

## Veranstaltungen & Aktivitäten Woche 10

|                   |                             |               |                                |            |
|-------------------|-----------------------------|---------------|--------------------------------|------------|
| <b>Dienstag</b>   | <b>3. März</b>              |               |                                |            |
| 09.15 Uhr         | «zäme go laufe»             | Mieter-Gruppe | Eingang Haus<br>Schulthesspark | intern     |
| 10.00 – 10.30 Uhr | <b>Fitnessberatung</b>      | J. Teoh       | Fitnessraum                    | intern     |
| 10.00 – 10.55 Uhr | <b>Gedächtnistraining 3</b> | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 13.45 – 14.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 1</b> | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.45 – 15.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 2</b> | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>4. März</b>              |               |                                |            |
| 16.00 – 17.30 Uhr | <b>English Conversation</b> | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Donnerstag</b> | <b>5. März</b>              |               |                                |            |
| 09.15 – 10.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 1</b>      | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 10.00 – 10.30 Uhr | <b>Fitnessberatung</b>      | J. Teoh       | Fitnessraum                    | intern     |
| 10.15 – 11.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 2</b>      | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.30 – 16.30 Uhr | <b>Spieltreff</b>           | L. Sommer     | Restaurant Oase                | öffentlich |
| <b>Freitag</b>    | <b>6. März</b>              |               |                                |            |
| 09.30 – 11.00 Uhr | <b>Offenes Atelier</b>      | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 17.00 Uhr         | <b>Abend-Andacht</b>        | R. Döls       | von Meiss-Saal                 | intern     |

Über kurzfristige Änderungen und Ausfälle wird an den Bildschirmen informiert.

## Veranstaltungen & Aktivitäten Woche 11

|                   |                                             |                 |                                |                           |
|-------------------|---------------------------------------------|-----------------|--------------------------------|---------------------------|
| <b>Montag</b>     | <b>9. März</b>                              |                 |                                |                           |
| 09.30 Uhr         | <b>Morgenandacht</b>                        | R. Döls         | von Meiss-Saal                 | öffentlich                |
| 10.30 – 11.30 Uhr | <b>Chor</b> (Probelektion)                  | D. Kurmann      | von Meiss-Saal                 | intern                    |
| 15.00 – 17.00 Uhr | <b>Vortrag «Gesunde Ernährung im Alter»</b> | Krebsliga / AZH | Festsaal                       | Intern<br>Anmeldung       |
| <b>Dienstag</b>   | <b>10. März</b>                             |                 |                                |                           |
| 09.15 Uhr         | <b>«zäme go laufe»</b>                      | Mieter-Gruppe   | Eingang Haus<br>Schulthesspark | intern                    |
| 10.00 – 10.30 Uhr | <b>Fitnessberatung</b>                      | J. Teoh         | Fitnessraum                    | intern                    |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>11. März</b>                             |                 |                                |                           |
| 10.00 Uhr         | <b>Kath. Wortgottesdienst</b>               | M. Machuzhak    | von Meiss-Saal                 | intern                    |
| <b>Donnerstag</b> | <b>12. März</b>                             |                 |                                |                           |
| 10.00 – 10.30 Uhr | <b>Fitnessberatung</b>                      | J. Teoh         | Fitnessraum                    | intern                    |
| 17.30 – 20.00 Uhr | <b>Risotto-Abend</b>                        |                 | Restaurant Oase                | Öffentlich<br>Reservation |

Über kurzfristige Änderungen und Ausfälle wird an den Bildschirmen informiert.

### Vortrag: «Gesunde Ernährung im Alter», 9. März

In ihrem Vortrag wird Ihnen Frau Farmaz Ghaffari näherbringen, wie eine altersgerechte Ernährung aussehen kann, welche Nährstoffe besonders wichtig sind und wie sich gesunde Mahlzeiten einfach und genussvoll in den Alltag integrieren lassen.

Neben fachlichen Informationen bleibt Raum für Fragen, persönliche Tipps und den gemeinsamen Austausch.

Im Anschluss laden wir Sie herzlich zu einem gemütlichen Apéro ein – eine schöne Gelegenheit, das Gehörte in entspannter Atmosphäre nachklingen zu lassen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

## Veranstaltungen & Aktivitäten Woche 12

|                   |                                          |               |                                |            |
|-------------------|------------------------------------------|---------------|--------------------------------|------------|
| <b>Montag</b>     | <b>16. März</b>                          |               |                                |            |
| 09.30 Uhr         | <b>Morgenandacht</b>                     | R. Döls       | von Meiss-Saal                 | öffentlich |
| 15.00 – 16.00 Uhr | <b>Informationsanlass<br/>Bewohnende</b> |               | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Dienstag</b>   | <b>17. März</b>                          |               |                                |            |
| 09.15 Uhr         | <b>«zäme go laufe»</b>                   | Mieter-Gruppe | Eingang Haus<br>Schulthesspark | intern     |
| 10.00 – 10.55 Uhr | <b>Gedächtnistraining 3</b>              | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 13.45 – 14.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 1</b>              | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.45 – 15.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 2</b>              | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 19.00 – 21.00 Uhr | <b>Film: Some Like It Hot</b>            | CinéClub      | Foyer                          | intern     |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>18. März</b>                          |               |                                |            |
| 14.30 – 16.15 Uhr | <b>Erzähl-Café</b><br>Thema: Geheimnis   | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Donnerstag</b> | <b>19. März</b>                          |               |                                |            |
| 09.15 – 10.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 1</b>                   | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 10.15 – 11.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 2</b>                   | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.30 – 16.30 Uhr | <b>Blumen-Lotto</b>                      | L. Sommer     | Restaurant Oase                | öffentlich |
| <b>Freitag</b>    | <b>20. März</b>                          |               |                                |            |
| 09.30 – 11.00 Uhr | <b>Offenes Atelier</b>                   | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |

Über kurzfristige Änderungen und Ausfälle wird an den Bildschirmen informiert.

### AZH CinéClub, 17. März

**Some like it hot** (Manche mögen's heiss), 1959, USA, 120 Min.  
Komödie mit Marilyn Monroe, Tony Curtis uvm. Regie: Billy Wilder

Der Film spielt zur Zeit der Roaring Twenties im Jahr 1929. In Chicago werden die beiden Musiker Jerry und Joe Augenzeugen eines Massakers der Mafia. Um den Killern zu entkommen, tauchen sie als Frauen verkleidet in einer Damenkapelle unter, die auf dem Weg nach Florida ist.

## Veranstaltungen & Aktivitäten Woche 13

|                   |                                              |               |                                |            |
|-------------------|----------------------------------------------|---------------|--------------------------------|------------|
| <b>Montag</b>     | <b>23. März</b>                              |               |                                |            |
| 09.30 Uhr         | <b>Morgenandacht</b>                         | R. Döls       | von Meiss-Saal                 | öffentlich |
| <b>Dienstag</b>   | <b>24. März</b>                              |               |                                |            |
| 09.15 Uhr         | <b>«zäme go laufe»</b>                       | Mieter-Gruppe | Eingang Haus<br>Schulthesspark | intern     |
| 10.00 – 10.55 Uhr | <b>Gedächtnistraining 3</b>                  | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 13.45 – 14.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 1</b>                  | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.45 – 15.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 2</b>                  | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>25. März</b>                              |               |                                |            |
| 14.15 – 15.30 Uhr | <b>Geburtstagskaffee</b><br>Geburtstage März | L. Sommer     | Restaurant Oase                | intern     |
| 17.00 – 18.00 Uhr | <b>Mallet Duo</b>                            |               | Restaurant Oase                | öffentlich |
| <b>Donnerstag</b> | <b>26. März</b>                              |               |                                |            |
| 09.15 – 10.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 1</b>                       | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 10.15 – 11.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 2</b>                       | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.00 – 16.00 Uhr | <b>Spiegelgruppe</b>                         | C. Böhler     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Freitag</b>    | <b>27. März</b>                              |               |                                |            |
| 09.30 – 11.30 Uhr | <b>Ostereier färben</b>                      | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.00 – 16.00 Uhr | <b>Ostereier färben</b>                      | L. Sommer     | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 17.00 Uhr         | <b>Abend-Andacht</b>                         | R. Döls       | von Meiss-Saal                 | öffentlich |

Über kurzfristige Änderungen und Ausfälle wird an den Bildschirmen informiert.

### Mallet Duo, 25. März

Die Musikgruppe "Mallet Duo" wurde im Jahr 1995 in Danzig (Polen) gegründet. Die Künstler dieser Gruppe spielen klassische Stücke, welche sie speziell für Marimba- und Xylophon umgeschrieben haben.

Das Repertoire umfasst Komponisten wie: Johann Sebastian Bach, Wolfgang Amadeus Mozart, Ludwig van Beethoven, Antonio Vivaldi, Fryderyk Chopin, Gioacchino Rossini, George Bizet, Johannes Brahms, Johann Strauss usw.

## Veranstaltungen & Aktivitäten Woche 14

|                   |                                       |                 |                                |            |
|-------------------|---------------------------------------|-----------------|--------------------------------|------------|
| <b>Montag</b>     | <b>30. März</b>                       |                 |                                |            |
| 09.30 Uhr         | <b>Morgenandacht</b>                  | R. Döls         | von Meiss-Saal                 | öffentlich |
| <b>Dienstag</b>   | <b>31. März</b>                       |                 |                                |            |
| 09.15 Uhr         | «zäme go laufe»                       | Mieter-Gruppe   | Eingang Haus<br>Schulthesspark | intern     |
| 10.00 – 10.55 Uhr | <b>Gedächtnistraining 3</b>           | L. Sommer       | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 13.45 – 14.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 1</b>           | L. Sommer       | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 14.45 – 15.40 Uhr | <b>Gedächtnistraining 2</b>           | L. Sommer       | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 19.00 – 20.50 Uhr | Film: <b>Nachtzug nach Lissabon</b>   | <b>CinéClub</b> | Foyer                          | intern     |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>1. April</b>                       |                 |                                |            |
| 14.00 – 15.00 Uhr | <b>Ostereier-Suche</b>                | L. Sommer       | Garten AZH                     | intern     |
| 15.00 – 16.15 Uhr | <b>Ostereier-Tüschchen</b>            | L. Sommer       | Restaurant Oase                | intern     |
| <b>Donnerstag</b> | <b>2. April</b>                       |                 |                                |            |
| 09.15 – 10.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 1</b>                | L. Sommer       | von Meiss-Saal                 | intern     |
| 10.00 – 10.30 Uhr | <b>Fitnessberatung</b>                | J. Teoh         | Fitnessraum                    | intern     |
| 10.15 – 11.00 Uhr | <b>Turnen Gruppe 2</b>                | L. Sommer       | von Meiss-Saal                 | intern     |
| <b>Freitag</b>    | <b>3. April</b>                       |                 |                                |            |
| 10.00 Uhr         | <b>Gottesdienst am Karfreitag</b>     | R.Döls          | Festsaal                       | öffentlich |
| <b>Sonntag</b>    | <b>5. April</b>                       |                 |                                |            |
| 10.00 Uhr         | <b>Ostersonntags-Festgottesdienst</b> | R.Döls          | Festsaal                       | öffentlich |

Über kurzfristige Änderungen und Ausfälle wird an den Bildschirmen informiert.

### AZH CinéClub, 31. März

**Nachtzug nach Lissabon**, 2013, Deutschland/Schweiz/Portugal, 110 Min.  
Drama mit Jeremy Iron, Jack Huston uvm. Regie: Bille August

Raimund Gregorius, Lateinlehrer, lässt plötzlich sein wohlgeordnetes Leben hinter sich und setzt sich in den Nachtzug nach Lissabon. Im Gepäck: das Buch des Portugiesen Amadeu de Prado, dessen Einsichten in die Erfahrungen des menschlichen Lebens ihn nicht mehr loslassen. Wer war dieser Amadeu de Prado? Es beginnt eine rastlose Suche kreuz und quer durch Lissabon.

### Vorschau ausgewählte Veranstaltungen und Aktivitäten im April

|               |                                                                                |            |             |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|
| 14. April     | <b>Lesung von Wolfram Schneider Lastin mit<br/>anschliessenden Apéro Riche</b> | intern     | Anmeldung   |
| 16. April     | <b>Pasta - Plausch</b>                                                         | öffentlich | Reservation |
| 18. April     | <b>Einstimmung auf das Sechseläuten</b>                                        | intern     | Anmeldung   |
| 21./22. April | <b>CinéClub – Vom Winde verweht</b>                                            | intern     |             |
| 23. April     | <b>Verabschiedung von Esther Gelb<br/>und Sonja Lopp</b>                       | intern     | Anmeldung   |
| 30. April     | Vortrag:<br><b>Palliative- und Spiritual Care im AZH</b>                       | intern     |             |