



Angebote für Menschen ab 60 Jahren

Lebens- & Freizeitgestaltung

:: Gymnastik / Sport

> Velofahren

Gemeinsame Ausflüge mit dem Velo

Jeden Dienstag von April bis Ende September, verschiedene Treffpunkte in der Region

Pro Senectute Kanton Zürich
Kontakt: Martin Meier, Koordinator
Velogruppe 044 844 58 15 /
076 412 58 15
www.pszh-sport.ch/Velofahren

> 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

> 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

:: Musik / Tanz

> Mauritius-Chor / Klassische Kirchenmusik

Der Mauritius-Chor pflegt den klassischen Chorgesang und führt Werke und Messen grosser Meister auf.

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

Jeden Mittwoch von 19.45 – 21.45 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus (ausser Schulferien)

Kantorei Ref. Kirche Furttal Kontakt: Helmut Stucki (Präsident) 044 840 09 82

> Miteinander Singen

Wir singen altbekannte und neuere Lieder mit Klavierbegleitung.

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

Reformierte Kirche Furttal Kontakt: Esther Stutz 044 520 44 21

> Internationale Tänze

Wir treffen uns in einer fröhlichen Gruppe und üben unter kundiger Leitung internationale Tänze ein.

Jeden 1. und 3. Montag im Monat um 14.30-16.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus Watterstrasse 18

Reformierte Kirche Furttal Kontakt: Susanne Räch 044 817 02 93

> Everdance

Moderne und einfache Schrittfolgen des modernen Gesellschaftstanzes

Am Dienstag, 9.30-10.20 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 oekumenische Jass-Nachmittage (kostenlos)

Am 2. und 4. Donnerstag im Monat ab 13.30 Uhr im Kath. Pfarreizentrum St. Mauritius Schulstr. 112, 8105 Regensdorf

Altersarbeit der Reformierten Kirche Furttal Kontakt: Frau Irina Dedecius 044 520 44 29

:: Handarbeiten / Werken

> Frauenarbeitskreis

Handarbeitsnachmittag zu Gunsten christlicher Hilfswerke

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

Reformierte Kirche Furttal Kontakt: Ruth Meier 044 841 12 17

:: Bildung / Kurse

> Diverse Weiterbildungskurse im GZ Roos

Sprachkurse, Gymnastikkurse,
Werken, Gestalten

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

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

> Sprachkurse in Regensdorf

Englisch- und Französisch-
konversation für unterschiedliche
Sprachniveaus

Immer am Donnerstag im Mülihuus,
Mühlestrasse 24 in 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

Ein Angebot für ältere und jüngere
Menschen, die sich mit biblischen
Texten und Glaubensthemen
befassen möchten.

Jeweils am 1. Donnerstag im Monat
(ausser August) im Ref.
Kirchgemeindehaus
09.30 – ca. 11.00 Uhr

Reformierte Kirche Furttal
Kontakt: Esther Stutz Friedli
044 520 44 28

:: Möglichkeiten für Freiwilligenarbeit

> Freiwillige für verschiedene Einsätze und Besuchsdienste

Freiwillige können sich bei Interesse
für verschiedene Arbeiten wie
Besuchsdienst, Fahrdienst, Mithilfe
bei Veranstaltungen, Essen
zubereiten, Versandarbeiten usw.
melden.

Je nach Aufgabe im Ref. Kirch-
gemeindehaus oder Auswärts

Altersarbeit der Reformierten Kirche
Furttal
Kontakt: Esther Stutz,
044 520 44 28

> Freiwillige für Besuchsdienste

Freiwillige können sich für
regelmässige Besuche zum
Plaudern, Zusammen sitzen,
Vorlesen oder gemeinsam
Besorgungen zu erledigen usw.
melden.

Je nach Person und Bedarf bei
den Leuten zu Hause oder draussen.

Besuchsdienst Furttal
Kontakt: Rita Joss
079 438 97 57
www.besuchsdienst-furttal.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 12
www.pszh.ch/freiwillig

:: Treffmöglichkeiten / Treffpunkte

> Ökumenischer Seniorennachmittag

Unterhaltung und Information wie z. B. Musik, Theater oder Referate zu verschiedenen Themen. Im Anschluss Zvieri. (kostenlos)

Jeden 1. Mittwoch im Monat im Kath. Pfarreizentrum St. Mauritius, Schulstr. 112, 8105 Regensdorf
offen für alle von:
14.30 – 16.30 Uhr

Der Anlass wird ökumenisch (Ref. Kirche Furttal / Röm.-kath. Pfarrei St. Mauritius, Furttal) durchgeführt.

> Senioren-Essen

Gemeinsames Mittagessen in gemütlicher Runde.
Kosten: Fr. 10.– inkl. Getränke

In der Regel jeden 3. Mittwoch im Monat um 12.00 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus

Altersarbeit der Reformierten Kirche Furttal
Kontakt: Esther Stutz,
044 520 44 28 / Irina Dedecius
044 520 44 29
(Di u. Fr 08.30 – 11.30 Uhr)

> Offener Treff

Mittagessen und Möglichkeit zum Spielen und Plaudern
Kosten: Fr. 10.– inkl. Getränke

Jeden 2. Sonntag im Monat um 11.30 – 15.30 Uhr im Ref. Kirchgemeindehaus

Altersarbeit der Reformierten Kirche Furttal
Kontakt: Esther Stutz,
044 520 44 28 / Irina Dedecius
044 520 44 29
(Di u. Fr 08.30 – 11.30 Uhr)

> Tavolata für SeniorInnen im BZ Sonnhalde

Gemeinsames, gemütliches Mittagessen
Kosten: Fr. 12.–

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

Anmeldung jeweils bis Dienstag vor 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.loehner@gmail.com

> Mauritius Tisch

Mittagessen im Kath. Pfarreizentrum Regensdorf.
Keine Anmeldung notwendig.
Kosten: Kollekte

Immer am 2. Mittwoch im Monat um 12.00 Uhr im Kath. Pfarreizentrum St. Mauritius Schulstr. 112, 8105 Regensdorf

Röm.-kath. Pfarrei St. Mauritius Furttal
043 388 70 20

> Besuchsdienst-Gruppe

Besuche zu Hause, im APF, zum Geburtstag

Sie besuchen alleinstehende Menschen oder solche mit Einschränkungen und werden in Ihrer Aufgabe begleitet

Altersarbeit der Reformierten Kirche Furttal
Kontakt: Esther Stutz,
044 520 44 21
(Di 08.30 – 12.00 Uhr)

:: 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

Auf Anfrage machen wir Besuche mit Blumen im Spital, in Alters- und Pflegeheimen.

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

Altersarbeit der Reformierten Kirche Furttal
Esther Stutz, 044 520 44 28
Irina Dedecius, 044 520 44 29
(Di + Fr 08.30 – 11.30 Uhr)

> Wandertage und Ausflüge des Frauenvereins Regensdorf

Mehrere Halb- und Ganztagesausflüge im Jahr für Seniorinnen und Senioren

Termine werden im Furttaler publiziert

Gemeinnütziger Frauenverein
Kontakt: Frau Margrit Zumkeller
044 840 28 97

> Klub Mitenand, Tagesausflüge

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

ca. 10 Tagesausflüge pro Jahr

Verein Klub Mitenand, Kontakt:
Max Berger 044 840 39 18
max.berger6@bluewin.ch
