
NEWSLETTER Juni 2026



Offenes Singen für Seniorinnen und Senioren

Donnerstag, 4. Juni, 15:00 – 16:00 h,
im Altersheim Aespliz

**Dienstag, 9. Juni und Dienstag,
16. Juni,** jeweils von 10:00 – 11:00 h, in
der Pulferstube.

Dienstag, 30. Juni, 10:00 – 11:00h, im
Erlebnisgarten der Residenz Talgut
Ittigen (nur bei schönem Wetter,
ansonsten in der Pulferstube)



Mit Rat und Tat – gemeinsam stark im Alter

Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren sowie Angehörige, die sich gerne vernetzen, informieren, austauschen und/oder sich eine kurze Verschnaufpause in ungezwungener Runde gönnen möchten.

Wann und wo: 15:00 – 18:00 Uhr, immer an einem Freitag, in der Pulferstube (Talgut-Zentrum 40, Ittigen), freies Kommen und Gehen

Themenfelder 2026

- 12. Juni: Wie gehe ich um mit Demenz in der Verwandtschaft, Bekanntschaft und Partnerschaft?
- 10. Juli: Hilfe im Umgang mit BLS-/SBB-App.
- 24. Juli: bestehen Netzwerke für pflegende Angehörige?
- 25. September: Ergänzungsleistung, Hilfe, die ankommt?
- 30. Oktober: Gibt es Unterschiede bei den Beistandschaften?
- 13. November: Wohnungssuche oder Heimeintritt?
- 4. Dezember: Nachbarschaftshilfe, darauf kann ich zählen.



Nähatelier in der Pulferstube

Freitag, 5. Juni, 09.30 – 11:30 h

Frau Bettina Zuberühler nimmt Ihre Kleidungsstücke für kleine Anederungen entgegen. Bezahlung vor Ort (bar oder Twint). Die Kleidungsstücke können zeitnah in der Pulferstube wieder abgeholt werden.

Der Vorstand U100 wünscht Ihnen weiterhin wunderschöne Sommertage
U100 Generationen-Netzwerk Ittigen-
Worblaufen
Marlies Wälchli

Gemeinde Ittigen | Abteilung Gesellschaft und Soziales | Stefan Wüthrich | Altersbeauftragter
Tel. 031 925 23 52 | 079 948 30 63 | stefan.wuethrich@ittigen.ch

