

Ittigen,
im Januar 2025



65plus-Angebote der Reformierten Kirche Ittigen Februar – Juli 2025

Liebe Generation 65plus

Alles Gute fürs 2025! Ich hoffe sehr, dass Sie gut ins neue Jahr gestartet sind.

Auch dieses Jahr können wir Ihrer Generation eine grosse Palette an Angeboten zum Dabeisein und Mitmachen unterbreiten.

- ❖ **Referate «über Gott und die Welt»** an unseren monatlichen Mittwoch-Treffs
- ❖ **Spiritualität:** Andachten, Meditation des Tanzes, kurze Impulse (z. B. am Mittagstisch)
- ❖ **Bewegung:** Meditation des Tanzes, Spazieren, Wandern
- ❖ **Gemeinschaft:** in allen Angeboten, inkl. Lismi-Gruppe
- ❖ und in Form des **Mittagstisches** einmal pro Monat ein feines Essen in Gemeinschaft.

«**Gemeinsam statt einsam**», diesem Leitgedanken möchten wir Rechnung tragen. Mit all unseren Angeboten möchten wir auf vielfältige Art und Weise Begegnungen ermöglichen und für Sie den Rahmen schaffen, das alltägliche Leben miteinander zu teilen. Vielleicht wohnen Sie allein oder sind (seit kurzem) verwitwet? Gefühle des Alleinseins können sich gerade im Alter plötzlich oder schleichend bemerkbar machen. Unser Programm soll ein Beitrag sein zu einem würdigen, hoffnungsvollen und gelingenden Älterwerden und es soll der Einsamkeit im Alter entgegenwirken. Machen Sie einen Schritt, Sie sind herzlich willkommen 😊!

Freiwilliges Engagement, der Schlüssel zu einer gelingenden und tragenden Gemeinschaft

Verfügen Sie über eine Gabe, die sie einbringen möchten? Können Sie sich vorstellen, in einem unserer Gefässe als Freiwillige(r) mitzuwirken und mitzuprägen?

Als Freiwillige im 65plus bestimmen Sie, wieviel Zeit und Engagement Sie investieren möchten. Aber eines ist sicher: Die Teilnehmenden werden es Ihnen von Herzen danken 😊.

Wo finden Sie mehr Informationen über unsere Anlässe?

- ❖ Auf unserer Website www.refittigen.ch unter →**Gemeindeleben**→**Erwachsene 65plus**
- ❖ Auf unserer **Kirchen-App** (für mehr Infos siehe Halbjahresprogramm)
- ❖ In unserem Zweimonatsblatt **MENU**

Was spricht Sie an? Fehlt Ihnen etwas? Kommen Sie auf mich zu, wenn Sie Fragen haben. Wir freuen uns auf Ihr Dabeisein.

Herzliche Grüsse

Daniel Mörgeli, Sozialdiakon & Team 65plus: Susanne Clénin, Jrene Glauser, Elisabeth Thüler

PS: Die Ferienunterlagen werden separat verschickt.