

# Jahresprogramm 2026

Wann	Was	Kontakt
Daten siehe Homepage	<b>Velogruppe - Ausfahrten in der Gruppe</b> Interessante Ausfahrten mit dem E-BIKE in der Region Grossaffoltern, Rapperswil und Schüpfen	<b>Hans Baumgartner</b> Tel. 079 340 87 21 www.senioreninfo-grs.ch
<b>20. März</b> <b>2. April</b> <b>4. Mai</b>	<b>Regionale Wanderungen</b> Interessante und naturnahe Wanderungen in der Region Schüpfen. Keine Anmeldung nötig. Weitere Daten siehe Homepage	<b>Werner Pfander</b> Tel. 079 251 91 07 www.senioreninfo-grs.ch
<b>10. Juni</b> Mittwoch	<b>Auto-Fahrsicherheitskurs</b> <i>FZL, Zentrum für Fahrsicherheit in Lyss</i> Praktische und theoretische Kursinhalte für mehr Sicherheit im Strassenverkehr.	<b>Weitere Informationen/Anmeldung:</b> www.senioreninfo-grs.ch
<b>2. Mai</b> Samstag	<b>Letzte Hilfe Kurs</b> <i>Seniorenzentrum Schüpfen</i> Sie lernen das „1x1 der Sterbebegleitung“, sowie den Umgang und die Begleitung von schwerkranken oder sterbenden Menschen in ihrer letzten Lebensphase.	<b>Weitere Informationen/Anmeldung:</b> www.senioreninfo-grs.ch
<b>15. September</b> Dienstag	<b>Geistige Fitness</b> <i>Kirchgemeindehaus Rapperswil</i> Bleiben Sie geistig aktiv und trainieren Sie Ihr Gedächtnis auf spielerische Art und Weise! Fachpersonen der Pro Senectute zeigen Ihnen einfache und wirksame Übungen.	<b>Weitere Informationen/Anmeldung:</b> www.senioreninfo-grs.ch
<b>24. Oktober</b> Samstag	<b>Forum:</b> <b>Thema Demenz</b> <i>Seniorenzentrum Schüpfen</i> <i>Verschiedene Stände zum Thema Demenz. Für ALLE offen.</i>	<b>Weitere Informationen/Anmeldung:</b> www.senioreninfo-grs.ch
<b>11. November</b> Mittwoch	<b>Handy-/Smartphonekurs</b> <i>Kirchgemeindehaus Rapperswil</i> Die Schüler-/Innen des OSZ nehmen sich individuell Zeit für Ihre Fragen rund ums Handy-/ Smartphone	<b>Weitere Informationen/Anmeldung:</b> www.senioreninfo-grs.ch



Für weitere Auskünfte zu den Anlässen wenden Sie sich an:

**Marijke Jansen, Seniorenrätin Schüpfen**

Tel. 079 271 45 86

marijke.jansen@senioreninfo-grs.ch