



# Seniorevent

Veranstaltungskalender für Seniorinnen und Senioren  
Mai bis August 2024



horgen

Liebe Seniorinnen und Senioren

Wir freuen uns, Ihnen passend zum Frühling das neue Veranstaltungsangebot im Baumgärtlihof zu präsentieren. Allen freiwilligen Helferinnen und Helfern, die diese interessante Palette an Kursen und Veranstaltungen erst möglich machen, danken wir ganz herzlich!

Bereits vormerken sollten Sie sich den Samstag, 6. Juli. An diesem Datum findet das alljährliche Sommerfest im Baumgärtlihof statt. Es wird Unterhaltung, Musik, Speis und Trank und natürlich die Möglichkeit geben, zu Tanzen.

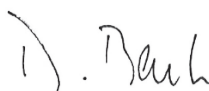
Die Horgner Anlaufstelle Alter und Gesundheit, die ebenfalls im Baumgärtlihof beheimatet ist, feiert dieses Jahr ihr zehnjähriges Bestehen. Wir planen dieses Jubiläum am 1. Oktober mit Ihnen zu feiern und werden rechtzeitig darüber informieren. Die Anlaufstelle bietet Hilfe und Unterstützung im Alter. Zum Beispiel, wenn es um einen Heimeintritt geht, um die Steuererklärung und finanzielle Fragen, um altersgerechtes Wohnen, Gesundheitsthemen und vieles mehr.

Im Frühling zieht es uns wieder vermehrt nach Draussen. In diesem Zusammenhang weisen wir Sie gerne auf den Generationentreffpunkt hin, ein gemeinsames Projekt zur Förderung der geistigen und motorischen Beweglichkeit im Alter des Baumgärtlihofs, des Hauses Tabea und der Stapfer Stiftung. Der Bewegungs-, Erlebnis- und Sinnespark bietet eine vielfältige Auswahl an Geräten und Anlagen, die spielerisch und gesundheitsfördernd genutzt werden können.

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen Frühling und Sommer und freuen uns, Sie bald im Baumgärtlihof begrüßen zu dürfen!



Silvia Hunziker Rübel  
Ressortvorsteherin  
Gesellschaft



Dominic Bentz  
Abteilungsleiter  
Alter und Gesundheit

## Veranstaltungen von Tag zu Tag Mai bis August 2024

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Donnerstag 2. Mai 14.00 Uhr	<b>Zyklus: Lebensfreude kennt kein Alter</b> <b>Man ist, was man isst!</b> Die Biolandwirtin Regina Schwarzenbach, vom Hof Zalpnblick zuoberst auf dem Hirzel, erklärt, wie sie ihr Gemüse anbaut, auf Biodiversität achtet und dem Boden wichtige Aufmerksamkeit schenkt. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 2. Mai 14.30 Uhr	<b>Musik mit Claudio De Bartolo</b> Ein stimmungsvolles Musikprogramm wartet auf Sie. <b>Stiftung Amalie Widmer, Restaurant</b>
Freitag 3. Mai 14.00 Uhr	<b>Seniorentanznachmittag</b> Für alle, die gerne das Tanzbein schwingen oder in guter Gesellschaft Musik hören möchten. Mit Jan und Susi. <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, grosser Saal</b>
Samstag 4. Mai ab 10.30 Uhr	<b>Tag der offenen Tür 2024</b> Ein bunter Strauss an (mediz.) Vorträgen, Kulinarik und Infostände rund um die Thematik Alter. Residenzfürhungen ab 09.30 Uhr auf Voranmeldung möglich. <b>Tertianum Residenz, Piazza</b>
Sonntag 5. Mai 14.00 bis 17.00	<b>Internationaler Museumstag</b> Linoldruck-Werkstatt zum Mitmachen. <b>Ortsmuseum Sust</b>
Dienstag 7. Mai 14.00 Uhr	<b>Seniorenachmittag</b> Singen mit musikalischer Begleitung. <b>Katholisches Pfarreizentrum</b>
Dienstag 14. Mai 15.00 Uhr	<b>Vortrag/Verkauf WABE 3, Imkerei auf Zürichs Dächern</b> Zum bevorstehenden Weltbienentag 2024 erzählt die Gründerin Anna Hochreutener von WABE 3 aus dem faszinierenden Leben der summenden Sympathieträger. Ein Verkauf ab 14.00, Voranmeldung erwünscht <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Mittwoch 15. Mai 15.00 Uhr	<b>Cinéma 12 zeigt</b> <b>Hatari (USA 1962)</b> Die Abenteuerkomödie mit John Wayne und Hardy Krüger erzählt die Geschichte von Grosswildjägern, die in Tansania ihre Tiere nicht mit Kugeln töten, sondern mit Seilen einfangen wollen. Kein ganz ungefährliches Geschäft. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 16. Mai 15.30 Uhr	<b>Kultur-Egge</b> Zwischen Pfeifen und Tasten: Die Seele unserer Orgel entdecken, verstehen und geniessen. <b>Reformierte Kirche</b>
Freitag 17. Mai 17.00 Uhr	<b>Fotocollagen und Figuren</b> Die Horgner Künstlerin, Esther Aeberhard stellt ihre Arbeiten aus. Diese werden im Dialog mit Texten von Monica Blickenstorfer gezeigt. Am Anlass werden die Besucherinnen und Besucher durch die Ausstellung geführt. Mit anschliessendem Apéro. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 22. Mai Ab 14.00 Uhr	<b>SIKJM-Vorlesetag</b> Lassen Sie sich die wunderbare Heidi-Geschichte erzählen und tauchen Sie ein in die Bergwelt des 19. Jahrhunderts. <b>Spyri-Museum</b>
Mittwoch 22. Mai 15.00 Uhr	<b>Dia-Vortrag mit dem Fotografen Robert Schulhof</b> Fremdes VANUATU - Geschichte(n) und Gesichter unterm Vulkan. Voranmeldung erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Donnerstag 23. Mai 14.30 Uhr	<b>Klavier Konzert mit Tatjana Schaumova</b> Klassisch, Jazz und Volkslieder <b>Alterszentrum Haus Tabea, Kapelle</b>
Samstag 25. Mai 14.00 Uhr	<b>Musik- und Tanznachmittag</b> Fredy Blue bittet zum Tanz und begeistert mit seiner abwechslungsreichen Musik. Man darf auch nur zuhören. Verbringen Sie mit uns einen beschwingten Nachmittag. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Dienstag 28. Mai 15.00 Uhr	<b>Klassisches Konzert mit dem Schubert-Trio</b> Lux Brahn (Klarinetistin), Claudia Dieterle (Sopranistin) und Robert Metzger (Pianist). Ein Musikerlebnis mit Werken von Spohr, Rossini, Schumann und Schubert. Voranmeldung erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Mittwoch 29. Mai 09.30 bis 10.30	<b>Kafi mit den Kurator:innen</b> Offene Kaffeepause in der Sust. <b>Ortsmuseum Sust</b>
Mittwoch 29. Mai 14.00 Uhr	<b>CompuTreff</b> Die Computeria behandelt mit einem Vortrag aktuelle Themen rund um Entwicklungen, Projekte und Trends in der Informatikwelt. <b>Computeria im Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Freitag 31. Mai 19.30 Uhr	<b>Kaspar Wolfensberger liest aus seinem neusten Krimi „Gommer Frühling“</b> Eine gemeinsame Produktion der Lesegesellschaft Horgen und der Gemeindebibliothek. <b>Lesegesellschaft, in der Gemeindebibliothek</b>
Sonntag 2. Juni 14.00 bis 17.00	<b>Weben am Laufmeter II</b> Schauweben mit Tanja Stutz. <b>Ortsmuseum Sust</b>
Dienstag 4. Juni 15.00 Uhr	<b>Bühnenstück mit Musik von Vera Bauer</b> Hermann Hesse - Ich war ein Suchender und bin es noch. Inszeniert von der bekannten Sprecherin, Musikerin und Bühnenautorin Vera Bauer. Voranmeldung erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Donnerstag 6. Juni 14.00 Uhr	<b>E-Bike Kurs "amusebike"</b> Kostenloser Kurs durch ExpertInnen von Velopment. Teilnehmerzahl beschränkt, Anmeldung über <a href="http://www.amuesebike.ch">www.amuesebike.ch</a> <b>Abteilung Alter und Gesundheit</b>
Samstag 8. Juni 10.00 bis 22.00	<b>Frühlingsfest im Widmerheim</b> 10.00-18.00 Uhr Frühlingsmarkt, 10.30 Uhr Vortrag von Prof. Dr. Lutz Jäncke, Kinderanimation, Live-Musik und kulinarische Köstlichkeiten <b>Stiftung Amalie Widmer, Areal</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Samstag 8. Juni 10.00 bis 16.00	<b>Flick-Kafi Horgen</b> Reparieren statt Entsorgen! Ehrenamtliche Fachleute beraten und helfen beim Reparieren. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Samstag 8. Juni 10.00 Uhr	<b>Öffentliche Führung</b> Öffentliche Führung mit unseren Museumsspezialistinnen. Unkostenbeitrag CHF 25.00 <b>Spyri-Museum</b>
Sonntag 9. Juni 14.00 bis 17.00	<b>Finissage Sonderausstellung «Abgetaucht»</b> Führungen, kleiner Apéro und das Archäomobil Ostschweiz als Spezialgast. <b>Ortsmuseum Sust</b>
Dienstag 11. Juni 14.00 Uhr	<b>Erzählcafé-Erzählrunde zu einem festgelegten Thema</b> Bitte separate Ausschreibung beachten Anschliessend Kaffee und Kuchen <b>Gemeinschaftsraum Spyrigarten / Cafeteria Spyrigarten</b>
Dienstag 11. Juni 15.00 Uhr	<b>Bildvortrag der Kunsthistorikerin Madeleine Panchaud</b> Glücksmomente in der Kunst - Leben und Werk der berühmten Malerin Georgia O'Keeffe (1887-1986). Vor Anmeldung erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Donnerstag 13. Juni 14.00 Uhr	<i>Zyklus: Lebensfreude kennt kein Alter</i> <b>"Enkeltrickbetrüger" - der Dokumentarfilm</b> Die für Telefonstreiche bekannte "Izzy"-Crew geht mit dieser Comedy-Doku gegen Telefonbetrüger vor. Im Anschluss an die Filmvorführung steht die Gemeindepolizei für Auskünfte zur Verfügung. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Freitag 14. Juni 14.00 Uhr	<b>Erzählcafé. Wir erzählen Erinnerungen</b> Thema: Das Leben vor und mit Telefon Organisiert von Freiwilligen der Pro Senectute Ortsvertretung und Begegnungszentrum Baumgärtlihof <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Freitag 14. Juni 14.00 Uhr	<b>Seniorentanznachmittag</b> Für alle, die gerne das Tanzbein schwingen oder in guter Gesellschaft Musik hören möchten. Mit Peter Fässler. <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, grosser Saal</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Mittwoch 19. Juni 15.00 Uhr	<b>Cinéma 12 zeigt</b> <b>The Butler (USA 2013)</b> Der Film basiert auf der Geschichte des Afroamerikaners Eugene Allen der als Butler für mehrere Präsidentenfamilien gearbeitet hat. Es werden verschiedenen Genres im Film, wie Lovestory, Familienkonflikte und auch die historischen Aspekte gezeigt. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 20. Juni 18.30 Uhr	<b>Kino am Abend</b> Komödien, Klassiker und besondere Filme <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Freitag 21. Juni 19.30 Uhr	<b>„Gebaute Beziehungen, Max und Franz Bruno Frisch“</b> <b>Lesung von Petra Hagen Hodgson,</b> Teilnahme gegen Voranmeldung bei der Lesegesellschaft <a href="http://www.lesegesellschaft-horgen.ch">www.lesegesellschaft-horgen.ch</a> <b>Lesegesellschaft, im Pavillon Herner</b>
Mittwoch 26. Juni 14.00 Uhr	<b>CompuTreff</b> Die Computeria behandelt mit einem Vortrag aktuelle Themen rund um Entwicklungen, Projekte und Trends in der Informatikwelt. <b>Computeria im Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 26. Juni 15.00 Uhr	<b>Konzert Essener Gitarrenduo</b> Spanische Melodien, vom bekannten Essener Gitarrenduo stimmungsvoll interpretiert. Unsere Sangria Tapas Bar lässt den Nachmittag kulinarisch stilvoll ausklingen. Voranmeldung erwünscht <b>Tertianum Residenz, Piazza</b>
Mittwoch 26. Juni 18.45 Uhr	<b>Wunderkammer-Salon</b> Vortrag: Die kuriosesten Objekte der Wunderkammer Horgen und ihre Geschichten. Kostenlos, Anmeldung: <a href="mailto:galerieleo@bluewin.ch">galerieleo@bluewin.ch</a> <b>Wunderkammer, Alte Landstrasse 18</b>
Donnerstag 27. Juni 11.30 Uhr	<b>Grillfest mit Musik</b> Musik vom Schwyzerörgeli-Quartett Rähhöckler <b>Stiftung Amalie Widmer, Restaurant</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Donnerstag 27. Juni 14.30 Uhr	<b>Bildervortrag mit Viviane Schwizer</b> „Altes Horgen“ <b>Alterszentrum Haus Tabea, Kapelle</b>
Samstag 6. Juli 11.00 bis 15.00	<b>Sommerfest im Baumgärtlihof</b> Mit rassisger Live-Musik von der bewährten "Noproblem" Band, feinem Essen und Attraktionen, wie z.B. den Moonlight Dancer, tanzen wir in den Sommer hinein! <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 11. Juli 08.00 - 15.00	<b>Kultur-Egge</b> Besichtigung Blindenführhundschiule Allschwil. Anmeldung bei Ana Laguna, Tel. 044 727 47 62 <b>Reformierte Kirchiemeinde, Ausflug nach Allschwil</b>
Donnerstag 11. Juli 14.30 Uhr	<b>Eddy und Fritz am Klavier</b> Es erwartet Sie ein buntes Musikprogramm von Klassik, Rock'n Roll, Boogie-Woogie, Blues und Jazz. <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Freitag, 12. Juli 10.00 Uhr	<b>Freitags-Referat</b> Referat inkl. Suppen Zmittag bitte separate Ausschreibung beachten <b>Gemeinschaftsraum Spyrigarten / Cafeteria Spyrigarten</b>
Donnerstag 18. Juli 14.30 Uhr	<b>Musikplausch mit Beatrice Beerli</b> Country Musik <b>Alterszentrum Haus Tabea, Kapelle</b>
Donnerstag 18. Juli 15.00 Uhr	<b>Überraschungslesung mit Burkhard Heiland</b> Eine inspirierende Lesung sei Ihnen schon jetzt garantiert! Schlagen Sie, zusammen mit dem Lektor Burkhard Heiland neue Seiten auf. Voranmeldung erwünscht <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Montag 22. Juli und Freitag 26. Juli 15.00 Uhr	<b>TERTIANUM Residenz Kräutertage</b> Erleben Sie die grüne Power der aromatischen Kräutervielt. Details folgen ab Juni 2024 auf der Homepage. Voranmeldungen erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Donnerstag 1. August 11.30 Uhr	<b>1. Augustfeier mit Grill und Musik</b> Musik von Ramona und André Hahn <b>Stiftung Amalie Widmer, Restaurant</b>



Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Montag 5. August 14.30 Uhr	<b>Schuh-, Nacht- und Unterwäsche-Präsentation</b> E. Ammann Naeftis Textilien und ComfortSchuhe <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Dienstag 13. August 15.00 Uhr	<b>Bildvortrag der Kunstvermittlerin Dagmar Huguenin</b> Die mexikanische Künstlerin Frida Kahlo (1907-1954) führte ein kurzes, farbenprächtiges und schmerzhaftes Leben. Der Bildvortrag gibt Einblick in ihr vielfältiges Werk und das Leben. Voranmeldung erwünscht. <b>Tertianum Residenz, Seminarraum / Lobby</b>
Dienstag 13. August 18.45 Uhr	<b>Wunderkammer-Salon</b> Vortrag: Piero Fornasetti & Lina Cavalieri: Eine Passion auf Distanz beflügelt die Kreativität. Kostenlos, Anmeldung: galerieleo@bluewin.ch <b>Wunderkammer, Alte Landstrasse 18</b>
Freitag 16. August 14.00 Uhr	<b>Erzählcafé. Wir erzählen Erinnerungen</b> Thema: Im Sommer Organisiert von Freiwilligen der Pro Senectute Ortsvertretung und Begegnungszentrum Baumgärtlihof <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 22. August 14.30 Uhr	<b>Klassisches Konzert Mallet Duo</b> Klassische Klänge auf Marimba und Xylophon <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Samstag 24. August 10.00 bis 16.00	<b>Flick-Kafi Horgen</b> Reparieren statt Entsorgen! Ehrenamtliche Fachleute beraten und helfen beim Reparieren. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Sonntag 25. August 14.00 bis 17.00	<b>Weben am Laufmeter III</b> Schauweben mit Annemarie Walser. <b>Ortsmuseum Sust</b>
Mittwoch 28. August 14.00 Uhr	<b>CompuTreff</b> Die Computeria behandelt mit einem Vortrag aktuelle Themen rund um Entwicklungen, Projekte und Trends in der Informatikwelt. <b>Computeria im Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>

Datum	Anlass/Thema/Veranstaltungsort
Freitag 30. August 14.00 Uhr	<b>Seniorentanznachmittag</b> Für alle, die gerne das Tanzbein schwingen oder in guter Gesellschaft Musik hören möchten. Mit Fredy Blue. <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, grosser Saal</b>
Freitag 30. August 19.30 Uhr	<b>Premiere der szenischen Lesung</b> mit Musik über „Annemarie Schwarzenbach; Stationen einer Sehnsucht“ von Vera Bauer und Jelena Goldzycher <b>Lesegesellschaft, im ref. Kirchgemeindehaus, kleiner Saal</b>

## Regelmässige Veranstaltungen

### Wöchentlich oder monatlich stattfindende Veranstaltungen

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Montag 09.15 Uhr	<b>Viny Yogakurs</b> Mit Emilie Gogniat, Information 044 725 13 17 <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Montag und Freitag 11.45 Uhr bis 16.30 Uhr	<b>Gipfeltreffen Montag</b> (Horgen), <b>Freitag</b> (Thalwil) Ein Angebot für Menschen, die vergesslich sind oder eine beginnende Demenz haben. Die Gruppe begegnet sich wöchentlich zum Mittagessen in einem Restaurant und verbringt den Nachmittag gemeinsam. Dies fördert das Selbstvertrauen, das Wohlbefinden und regt die geistige Aktivität an. Nähere Infos und Anmeldung bei Christine Piquerez 079 460 43 59 <b>Ein Angebot von Alzheimer Zürich</b>
Montag 13.15 Uhr	<b>Jassen mit dem Seniorenclub</b> Abwechslungsweise Plausch- oder Partnerjass Wir suchen neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen! <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Montag 13.30 Uhr	<b>Tai Chi</b> Mit Cheung Shukin. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Montag 14.00 Uhr	<b>Jass- und Spielnachmittag</b> Trümpfe spielen statt Sprüche klopfen <b>Tertianum Residenz, Restaurant Elegante</b>
Montag 14.15 Uhr	<b>Seniorenchor</b> Jede 2. Woche. Singen mit Kaffee und Kuchen. Auskunft: Kantor Daniel Pérez, Tel. 077 497 51 00 <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, kleiner Saal</b>
Montag/ Donnerstag 14.30 Uhr	<b>Gripsspfad und Bewegungsparcours</b> Donnerstag, 2., 30. Mai, 27. Juni, 25. Juli, 22. August. Montag, 13. Mai, 10. Juni 8. Juli, 5. August (montags mit Kindergarten Beteiligung) Erkunden Sie den Generationen-Treffpunkt mit fachkundiger Führung. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Montag 15.00 Uhr	<b>Incontro Pensionati</b> Seniorennachmittag 6. Mai, 3. Juni <b>Missione Cattolica di Lingua Italiana, kath. Pfarreizentrum</b>
Montag 15.15 Uhr	<b>Qi-Gong</b> Mit Cheung Shukin <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Montag 17.30, 18.00, 18.30 Uhr	<b>Acquacura, therapeutische Wassergymnastik</b> Anmeldung 044 405 45 55, kurse@rheumaliga-zza.ch <b>Rheumaliga, Schwimmbad Schulhaus Bergli</b>
Dienstag 08.00 Uhr 09.05 Uhr 14.00 Uhr	<b>Gymnastik und Bewegung mit Heidi Hufschmied</b> Auskunft: Andreas Fehlmann, Tel. 044 727 47 61 Anmeldung bei Heidi Hufschmied Tel. 079 635 02 31 <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, grosser Saal</b>
Dienstag 08.10 Uhr 09.10 Uhr	<b>Bewegungstraining 55+ mit M. Helbling</b> Bewegungstraining nach Franklin Methode ® verbessert Beweglichkeit, Kraft, Konzentration und Atmung. Einstieg jederzeit möglich. Anm. Tel. 076 345 69 82 <b>Tertianum Residenz, Seminarraum</b>
Dienstag 09.00 Uhr	<b>Englischkurs</b> Mit June Meier, Tel. 044 781 33 26 <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Dienstag, um ca. 09.00 Uhr sowie Donnerstag, um ca. 13.15 Uhr	<b>Möchten Sie sich gerne mehr bewegen? zämegolaufe</b> ist ein kostenloses Angebot. Es bietet gemeinsame Erlebnisse in der lokalen Natur, bei denen man die Gesundheit stärken und neue Bekanntschaften machen kann. Informationen bei Pit Straub, Tel. 076 325 44 08 <b>Treffpunkte ändern wöchentlich, <a href="http://www.zämegolaufe.ch">www.zämegolaufe.ch</a></b>
Dienstag 09.00 Uhr	<b>Schachspielen im Kafi</b> Begeisterte Hobby Schachspielerinnen und Schachspieler freuen sich auf Verstärkung. Ohne Verpflichtung nach Lust und Laune. <b>Kafi im Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Dienstag 10.00 Uhr	<b>Spyri-Singen (Grosseltern-/Eltern-/Singen)</b> 14. Mai, 11. Juni, 9. Juli separate Ausschreibung beachten, anschliessend Znüni <b>Gemeinschaftsraum Spyrigarten</b>
Dienstag 10.00 Uhr	<b>Everdance - einfache Schritte, verschiedene Stile</b> Infos bei Pro Senectute, Telefon 058 451 51 36 <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Dienstag 11.00 Uhr	<b>Tavolata im Hirzel</b> Füreinander kochen - miteinander essen Am 1. Dienstag im Monat treffen wir uns zum Kochen und Essen. Anmeldung erforderlich bis 11 Uhr des Vortages bei Brigitte Rüesch, Tel. 079 273 24 67 <b>Kath. Kirche St. Antonius, Hirzel</b>
Dienstag 12.45 Uhr	<b>Atmen und Bewegung</b> Mit Maya Maag, Tel. 079 354 84 36 <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Dienstag 14.00 Uhr	<b>Gedächtnistraining</b> Wahrnehmung sensibilisieren und Neugier wecken. Mit Corinne Lang oder Regula Bruhin, Gedächtnistrainerinnen SVGT, Anmeldung Tel. R. Bruhin 079 348 22 60 <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Dienstag 14.15 Uhr	<b>Kinonachmittag</b> Filmklassiker, Komödien und Dokumentationen <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Dienstag 18.30 Uhr	<b>Rückengymnastik für Junggebliebene</b> Mit Irina Rüesch, Anmeldung Tel. 079 613 30 43 <b>Schulhaus Bergli, Mehrzweckraum</b>
Mittwoch 08.30 und 09.40 Uhr	<b>Gymfit für Seniorinnen</b> Unter fachkundiger Leitung <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 08.30 und 09.45 Uhr	<b>Italienisch</b> mit Arianna Guerini Anfängerinnen und Anfänger und Fortgeschrittene <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 9.00 bis 11.00 Uhr	<b>Treffpunkt 60+ Kafirreff</b> 8., 15., 22., 29. Mai, 5., 19. Juni, 3., 10., 24., 31. Juli, 14., 21., 28. August Kafi, Gipfeli, Plaudern und neue Kontakte knüpfen. <b>Mehrgenerationensiedlung Käpfnach, Gemeinschaftsraum</b>
Mittwoch 9.00 bis 11.00 Uhr	<b>Treffpunkt 60+ Senioren - Brunch</b> 15. Mai, 10. Juli, 28. August Gemeinsam Frühstücken <b>Mehrgenerationensiedlung Käpfnach, Gemeinschaftsraum</b>
Mittwoch 10.00 Uhr	<b>Spanisch Kurs</b> Kursleitung Julia Amrein. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mitwoch 10.15 Uhr	<b>Denkfit</b> Ohne Leistungs- oder Zeitdruck bieten wir Ihnen ein wirkungsvolles Gedächtnistraining an. Information und Anmeldung: Cornelia Schneider 043 336 44 50 <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Mittwoch 10.40 Uhr	<b>Gymfit für Senioren (Männergruppe)</b> Unter fachkundiger Leitung <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 11.30 Uhr	<b>Ökumenischer Senioren-Mittagstisch</b> 29. Mai, 26. Juni, 28. August Anmeldung: Lydia Aldrovandi 044 725 31 77 oder Marie-Therese Siffert, 044 725 37 58 <b>Ref. Kirchgemeinde und kath. Frauenverein, im katholischen Pfarreizentrum, grosser Saal</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Mittwoch 12.15 Uhr	<b>Spaghetti-Träff für alle</b> 5. Juni, 3. Juli Anmeldung bis am Dienstag vorher um 12.00 Uhr beim kath. Pfarreizentrum, Telefon 044 727 31 11 <b>Katholisches Pfarreizentrum</b>
Mittwoch 11.45 bis 14.00 Uhr	<b>Treffpunkt 60+ Gemeinsames Mittagessen</b> 12. Juni, 7. August Zusammen geniessen wir das Mittagessen. <b>Mehrgenerationensiedlung Käpfnach, Gemeinschaftsraum</b>
Mittwoch 13.45 bis 16.00 Uhr	<b>Treffpunkt 60+ Grosseltern - Enkelkinder</b> 22. Mai. Wir spielen und basteln zusammen <b>Mehrgenerationensiedlung Käpfnach, Gemeinschaftsraum</b>
Mittwoch 13.45 bis 16.00 Uhr	<b>Treffpunkt 60+ Spielnachmittag</b> 8., 29. Mai, 26. Juni Spielen, Jassen, Lachen mit Kaffee und Kuchen <b>Mehrgenerationensiedlung Käpfnach, Gemeinschaftsraum</b>
Mittwoch 14.00 Uhr	<b>CompuTreff, <a href="http://www.computeria-horgen.ch">www.computeria-horgen.ch</a></b> Jeden letzten Mittwoch im Monat 29. Mai, 26. Juni, 28. August <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 14.00 Uhr	<b>CompuStamm für PC/Laptop-User (Windows)</b> <b>AppleStamm für iMac/MacBook-User (OS X)</b> <b>LinuxStamm für Linux-User</b> Jeden 1. Mittwoch, 5. Juni, 3. Juli (ohne 1.5. und 7.8.) <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 14.00 Uhr	<b>CompuStamm für SmartPhone/Tablet (Android)</b> <b>AppleStamm für iPhone/iPad-User (iOS)</b> Jeden 2. Mittwoch, 8. Mai, 12. Juni, 10. Juli <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 14.00 Uhr	<b>Basar Handarbeiten</b> Jeden zweiten Mittwoch Leitung: Silvia Kuster, Tel. 079 396 60 50 <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, Zimmer 208</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Mittwoch 14.15 Uhr	<b>Offenes Singen für Alle</b> 22. Mai, 19. Juni, 28. August, mit der musikalischen Unterstützung des Kirchenchor St. Josef singen wir zusammen bekannte Volkslieder <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Mittwoch 15.00 Uhr	<b>Cinéma 12 - Delikatessen für Filmbegeisterte</b> 15. Mai           Hatari (USA 1962) 19. Juni           The Butler (USA 2013) <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 16.00 bis 21.00 Uhr	<b>Freizeit-Werkstatt</b> Unter fachkundiger Anleitung, mit modernen Maschinen und Geräten, alle möglichen Holzarbeiten selber ausführen. Kontakt: Viktor Rothenfluh 079 657 85 49 <b>Alterssiedlung Tannenbach, Speerstrasse 7</b>
Mittwoch 17.30 - 19.30, Nummern- Ausgabe ab 16.45 Uhr	<b>Unentgeltliche Rechtsauskunft</b> 8./22. Mai, 5./19. Juni, 3. Juli, 21. Aug. Mitglieder des Anwaltsverbandes geben in kurzen Gesprächen Orientierungshilfe bei Rechtsfragen. Aktuelle Informationen finden Sie unter: <a href="http://www.horgen.ch">www.horgen.ch</a> , Unentgeltliche Rechtsberatung <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Mittwoch 19.15 Uhr	<b>WeltCHOR</b> Jede 2. Woche. Lieder von hier und überall Auskunft: Kantor Daniel Pérez 077 497 51 00 <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, grosser Saal</b>
Mittwoch	<b>Wandergruppe Horgen</b> 8. Mai, 5. Juni, 3. Juli, 14. August Infos bei Margrit Mändli 044 725 19 23 <b>Pro Senectute Kanton Zürich</b>
Donnerstag 08.45 Uhr	<b>Spanisch Kurs</b> Kursleiterin Julia Amrein. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 09.45 Uhr	<b>Italienisch</b> mit Arianna Guerini Für Fortgeschrittene <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Donnerstag 10.30 Uhr und 11.25 Uhr	<b>Café Balance/Dalcroze Rhythmik Kurs</b> Für körperliche und geistige Mobilität - lustvoll und ganzheitlich. Probelektion jederzeit möglich! (findet in den Schulferien nicht statt) <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 12.00 bis 13.00	<b>HotPot</b> Am letzten Donnerstag im Monat. Gemeinsame Suppe auf der Kirchentreppe Horgen. Auskunft: Andreas Fehlmann Tel. 044 727 47 61 <b>Bei der Kirchtreppe am Haupteingang der reformierten Kirche</b>
Donnerstag 12.00 Uhr	<b>Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren</b> Jeden 3. Donnerstag im Monat. Anschliessend geselliges Lotto Spiel. Anmeldung unter 044 729 81 03 <b>Cafeteria Spyrigarten, Hirzel</b>
Donnerstag 14.00 Uhr	<b>Spielnachmittag</b> jeden 3. Donnerstag im Monat: 16.5., 20.6., 18.7., 15.8. Mit Thea de Groot und Verena Schellhaas. In fröhlicher Runde werden neue und altbekannte Gesellschaftsspiele gespielt. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 14.00 bis 16.00	<b>Flickstübli-Spyrigarte</b> Jeden letzten Donnerstag im Monat treffen sich Freiwillige zum Wäsche flicken, Kaffee trinken, plaudern. Kaffee und Kuchen gratis. <b>Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten, 2. Stock, Hirzel</b>
Donnerstag 14.00 Uhr	<b>Basar Werkstatt</b> Am ersten Donnerstag im Monat Leitung: Verena Amberg, Tel. 043 244 03 55 <b>Reformiertes Kirchgemeindehaus, Zimmer 209</b>
Donnerstag 17.00 bis 20.00	<b>Horgner Fiirabigmärt</b> 2. Mai, 6. Juni, 4. Juli. Der sympathische Markt am Abend mit saisonalen und frischen Produkten von regionalen Bauern und Produzenten. <b>Dorfplatz Horgen</b>



Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Donnerstag 17.00 Uhr	<b>Gruppe für Angehörige und Betreuende von demenzkranken Menschen</b> 23. Mai, 20. Juni, 11. Juli, 15. August Die Gruppe bietet Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und vermittelt fachliche Informationen. Ein Angebot der Anlaufstelle Alter und Gesundheit <b>Im Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Donnerstag 18.30 Uhr	<b>Züri-Yoga mit Christoph Schmid</b> Jeden Donnerstag bis 11. Juli, Seniorengerechtes Yoga, Mitbringen: Matte/Tuch. Anmeldung 044 715 50 55 <b>Alterssiedlung Tannenbach, Speerstr. 7/9, Saal</b>
Freitag	<b>Wandern mit dem Seniorenclub</b> 1 Mal pro Monat. Werden Sie Mitglied im Seniorenclub. <b>Seniorenclub</b>
Freitag 09.00 Uhr	<b>Englisch Kurs</b> Mit Melanie Johnson <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Freitag 14.00 Uhr	<b>Erzählcafé. Wir erzählen Erinnerungen</b> 14. Juni Das Leben vor und mit Telefon 16. August Im Sommer <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Freitag Ab 14.00 Uhr	<b>Spiel-Nachmittag</b> Jeden letzten Freitag im Monat Geselliger Spiel-Nachmittag <b>Cafeteria Spyrigarten, Hirzel</b>
Freitag 15.15 Uhr	<b>Bewegung</b> In der wöchentlichen Bewegungsstunde wird das Körperbewusstsein sowie die Freude an der Beweglichkeit gefördert. Information und Anmeldung: Cornelia Schneider, 043 336 44 50 oder cornelia.schneider@sawh.ch <b>Stiftung Amalie Widmer, Festsaal</b>
Freitag Ab 17.00 Uhr	<b>Fiirabig-Tapas</b> Jeden ersten Freitag im Monat Gemeinsam den Tag ausklingen lassen, sich unterhalten, Geselligkeit pflegen, köstliche, frisch zubereitete Tapas geniessen... <b>Cafeteria Spyrigarten, Hirzel</b>

Tag/Zeit	Anlass/Kurs/Veranstaltungsort
Samstag 10.00 bis 16.00	<b>Flick-Kafi - Reparieren statt Entsorgen!</b> 8. Juni, 24. August Ehrenamtl. Fachleute beraten/helfen beim Reparieren. <b>Begegnungszentrum Baumgärtlihof</b>
Dienstag, Donnerstag oder Freitag	<b>Velogruppe Zimmerberg</b> Velotouren (z.T. Mountainbike) halb- oder ganztags Infos bei Werner Wäfler, Telefon 079 437 70 87 16.5., 23.5., 5.6., 18.6., 27.6., 11.7., 19.7., 24.7., 8.8., 16.8. <b>Pro Senectute Kanton Zürich</b>

### **Vorschau**

#### **Ernährungs-Workshop für Seniorinnen und Senioren**

Angehende Ernährungsfachpersonen laden Sie zu zwei kostenlosen Workshops ein. Es werden zwei unterschiedliche Themen vertieft.

Montag, **21. Oktober** und Montag, **11. November**, 14.30 bis 16.30 Uhr, Anmeldung: im Baumgärtlihof oder per E-Mail [baumgaertlihof@horgen.ch](mailto:baumgaertlihof@horgen.ch)

**Abteilung Alter und Gesundheit im Baumgärtlihof**

### **Impressum**

Verfasserinnen: Claudia Nüesch, Eliane Reinmann

Der Veranstaltungskalender wird drei Mal jährlich an die Seniorinnen und Senioren in Horgen verschickt. Herausgeber ist die Gemeindeverwaltung Horgen, Abteilung Alter und Gesundheit mit den folgenden Organisationen, die Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren anbieten:

Senioren Begegnungszentrum Baumgärtlihof, Alterszentrum Haus Tabea, Evang.-ref. Kirchgemeinde, Cafeteria Spyrigarten, Lesegesellschaft, Missione Cattolica di Lingua Italiana, Museum Johanna Spyri, Pro Senectute, Röm.-kath. Pfarrei St. Josef, Seniorenclub, Stäpfer Stiftung, Stiftung Amalie Widmer, Tertianum, Ortsmuseum Sust

## Wichtige Telefonnummern

Polizei-Notruf	117
Feuerwehr-Notruf	118
Sanitäts-Notruf	144
Aerztefon+	0800 33 66 55
Anlaufstelle Alter und Gesundheit	044 725 33 44
Senioren Begegnungszentrum Baumgärtlihof	044 725 95 55
Cafeteria Spyrigarten Hirzel	044 729 81 03
Computeria Horgen	044 725 95 55
Evang.- ref. Kirchgemeinde Horgen	044 727 47 47
Gemeindeverwaltung Horgen	044 728 41 11
Haus Tabea	044 718 44 44
Kafi Baumgärtlihof	044 725 95 88
Missione Cattolica Italiana	044 725 30 95
Nachbarschaftshilfe Horgen	079 603 18 15
Pro Senectute Dienstleistungszentrum Zimmerberg	058 451 52 20
Röm.- kath. Pfarrei St. Josef Horgen	044 727 31 11
Rotkreuz Fahrdienst	044 388 25 00
Seniorenclub Horgen	044 725 27 86
Spitex Horgen-Oberrieden	043 244 26 26
Stapfer Stiftung Horgen	044 727 48 00
Stiftung Amalie Widmer, Wohnen, Pflege u. Betreuung	043 336 44 44
Tertianum Residenz Horgen	043 244 16 16
Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten	044 729 81 50

Gemeindeverwaltung Horgen  
Alter und Gesundheit  
Begegnungszentrum Baumgärtlihof  
Baumgärtlistrasse 12  
8810 Horgen

Telefon 044 725 95 55  
[baumgaertlihof@horgen.ch](mailto:baumgaertlihof@horgen.ch)