

NEWSLETTER U100 November 2025

Liebes U100 Mitglied
Liebe Leserin, lieber Leser



Offenes Singen für Seniorinnen und Senioren

Donnerstag, 6. November, 15:00–15:50 h,
Altersheim Aespliz Senevita

Dienstag, 11. und 18. November, von
10:00 – 11:00 h, in der Pulferstube

Leitung: Antoinette Heldner und Joel
Andenmatten



Wir spielen Lotto

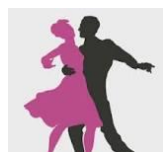
Montag, 17. November, 14:15 – 17:00 h

Restaurant Arcadia, Ittigensaal

Verbringen Sie mit uns einen gemütlichen
Nachmittag bei tollen Preisen

Unkostenbeitrag Fr. 10.— inkl. einem
Getränk und einem Stück Kuchen

Organisation: Frauenverein Ittigen



Tanzen für Seniorinnen und Senioren in der Seniorenresidenz Talgut Ittigen

Dienstag, 2. Dezember, 14:30 - 16:20 h

Livemusik mit Freddy Mierer; Kosten
Fr. 10.-- pro Person.

Patronat Seniorenresidenz Talgut Ittigen /
Rosa und Robert Pulfer-Stiftung / U100

Mit unseren besten Grüßen
Vorstand U100 Generationen-Netzwerk
Ittigen-Worblaufen
Marlies Wälchli



Schach und

Seniorinnen und Senioren

Mittwoch, 12. November, 15:00 – 18:00 h,

Mittwoch, 3. Dezember, 15:00 – 18:00 h

Pulferstube, mit dem Schachklub Bantiger

Schach eignet sich für Seniorinnen und Senioren
bestens als Freizeitbeschäftigung. Viele kennen
die Regeln von früher. Also kurz auffrischen und
«Los geht's»! Kommen Sie vorbei.

Café Med in der Pulferstube

Mittwoch, 19. November, 15:00 – 18:00 h

Entscheidungshilfe für alle kostenlos

...haben Sie Fragen zu Ihrer nächsten Operation?

...sind Sie verunsichert über die erhaltene
ärztliche Diagnose und deren Folgen?

...brauchen Sie eine Erklärung zu einem
fachlichen medizinischen Begriff?

Bei solchen und ähnlichen Fragen erhalten Sie
Unterstützung durch Herrn Dr. med. Ernst Michel,
Allgemeine Innere Medizin FMH, pensionierter
Hausarzt. Pro Beratung immer nur eine Person im
Raum. Anmeldung bitte an Frau Heidi Hugi: Tel.
031 921 27 08 oder heidi.hugi@gmail.com.



NAEHATELIER

in der Pulferstube

Am **Freitag, 21. November 2025, zwischen**
09:30 h und 11:30 h nimmt Frau Bettina

Zuberbühler in der Pulferstube Talgutzentrum
Ittigen Ihre Kleidungsstücke für **KLEINE**

AENDERUNGEN und Flickarbeiten entgegen. Die
Bezahlung erfolgt vor Ort (bar). Die Aenderungen
werden zeitnah von Frau Zuberbühler ausgeführt.
Danach können die Kleidungsstücke während den
Oeffnungszeiten der Pulferstube abgeholt werden.