochdorf-Sempach	08:00	Bahnhof Brugg	Pro Senectute Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	Sprachen			
Donnerstag, 02.05.2024	Konversation Englisch	10:00	Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen	Forum 60 plus
Samstag, 11.05.2024	Sprachcafé Englisch	09:30	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek
Dienstag, 14.05.2024	Sprachcafé Italienisch	14:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
Donnerstag, 16.05.2024	Konversation Französisch	09:00	Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen	Forum 60 plus
Donnerstag, 16.05.2024	Sprachcafé Französisch	10:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek
Donnerstag, 16.05.2024	Konversation Spanisch	10:00	Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen	Forum 60 plus
Donnerstag, 16.05.2024	Konversation Italienisch	10:00	Rest. Melograno Hausen	Forum 60 plus
Samstag, 25.05.2024	Sprachcafé Englisch	09:30	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek
Dienstag, 28.05.2024	Sprachcafé Italienisch	14:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
Donnerstag, 30.05.2024	Sprachcafé Französisch	19:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	Angebote der Kirchgemeinden für alle			
dienstags	Lismi-Treff	14:00 - 17:00	Kirchgemeinde-Haus Schinznach-Bad	Ref. Kirchgemeinde Birr
mittwochs	Begegnungszeit bei Kaffee oder Spaziergang	15:00	Parkbank ref. Kirche Windisch	Ref. Kirchengemeinde Windisch
montags + freitags	offenes Kirchgemeinde-Haus	montags 9-11 freitags 14-16	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Mittwoch, 01.05.2024	Kultur am Nachmittag "Die anderen Eidgenossen"	14:30	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Montag, 06.05.2024	Jassen im Lindepark	14:00	Sanavita AG Windisch	Ref. Kirchgemeinde Windisch
Mittwoch, 15.05.2024	zäme träffe	14:00-17:00	Pfrundhaus Lupfig	Ref. + kath. Kirchgemeinde Birr
Donnerstag, 16.05.2024	Seniorencafé	14:00	Kirchgemeinde-haus Schinznach Bad	Freiwillige
Donnerstag, 16.5.2024	Spielnachmittag	14:00	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Montag, 27.05.2024	Jassen im Lindepark	14:00	Sanavita AG Windisch	Ref. Kirchgemeinde Windisch
<i>Vorschau Mittwoch, 05.06.2024</i>	Kultur am Nachmittag "Die Stadtbibliothek im Effingerhof"	14:30	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	Plausch / Kultur			
montags	"weisch no" Kafi	ab 15:00	Weingut Judith Schödler Villigen	Annelis Berner 078 737 55 38
donnerstags, 02.05./23.05./ 13.06.2024	Mathematik die Spass macht	14:00	Gemeinschaftsr. Alterswohnungen Hausen	Forum 60 plus
Sonntag, 05.05.2024	Sunntigsfahrt "Bielersee Twann"	08:45	diverse Einsteigeorte	Koordinations- stelle Alter Region Brugg
Dienstag, 07.05.2024	Kegelnachmittag	14:00-16:00	Rest. Sonnenberg Brugg	Forum 60 plus
Mittwoch, 15.05.2024	Spieltreff	14:00	Cafeteria Sanavita AG	Forum 60 plus
Mittwoch, 15.05.2024	OdeonKinoreif? "the river of no return"	17:00	Kino Odeon Brugg	Kino Odeon + Seniorenrat Stadt Brugg
Freitag, 17.05.+24.05. 2024	Stimme & Klang - meine Stimme richtig einsetzen	15:30	Musikwerkstatt Stapferstrasse 31 Brugg	Volkshochschule Region Brugg
Freitag, 17.05.2024	Buchvernissage Severin Schwendener "Schemen & Haft"	19:30	Stadtpolizei Zürich Amtshaus 1 Bahnhofquai 3 8001 Zürich	Forum 60 plus
Samstag, 18.05.2024	Erzählcafé	10:00-12:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek
Dienstag, 21.05.2024	Nostalgie-Chor	15:00 - 16:00	Röm-kath. Kirche Brugg	Forum 60 plus + Seniorenrat Brugg
Mittwoch, 29.05.2024	Regenbogenkaffee	14:00	Restaurant Pflegezentrum Süessbach Brugg	Koordinations- stelle Alter Region Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
Mittwoch, 29.05.2024	Film "Enkeltrick-Betrüger"	17:00	Kino Odeon Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Kino Odeon
<i>Vorschau Sonntag, 02.06.2024</i>	Sonntags-Mittagstisch "Rest. Max + Moritz"	12:00	Rest. Max + Moritz Hausen	Koordinations- stelle Alter Region Brugg
	Selbsthilfe, Referate & Gesprächs- gruppen			
Donnerstag, 04.05.2024	offener Trauertreff	18:30 - 20:30	Hospiz Begegnungszone Brugg	Hospiz Aargau
Dienstag, 07.05.2024	Gesprächsgruppe und Nachmittagstreff	14:00 - 16:30	Kath. Kirchzentrum Brugg	FRAGILE AG/SO
Samstag, 11.05.2024	Vortrag Einfach da sein - für Menschen im Hospiz	15:00	Meck Kulturhaus Geissgasse 17, 5070 Frick	Hospiz Aargau
Dienstag, 14.05.2024	Gesprächsgruppe Angehörige von Menschen mit Demenz	13:30 - 15:00	Neumarkt 1 Brugg	Alzheimer Aargau
Sonntag, 21.05.2024	Trauercafé	14:30 - 17:00	Selbsthilfezentrum Aarau	Hospiz Aargau
Dienstag, 21.05.2024	Vortragsreihe "Begleitung und Unterstützung beim Abschied"	15:00	Sanavita AG, Aare-saal, Windisch	Stiftung Sanavita AG + Forum 60 plus
Freitag, 24.05.2024	Sternenzirkel "Hans Boss: Bolo'bolo, von einer Utopie zu innovativen Wohnungsbauten"	19:30	Foyer Stadtmuseum Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg und Team Sternenzirkel
Dienstag, 28.05.2024	Outdoorgruppe "zäme unterwegs"	14:00 - 17:00	Bahnhof Brugg	FRAGILE AG/SO

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
Donnerstag, 30.05.2024	Strafprozess - Forensische Psychiatrie Strafvollzug	18:30	Bezirksgericht Brugg	Volkshochschule Region Brugg
	Diverses			
Mo/Mi/Do und Samstag, 25.05.2024	Kleiderkarussell	Mo/Mi/Do 14:00 - 16:00 Samstag 10:00 - 12:00	Wydenstr. 14 Birr	Ref. Kirchgemeinde Birr
	Mittagstische "zäme ässe"			
Freitag, 03./17./24./ 31.05.2024	Brugg "Mittagstisch für alle"	12:00	Ref. Kirchgemeinde- Haus Brugg	Ref. Kirche Brugg
fällt im Mai aus	Schinznach Bad	11:45	Amag Bistro	Käthy Rose 056 443 22 23
Donnerstag, 02.05.2024	Brugg	11:45	Rest. Schnitzeria	Margrit Keller 056 441 57 26
Donnerstag, 02.05.2024	Scherz	11:30	Rest. Löwen	Claudia Marty 079 396 91 56
Freitag, 03.05.2024	zäme ässe	12:00	Paulushuus Lupfig	Kath. Kirchenzentrum Paulus Birrfeld
Dienstag, 07.05.2024	Windisch	12:15	Sanavita AG Windisch	Claire Aeberhard 056 442 16 86

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
Donnerstag, 09.05.2024	Mülligen	12:00	Rest. Waldheim	Doris Huber 056 225 10 12
Donnerstag, 09.05.2024	Hausen	12:00	Stiftung Domino	Andrea Mathis 056 448 90 66
Dienstag, 14.05.2024	Lupfig	12:00	Haus Eigenamt Lupfig	Kath. Kirchenzentrum Paulus Birrfeld
Dienstag, 14.05.2024	Villigen	11:30	Rest. Hirschen	Hedy Greiner 056 284 10 38
Dienstag, 14.05.2024	Birr / Lupfig Zämä ässe mit Lotto	12:00	Pfrundhaus Lupfig	Ref. Kirche Birr
Dienstag, 14.05.2024	Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren	12:00	Pfrundhaus Lupfig	Kath. Kirchenzentrum Paulus Birrfeld
Donnerstag, 16.05.2024	Birrhard	12:00	Aaresport Birrhard	Elisabeth Weber 079 252 22 21
Auskunft bei E. Salchli	Habsburg			Elisabeth Salchli 056 535 85 22

Für weitere Auskünfte steht Ihnen die Koordinationsstelle Alter Region Brugg, Dohlenzelgstr. 6, Windisch, unter Tel. 056 441 48 48, www.alter-region-brugg.ch, info@alter-region-brugg.ch, zur Verfügung.

Cafe Balance - Senioren-Rhythmik nach Dalcroze montags 14:15 - 15:05 Uhr Musikwerkstatt Brugg unverbindliche und kostenlose Schnupperlektion

Der Rhythmikkurs in Brugg - bleiben Sie mit Café Balance in Bewegung und in Kontakt mit Ihren Mitmenschen. Fördern Sie das Gleichgewicht und die Balance und schützen sich durch Ihren sicheren Gang vor Stürzen. Als besonders wirksam hat sich in wissenschaftlichen Studien die Rhythmik nach J. Dalcroze erwiesen. Sie reduziert das Sturzrisiko um mehr als 50%

