

:: Gymnastik / Sport

> Velofahren

Gemeinsame Ausflüge mit dem Velo
[Velogruppe Furttal-Regensdorf - Pro Senectute Kanton Zürich \(psz.ch\)](#)

Frühling bis Herbst Jeden Dienstag trifft sich unsere Gruppe zu gemeinsamen Fitness, Halb- oder Tagestouren.

Pro Senectute Kanton Zürich
 Kontakt Yvonne Schmid,
 Koordinatorin 079 481 77 13,
hayschmid@bluewin.ch

> Atem- und Gesundheitsgymnastik

Kosten: Fr. 140.- jährlich

Jeden Donnerstag
 im Schulhaus Ruggenacher 2, um
 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr

Kontakt: Frau Kammermann
 044 840 02 62
ae.kammermann@bluewin.ch

> Wassergymnastik für Frauen

Kosten: Fr. 150.- jährlich

Jeden Freitag im Schwimmbad beim
 Schulhaus Ruggenacher 3, um 17 -
 18 Uhr

Kontakt: Frau Kammermann
 044 840 02 62
ae.kammermann@bluewin.ch

:: Musik / Tanz

> Mauritius-Chor / Klassische Kirchenmusik

Der Mauritius-Chor pflegt den Chorgesang und führt Werke und Messen grosser Meister auf.
[Mauritius-Chor Regensdorf/Furttal](#)

Proben jeweils am Dienstag von 20 – 22 Uhr im Katholischen Pfarreizentrum St. Mauritius, Schulstr. 112, 8105 Regensdorf

Röm.-kath. Pfarrei St. Mauritius Furttal, Kontakt: Vreni Klaus-Suter
kontakt@mauritius-chor.ch

> Kantorei

Chor, Gottesdienstmitwirkung und Konzerte
[Kantorei Regensdorf - Gemeinsam singen und musizieren](#)

Jeden Mittwoch von 19.30 – 21.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus (ausser Schulferien)

Kantorei Ref. Kirche Furttal
 Kontakt: Helmut Stucki (Präsident)
 044 840 09 82
info@kantorei-regensdorf.ch

> Miteinander Singen

Wir singen altbekannte und neuere Lieder mit Klavierbegleitung. Ohne Auftritte.
[Miteinander Singen – Ref. Kirche Furttal](#)

In der Regel jeden 2. Donnerstag im Monat um 14.30 – 16:00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus, Watterstr. 18

Reformierte Kirche Furttal
 Kontakt: Esther Stutz
esther.stutz@kirche-furttal.ch
 044 520 44 28

> Internationale Tänze

Wir treffen uns in einer fröhlichen Gruppe und üben unter kundiger Leitung internationale Tänze ein.
[Internationale Tänze – Ref. Kirche Furttal](#)

In der Regel jeden 1. und 3. Montag im Monat um 14.30-16.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus Watterstrasse 18

Reformierte Kirche Furttal
 Kontakt: Esther Stutz
esther.stutz@kirche-furttal.ch
 044 520 44 28

> Everdance

Moderne und einfache Schrittfolgen des modernen Gesellschaftstanzes
[Everdance@Regensdorf - Pro Senectute Kanton Zürich \(pszh.ch\)](mailto:Everdance@Regensdorf-ProSenectuteKantonZürich.pszh.ch)

Jeweils Dienstag, 9.00 – 9.50 / 10.00 -10.50 Uhr
 im Ref. Kirchgemeindehaus
 Watterstrasse 18

Pro Senectute Kanton Zürich
 Anmeldung:
 058 451 51 36
 (Mo – Fr 08.00 – 12.00 Uhr)
sport@pszh.ch

:: Spielen
> Jassnachmittag

Gemütliche Jass-Nachmittage (kostenlos)
[Jassnachmittag – Ref. Kirche Furttal](#)

Am 2. und 4. Dienstag im Monat ab 13.30 Uhr im reformierten Kirchgemeindehaus
 Watterstrasse 18, 8105 Regensdorf

Reformierte Kirche Furttal
 Kontakt: Ariane Schwickert
ariane.schwickert@kirche-furttal.ch
 044 520 44 29

> 60+Treff

Ein unkomplizierter Treff bei welchem der Spass im Vordergrund steht. Es wird gejasst, gespielt, Kaffee, Kuchen und Gespräche gehören natürlich auch dazu.
[Angebote \(bz-sonnhalde.ch\)](#)

Immer Montag 13:30 – 16:00 Uhr
 Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Begegnungszentrum Sonnhalde
 Steinstrasse 24
 8106 Adlikon
info@bz-sonnhalde.ch
 044 840 10 51

:: Handarbeiten / Werken
> Frauenarbeitskreis

Handarbeitsnachmittag: stricken und häkeln in guter Gesellschaft
[Frauenarbeitskreis – Ref. Kirche Furttal](#)

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 14 Uhr bis 16 Uhr im Kirchgemeindehaus, Watterstr. 18

Reformierte Kirche Furttal
 Kontakt: Esther Stutz
esther.stutz@kirche-furttal.ch
 044 520 44 28

:: Bildung / Kurse
> Diverse Weiterbildungskurse im GZ Roos

Sprachkurse, Gymnastikkurse, Werken, Gestalten
[Angebote - Gemeinschaftszentrum Roos in Regensdorf](#)

Kurse währen des ganzen Jahres. Details stehen im Kursprogramm des GZ Roos.

GZ Roos
 Kontakt: 044 840 54 27
gzroos@regensdorf.ch

> Sprachkurse in Regensdorf

Englisch- und Französisch-konversation für unterschiedliche Sprachniveaus
[Sprachkurse – Frauenverein Regensdorf](#)

Immer am Donnerstag, altes Schulhaus, Watterstr. 17, Regensdorf
 09.00 – 10.00 Uhr Englisch
 10.00 – 11.00 Uhr Französisch

Gemeinnütziger Frauenverein
 Information / Anmeldung:
 Marianne Colombié
 044 840 22 81

:: Besinnliches

> Nachdenken am Morgen

Biblische Texte und Lebensthemen
gemeinsam bedenken

[Nachdenken am Morgen – Ref.
Kirche Furttal](#)

In der Regel am 1. Donnerstag im
Monat im Ref. Kirchgemeindehaus
09.30 – ca. 11.00 Uhr

Reformierte Kirche Furttal
Kontakt: Esther Stutz
esther.stutz@kirche-furttal.ch
044 520 44 28

:: Möglichkeiten für Freiwilligenarbeit

> Freiwillig engagiert in der ref. Kirche Furttal

Als freiwillig Mitwirkende/r sind Sie
Teil unserer offenen und fröhlichen
Kirche. Mit Ihrer Zeit und Ihren
Talenten stärken Sie die Vielfalt und
Lebendigkeit der Kirchgemeinde.

[Freiwilligenbroschuere.pdf \(kirche-
furttal.ch\)](#)

Reformierte Kirche Furttal
Watterstr. 18
044 520 44 00
info@kirche-furttal.ch

> Freiwillig engagiert bei der Nachbarschaftshilfe Furttal

Besuchen Sie gerne Leute, begleiten
Sie gerne bei Spaziergängen, führen
Sie gerne Gespräche, gehen für mit
einkaufen, mit dem Hund spazieren,
kulturellen Anlass besuchen, etc?

[Nachbarschaftshilfe Furttal](#)

Sie werden sorgfältig in die Aufgabe
eingeführt, können Weiterbildungs-
angebote von Pro Senectute Kanton
Zürich besuchen und sind versichert.
Spesen werden entschädigt.

Nachbarschaftshilfe Furttal
Rita Joss
079 438 97 57
info@nbhf.ch

> Freiwillig engagiert bei Pro Senectute Kanton Zürich

Möchten Sie sich aktiv für ältere
Menschen sozial engagieren? Als
Freiwillige oder Freiwilliger finden Sie
bei uns verschiedene Möglichkeiten,
Ihre Erfahrung und Ihr Können
einzubringen.

Für welches Engagement Sie sich
auch entscheiden: Freuen Sie sich
auf viele bereichernde Begegnungen.

Pro Senectute Kanton Zürich
Dienstleistungszentrum Unterland und
Furttal
058 451 53 14
www.pszh.ch/freiwillig

:: Treffmöglichkeiten / Treffpunkte

> Ökumenischer Senioren-Nachmittag

Unterhaltung und Information wie
z. B. Musik, Theater oder Referate
zu verschiedenen Themen. Im
Anschluss Zvieri. (kostenlos)
[St-mauritius.ch/spiritualitaet/
oekumen-senioren-nachmittage](http://St-mauritius.ch/spiritualitaet/oekumen-senioren-nachmittage)

Jeden 1. Mittwoch im Monat,
14.30 – 16.30 Uhr

Ort variierend:
Kath. Pfarreizentrum St. Mauritius,
Schulstr. 112, 8105 Regensdorf
oder
Ref. Kirchgemeindehaus
Watterstr. 18, 8105 Regensdorf

> Senioren-Essen

Gemeinsames Mittagessen
in gemütlicher Runde.
Kosten: Fr. 12.– inkl. Getränke
[Seniorenessen – Ref. Kirche Furttal](#)

Jeweils 1x monatlich an einem
Mittwoch 12.00 Uhr im Ref.
Kirchgemeindehaus
Anmeldung nötig

Kontakt: Esther Stutz,
[esther.stutz@kirche-furttal.ch/](mailto:esther.stutz@kirche-furttal.ch)
044 520 44 28

> Mittagessen für alle

Mittagessen und Möglichkeit
zum Spielen und Plaudern
Kosten: Fr. 12.– inkl. Getränke

Sporadisch an sonntagen 11.30 –
14.00 Uhr im
Ref. Kirchgemeindehaus
Anmeldung nötig

Altersarbeit der Reformierten Kirche
Furttal
Kontakt: Ariane Schwickert
044 520 44 29

> Grosseltern-Treff

Altersarbeit der Reformierten Kirche
Furttal
Kontakt: Ariane Schwickert
044 520 44 29

> Tavolata für SeniorInnen im BZ Sonnhalde

Gemeinsames, gemütliches
Mittagessen
Kosten: Fr. 14.–
[TAVOLATA – MITTAGESSEN FÜR
SENIORINNEN & SENIOREN](#)

Jeden Donnerstag um 11.45 – 14.00
Uhr im BZ Sonnhalde in Adlikon b.
Regensdorf. Mit Anmeldung.

Anmeldung jeweils bis Dienstag
11.00 Uhr
Kontakt: 079 779 22 39 oder
info@bz-sonnhalde.ch

> Tavolata WWA in Adlikon b. Regensdorf

Gemeinsames Mittagessen in kleiner
Runde bei jemandem zu Hause.

Termine und weitere Informationen
können über den Kontakt angefragt
werden.

www.tavolata.ch
Kontakt: Myrtha Löhner
044 840 39 06 /
myrtha.loehrer@gmail.com

> TCCR Tavolata Caffè Culturale Regensdorf

Wir einigen uns über ein Buch, das
wir lesen, einen Film, den wir sehen,
eine Theateraufführung, die wir
besuchen, eine Ausstellung, die wir
besichtigen wollen (individuell) und
treffen uns bei Kaffee und
Kuchen/Dessert, um gemeinsam
darüber zu diskutieren.

Termine und weitere Informationen
[TCCR – Tavolata Caffè Culturale
Regensdorf | Tavolata.](#)

Kontakt: Peter Bähler
079 446 72 86
rbp@bluewin.ch

:: Treffmöglichkeiten / Treffpunkte

> Besuchsdienst Furttal

Besuche zu Hause, gemeinsam
spazieren, plaudern oder
Besorgungen erledigen

Besuche nach Vereinbarung

Besuchsdienst Furttal
Kontakt: Rita Joss
079 438 97 57
www.besuchsdienst-furttal.ch

> Besuchsdienst für kranke und betagte Menschen

Wir besuchen unsere Gemeinde-
mitglieder, im Pflegeheim
Regensdorf und im Bürgli in
Dielsdorf

Auf Anfrage ca. 2x jährlich

Gemeinnütziger Frauenverein
Kontakt: Lisbeth Blanc
044 840 13 37

:: Ferien / Ausflüge

> Senioren-Ferien

Begleitete Ferien für Senioren u. Seniorinnen. Mit abwechslungsreichem Ausflugs-Programm.

Jährlich auf Anfrage

Reformierte Kirche Furttal
044 520 44 00

> Senioren-Wander-Ferien

In Flims

Erstmalige Durchführung
22. -26. Sept. 2024

Altersarbeit der Reformierten Kirche
Furttal
Kontakt: Ariane Schwickert
044 520 44 29

> Ausflüge gemeinnütziger Frauenverein Regensdorf

Mehrere Halb- und Ganztagesausflüge im Jahr für Seniorinnen und Senioren

Termine werden im Furttaler publiziert und auf der Internetseite.

Gemeinnütziger Frauenverein
Kontakt: Frau Margrit Zumkeller
044 840 28 97
Frauenverein-regensdorf.ch

> Klub Mitenand, Tagesausflüge

Gemeinsame Ausflüge mit dem Car für Seniorinnen und Senioren ab dem 60. Lebensjahr

ca. 10 Tagesausflüge pro Jahr
weitere Informationen siehe
Internetseite

Verein Klub Mitenand, Kontakt:
monika@miethlich.ch
www.klubmitenand.ch
