

**Der Begegnungsort
im Zentrum von Grosshönchstetten**
Alle Generationen sind eingeladen,
sich einzubringen und diesen Ort
mitzugestalten. Der Bühlmatte
Treff wird mit viel freiwilligem
Engagement geführt.



*Willkommen
im Cafe!*

Montag, Mittwoch, Freitag
jeweils 14–17 Uhr

AUSTAUSCH & BEGEGNUNG

WÖCHENTLICH

MITTWOCH	14.00	Deuschtreff Gemeinsam reden, lernen, lachen und Fragen stellen bei Kaffee und Kuchen. Für die Kinder gibt es eine Spielecke.
MITTWOCH	AB 14.00	Offenes Stricken Gemeinsam Stricken und Plaudern bei Kaffee und Kuchen.
FREITAG	9.30–11.00	Krabbelgruppe Für Babys und Kinder von 0 bis 4 Jahren mit ihren Eltern oder Begleitpersonen. «Zäme käfele, ploudere, spiele ...»
MIT TERMIN- VEREINBARUNG		PC Support Technischer Support für PC, Laptop, Tablet und Smartphone. Wir kommen zu Ihnen nach Hause oder helfen Ihnen auch im Bühlmatte Treff vor Ort.

MONATLICH

AM 2. MONTAG IM MONAT	10.00–11.00	Círculo Español Auffrischen der Spanisch-Vorkenntnisse in einer kleinen Gruppe. Konversation über selbst gewählte Themen, kein Schulbetrieb.
AM 3. MONTAG IM MONAT	10.00–11.00	Friends of English Auffrischen der Englisch-Kenntnisse in einer kleinen Gruppe. Konversation über selbst gewählte Themen, kein Schulbetrieb.
AM 3. MITTWOCH IM MONAT	18.30–21.30	Stricken «Wullechratte» Stricken in Begleitung von Margreth Liechti vom «Wullechratte» Grosshönchstetten. Keine Durchführung im Januar, Juli und Dezember.
AM 4. FREITAG IM MONAT	16.00–19.00	Familientreff Plaudern, austauschen, essen und ab und zu geben Referent:innen Impulse. Für Familien mit Kids ab Kindergarten. Keine Durchführung im Januar, Juli, September und Dezember.

2-MONATLICH

AM DIENSTAG	9.30	Lesekreis Diskussion über ein vorgängig gelesenes Buch. Das Buch wählen wir jeweils zusammen aus. Ihr könnt eure Buchwunschlister gerne mitbringen.
5. MÄRZ 21. MAI 23. JULI 10. SEPTEMBER 5. NOVEMBER		

«Wenn es
mir schlecht geht,
gehe ich nicht
in die Apotheke, sondern
zu meinem Buchhändler.»

Philippe Dijan,
französischer Schriftsteller

INFORMATIONEN- & KOORDINATIONENSTELLE FÜR DAS ALTER UND GENERATIONEN

MONATLICH

AM 4. MITTWOCH IM MONAT	15.00–16.30	Schauen Sie vorbei – ich freue mich auf Sie! Stefanie Lüthi, Beauftragte fürs Alter und Generationen Kramgasse 3, Grosshönchstetten, Tel. 079 873 30 95 altersarbeit@grosshoechstetten.ch Keine Durchführung im März, Juli, Dezember.
------------------------------------	--------------------	--

?!
Anliegen, Fragen,
Ideen oder Interesse
zur Mitwirkung

INFOCAFÉ

Kurzinfo, Diskussion, Fragerunde – Fachpersonen informieren in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee & Kuchen

DONNERSTAG 11. APRIL	14.00	Hilfe annehmen – selbst bestimmt bleiben Hilfe annehmen braucht Mut, schenkt gleichzeitig Energie und Freiräume. Welche Hilfe wirkt stärkend? Welche Hilfen gibt es? Chantal Galliker von «Zwäg ins Alter» der Pro Senectute Kanton Bern
DONNERSTAG 26. SEPTEMBER	19.00	Psychische Gesundheit Was ich schon immer mal fragen wollte. Lothar Graf Matter, Psychiater

VORTRAGSREIHE

Personen aus der Bevölkerung erzählen in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen

MONTAG 22. APRIL	19.30	«Brunnengenossenschaft Grosshöchstetten – Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft» Ein Vortrag von Ulrich Haueter
MONTAG 13. MAI	19.30	«Die Schweiz in Tansania – aus dem Notizbuch eines Botschafters» Ein Vortrag von Adrian Schläpfer
MONTAG 16. SEPTEMBER	19.30	«Sprache – Erwerb, Entwicklung, Pflege und Kunst» Ein Vortrag von Katharina Neuenschwander
MONTAG 25. NOVEMBER	19.30	«Stiftung mine-ex – Einblicke in ein Hilfswerk für Minenopfer in Kambodscha und Afghanistan» Ein Vortrag von Christian Gerber



EIN GENERATIONENANGEBOT

Angebote 60 plus und Schule Grosshöchstetten

TERMIN 1 DONNERSTAG 16. MAI	10.30–11.45	Wie, was, wo? Tipps zur Bedienung von Handy & Co. Schulhaus Schulgasse Sie bringen Ihr Gerät (Handy, Tablet, ...) mit und lassen sich von Schüler:innen das eine oder andere erklären. Die Schüler:innen ihrerseits geben Einblick, wie sie die digitalen Medien nutzen.
TERMINE 2+3 MONTAG 27. MAI + 10. JUNI	14.00–16.00	Bühlmatte Treff, individuelle Unterstützung



AKTIVITÄTEN IN UND UM DEN BÜHLMATTE-TREFF ...

Flyer mit Details finden Sie im Bühlmatte Treff, über Crossiety oder auf den Websites der Gemeinde und der Anbietenden

FREITAG 10. MAI	14.00–21.00	Firabe-Märit Märit-Bistro mit Flammkuchen, vom Frauenverein
SAMSTAG 8. JUNI 19. OKTOBER	9.00–16.00	Repair-Café Aula Sekundarschule, Schulgasse 3, Grosshöchstetten www.repair-cafe.ch
DONNERSTAG 27. JUNI	14.00–16.00	Jassen lernen, Angebote 60 plus Mit Anmeldung. Siehe separaten Flyer
SAMSTAG 13. JULI	14.00	Jass-Openair, Angebote 60 plus
DONNERSTAG 12. SEPTEMBER 17. OKTOBER 14. NOVEMBER 12. DEZEMBER	14.00	Bühlmatte-Jass, Angebote 60 plus Mit Anmeldung. Siehe separaten Flyer
FREITAG 23. AUGUST	15.00–18.00	Spielplatzfest Von der Arbeitsgruppe Begegnungsplatz Bühlmatte
SAMSTAG 12. OKTOBER		Apfelhüechlitag Von der Trachtengruppe
SAMSTAG 30. NOVEMBER	14.00–22.00	Weihnachtsmarkt Älplermaccaroni mit Apfelmus, von der Trachtengruppe
MITTWOCH 4. DEZEMBER	19.00–21.00	Adventsabend «Bsinnlechs zäme si» Geschichten, Musik, Tee, vom Frauenverein
DONNERSTAG 5. DEZEMBER		Internationaler Tag der Freiwilligen
27.–29. DEZEMBER	17.00–22.00	Raclette-Abende Von der Musikgesellschaft



Flyer mit Details finden Sie im Bühlmatte Treff, über Crossiety oder auf den Websites der Gemeinde und der Anbietenden.

a2-grafik

Wir freuen uns über Ihren Besuch, Ihre Ideen, Kritik und Anregungen. Falls Sie interessiert sind mitzuwirken oder Fragen haben, melden Sie sich bei

Stefanie Lüthi
Beauftragte fürs Alter und Generationen

Telefon: 079 873 30 95
E-Mail: altersarbeit@grosshoechstetten.ch

