



Gemeinde Hünenberg

Soziales und Gesundheit

Chamerstrasse 11

Postfach 261

6331 Hünenberg

Telefon: +41 41 784 44 63

www.huenenberg.ch

An alle, die sich für Altersthemen interessieren

Aus dem Bereich Alter, Infobrief 1, Januar 2023



Liebe Hünenbergerinnen und Hünenberger
liebe Interessierte

Das Jahr ist noch jung. Ich hoffe, Sie sind zuversichtlich ins 2023 gestartet. Vielleicht haben Sie an das neue Jahr Erwartungen, Hoffnungen, Wünsche oder sie wollen Offenes und Unerledigtes anpacken. Haben Sie schon jemandem erzählt, was Sie sich für das 2023 wünschen, welche Ziele Sie haben, was Sie (nochmals) erleben möchten? Mit dem Erzählen kann man Klarheit gewinnen und es zeigen sich Lösungen oder realisierbare Teilschritte. Ganz so wie beim Hüpfspiel, jeder Sprung bringt einen dem Ziel näher. Ich wünsche Ihnen dazu aufmerksame Ohren und Freude am Hüpfen.



Die Alterskommission setzt sich immer wieder Ziele im Bereich Alter. Sie verfolgt gesellschaftliche Entwicklungen und bringt Anliegen im Gemeinderat vor. Aktuell beginnt eine neue Legislatur. Auf Ende Jahr ist Romeo Barbara ausgetreten. Er hat die Altersarbeit umsichtig und konstruktiv während 7 Jahren begleitet. Dafür danken wir ihm herzlich. **Neu setzt sich die Kommission wie folgt zusammen:** Elisabeth Villiger,

Margrit Weibel, Ruth Wicki, Cornel Schuler und Alfred Iten. Claudia Benninger und ich freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.



Am Mittwoch 25. Januar 2023 gibt uns Frau Karin Nicolai praktische Tipps, was wir gegen Schulter- und Nackenbeschwerden tun können. Die Veranstaltung beginnt um 10.30 Uhr im Lindenpark. Zum Mittagessen melden Sie sich bitte unter 041 747 02 04 telefonisch an.

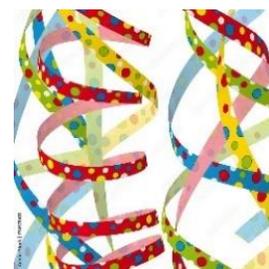


Das Team 'Kreis der Gemütlichen' lädt ein zum grossen Fasnachtshöck. Alle Hünenbergerinnen und Hünenberger über 70 Jahre sind herzlich willkommen, Fasnacht zu feiern. Der Anlass findet am **Fasnachtsmontag Nachmittag, 20. Februar** statt und beginnt um 14.00 Uhr.

Die Einladung ist diesem Brief angehängt. **Bitte melden Sie sich bei Caterina Wetli oder Rita Herzog an.** Neu wird keine persönliche Einladung mehr verteilt.

Für **Caterina Wetli, Bernadette Suter und Rita Herzog** ist dies der letzte Anlass, den sie für KONTAKT organisieren. Sie haben in den letzten Jahren unzählige wunderbare Anlässe durchgeführt und das Leben für die ältere Bevölkerung in Hünenberg dadurch sehr bereichert.

VIELEN ♥♥HERZLICHEN ♥ DANK



Kunst Zeit 60+

Die Werkschau findet statt. 12 Hünenberger Künstlerinnen und Künstler zeigen ihre Arbeiten in den unteren Räumen des Zentrums «Heinrich von Hünenberg».

Vom 11. bis 17. Mai 2023 können Sie das reiche Schaffen anschauen, sich inspirieren lassen und sich austauschen.



Gerne ermuntere ich Sie, sich auch in der kälteren Jahreszeit immer wieder draussen zu bewegen. Im Newsletter von Psychische Gesundheit Zug können Sie folgenden Artikel nachlesen. «Körperliche Aktivität und Sport beeinflussen die Psyche: Sie hellen die Stimmung auf und wirken antidepressiv»

[PSGZ | Psychische Gesundheit Zug | Bewegung & Sport](#)



«Weisst du, wieviel Sternlein stehen?» Vielleicht weiss es Frau Kathrin Altwegg. Die 71-jährige Solothurnerin, mit einer eindrucklichen Karriere als Weltraumforscherin, erklärt in Hünenberg das Universum. So manch irdisches Thema wird dabei relativiert. Der Vortrag findet am **Donnerstag, 19. Januar 23 um 19.00 Uhr** in der Aula Ehret A statt. (Vorverkauf bei Gemeinde Hünenberg und Abendkasse)

Ich danke alle Hünenbergerinnen und Hünenberger, die sich als Einzelperson oder in einer Organisation für das Wohl der älteren Einwohner und Einwohnerinnen engagieren und so mithelfen, dass sich alle - auch im höheren Alter- in der Gemeinde aufgehoben fühlen dürfen.

Franziska Roos
Verantwortliche Fachbereich Alter

Agenda

19. Januar 2023	Vortrag zum Universum Kultur Hünenberg	Ehret A, 19.00 Uhr
25. Januar 2023	informiert in den Mittag Schulter- und Nackenbeschwerden	Lindenpark, 10.30 Uhr
26. Januar 2023	Lotto- und Jassnachmittag Kreis der Gemütlichen	Pfarreiheim, 14.00 Uhr
02. Februar 2023	spazieren-marschieren	unter Zelt Dach Gemeindehaus, 8.35 Uhr
20. Februar 2023	Fasnachtshöck Kreis der Gemütlichen Anmeldung bis 13. Februar 2023	Saal Heinrich von H'berg 14.00 Uhr

Jeden Mittwoch	Mittagstisch KONTAKT Auskunft bei Pia Brügger, 041 780 43 80	Lindenpark
Jeden Donnerstag	Computeria 	Bibliothek Hünenberg Ab 16.00 Uhr
Jeden letzten Mittwoch im Monat	informiert in den Mittag	Lindenpark 10.30 bis 11.30 Uhr
Jeden ersten Donnerstag im Monat	spazieren-marschieren	rund um Hünenberg Besammlung 8.35 Uhr