



Senioren-Bulletin Oktober 2025

Verschiedene Mittagstische
Sonntagsessen im Bistro
Ganztagesfahrt Städtli Willisau u. Besuch Flaschenmuseum
Referat Zürcher Sehhilfe
E Bike Tour
Tanznachmittag «Darf ich bitten?»
Visit Zürich besucht mit uns die Migros
Mittagstisch, Firma Marionnaud kocht
Halbtagesfahrt Brocki Baar
Aquafit/Jassen/Laufträff/Singen/Sport/Wandern/Tipps

Angebote Oktober

- jeden Donnerstag** **Mittagstisch** für Seniorinnen/Senioren, Ort:
11.30 Uhr Bistro Sunnetal. Ohne Anmeldung. Menü,
Dessert: CHF 16.50.
- Sonntag** **05. Okt.** **Sonntagessen Bistro Sunnetal**, erster u.
26. Okt. letzter Sonntag Monat, ohne Anmeldung.
11.30 Uhr Menü/Dessert CHF 16.50. Selbstbedienung.
- Mittwoch** **08. Okt.** **Ganztagesfahrt Städtli Willisau, Führung**
Flaschenmuseum. Fahrt Fr. 15.00. Führung:
Fr. 8.-, Essen: Fr. 30.-, Znüni/Getränke
separat. Treff: 7.25 Uhr Bistro Sunnetal. **Flyer**
beachten. Anmeldung: *Seniorenarbeit, T.
043 355 31 30, christa.wyss@sunnetal.ch
- Donnerstag** **09. Okt.** **Zürcher Sehhilfe, Referat.** Flyer beachten.
- Sonntag** **19. Okt.** **Mittagessen**, alleinstehende Frauen, Info:
Marta Walder, Natel 079 852 07 67.
- Montag** **20. Okt.** **Tanznachmittag „Darf ich bitten?“.** Bitte
14.00 – 16.00 Uhr Flyer beachten.
- Donnerstag** **23. Okt.** **Visit Zürich besucht mit uns die Migros.**
Bilderpräsentation. Bitte Flyer beachten.
- Sonntag** **26. Okt.** **Jassen.** L. u. T. Kolp, T. 043 355 52 51.
Mail: lt.kolp@bluewin.ch
- Dienstag** **28. Okt.** **Firma Marionnaud kocht für uns.**
11.30 Uhr Bitte separaten Flyer beachten.
- Donnerstag** **30. Okt.** **Halbtagesfahrt Brocki Baar.** Treff: 13.15
Uhr ab Bistro Sunnetal, Fahrt: Fr. 10.-,
Zvieri: individuell. Anmeldung, bis 27.10.=*

Bewegung, Tipps

Aqua fit Schulbad Benglen. *Info Seniorenarbeit, Tel. 043 355 31 30, Mail christa.wyss@sunnetal.ch
Mittwochnachmittag

Gymfit Frauen Mittwoch, 13.30 Uhr, Turnhalle Lätten.
Info*Schnuppern gratis, willkommen.

Fitness Männer Mittwoch, 14.30 Uhr, Turnhalle Lätten.
Info*Schnuppern gratis, willkommen.

Dienstag 07. Okt. Wanderung Baden-Baldegg-Gebensdorferhorn-Gebensdorf und weiter bis Brugg. (Beschreibung=bitte separaten Flyer beachten.) Leiter: Elisabeth Tobler und Fredi Zumsteg. Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss: Samstag, 4.10., 20.00 Uhr.
Handy E. Tobler 079 472 29 56, Festnetz 044 825 37 25

Freitag 10. Okt. E Bike Tour, Fällanden-Feldbach. Bitte Flyer beachten. Leiter: Hanspeter Gilgen u. Bert von Rotz. Anmeldung bitte bis 6.10. an: HP. Gilgen, Natel 079 795 70 81, Mail: gilgen@ggaweb.ch

jeden Donnerstag 09.00 – 10.00 Uh **Laufträff**, Info: F. Gwerder, Natel 079 545 93 14, Mail: felix.gwerder@bluewin.ch

Tipps **Singen für alle**, jeden 2. Montag. A. Pomp, N:077 423 22 58, Mail: abp2@gmx.net
GZ Benglen: www.ortsvereinbenglen.ch
Gzf: www.gz-faellanden.ch
Pfaffhüsli: www.pfaffhuesli.ch/contact-9

Versicherung Anlässe Sache Teilnehmer.
Herbstferien Schule: 6.10. – 19.10.25=
kein Aquafit, Fitness Männer, Gymfit.

Gemeinde Fällanden
Fachstelle Seniorenarbeit
Sunnetalstrasse 2a
8117 Fällanden
www.faellanden.ch

Telefon 043 355 31 30
christa.wyss@sunnetal.ch

Bürozeiten: Montag – Donnerstag 8.00 – 16.00 Uhr

Seniorenwanderung vom 07. Oktober 2025

Teilstrecke auf dem Jurahöhenweg (Route 5) von Baden - Baldegg - Gebensdorferhorn - Gebensdorf und weiter bis Brugg.
Eine Anmeldung zu dieser Wanderung ist erforderlich. Anmeldeschluss: Samstag, 04. Oktober 20.00 Uhr !!

Mit der Anmeldung ist gleichzeitig noch bekannt zu geben, in welcher Gruppe man mitwandern möchte. (Gr. 1 oder Gr. 2)

Ausrüstung: Wanderstöcke sind zu empfehlen

Hinfahrt der Gruppe 1:

Besammling: 07.25 Uhr beim Gemdh.
Fällanden ab: 07.35 Uhr mit Bus Nr. 745
Stettbach ab: 08.04 Uhr mit S 12
Baden Bahnh. an: 08.42 Uhr Gleis 3

Wanderung der Gruppe 1 von Baden Bahnh. nach der Baldegg via

Ruine Stein. Wanderzeit : ca. 50 Min. Aufstieg: ca. 190 Hm. (kurze Passagen T2)
Rest. Baldegg an: 09.45 Uhr zu Fuss

Startkaffee Im Restaurant Baldegg für beide Gruppen: um ca.09.45 Uhr bis ca. 10.15 Uhr

Abmarsch beim Restaurant Baldegg gemeinsam Gr.1 + Gr.2

Die Wanderung führt uns von der Baldegg zum Gebensdorferhorn (hier tolle Sicht auf das Wasserschloss) dann geht es hinunter via Hölzbachtag zum Dorf "Gebensdorf" und von dort kurz der Reuss entlang bis zum Stauwehr. Dort überqueren wir die Reuss und weiter geht es dann kurz der Aare entlang bis nach Brugg, wo wir um ca. 13.00 Uhr Im Restaurant "Trattoria rotes Haus" unser Mittagessen einnehmen werden. Beim Abstieg vom Gebensdorfer Horn sind vielleicht kurze Passagen etwas steil. (Wanderstöcke demzufolge ideal)
Der Rückmarsch vom Restaurant "Trattoria rotes Haus" bis zum Bahnhof Brugg beträgt ca. 10 Minuten.

Die Rückkreise beider Gruppen ab Brugg ist vorgesehen um 15.06 Uhr mit der S12 auf Gleis 5
Sollten sich allenfalls beim Essen gewisse Verzögerungen ergeben, so würden wir uns für eine etwas spätere Heimfahrt entscheiden.

Brugg Bahnh. ab: 15.06 Uhr mit S12 auf Gleis 5 (also immer .06 oder .36)
Stettbach an: 15.55 Uhr
Stettbach ab: ca. 16.15 Uhr mit Bus Nr. 745 oder 743(je nach Ankunftszeit)

Billettkosten-Basis mit ¼ Abor: Hinfahrt pro Teilnehmer (gilt für Gr.1 + 2) CHF 8.40 (Fällanden -Baden inkl. Busfahrt auf die Baldegg)

Rückfahrt pro Teilnehmer: CHF 11.80 (Brugg - Fällanden)

Beim Billettkauf bitte erwähnen, dass wir das Ticket selber abstempeln werden!!

Wanderleitung: Elisabeth Tobler + Fredi Zumsteg, Handy Elisabeth 079 472 29 56 oder Festnetz: 044 825 37 25

Hinfahrt der Gruppe 2:

Besammling: 07.55 Uhr beim Gemdh.
Fällanden ab: 08.05 Uhr mit Bus Nr. 745
Stettbach ab: 08.34 Uhr mit S12
Baden Bahnh. an: 09.12 Uhr umsteigen
Baden Bahnh. ab: 09.29 Uhr mit Bus 85
Rest. Baldegg an: 09.45 Uhr mit Bus Ost Kante N



Besuch Stedtli Willisau u. Flaschenmuseum

Das hübschen Willisau, der Besuch im Ringlistammhaus und das Museum voller Geschichten u. spezieller Flaschen, in allen möglichen Variationen, sind eine Reise wert.

Datum, Zeit Anmeldung

Mittwoch, 8.10.25, Treff: 7.25 Uhr, vor Bistro Sunnetal bis 1.10. an Seniorenarbeit, Tel. 043 355 31 30, Mail: christa.wyss@sunnetal.ch

Kosten

Museum Fr. 8.-, Essen separat, Mitfahrer Fr. 10.00

Mittagessen

Fleisch: Pouletschnitzel, Pommes frites, Salat Fr. 30.-

Bitte angeben

Vegi: Dito aber mit Gemüseschnitzel, Fr. 30.-



Gemeinde Fällanden
Fällanden Benglen Pfaffhausen



Zürcher Sehhilfe

**Beratung
und Rehabilitation**

Referat Zürcher Sehhilfe

Sehbeeinträchtigung im Alter, Dienstleistungen Zürcher Sehhilfe, Beratungsangebote, Vorstellen Hilfsmittel.

Referent: Daniel Rey, Geschäftsleiter Zürcher Sehhilfe.

Datum Donnerstag, 9.10.2025, 14.00 – ca. 15.30 Uhr

Ort, Kosten Saal Katholische Kirche Fällanden, Kosten: keine

Anmeldung bitte bis am 6.10. an Fachstelle Seniorenarbeit
Telefon 043 355 31 30, Mail christa.wyss@sunnetal.ch



E Bike Tour

Fällanden-Feldbach. Ca. 50 km, Fahrt ca. 4 Std. u. Pausen.
Leitung: Hanspeter Gilgen, Bert von Rotz.

Datum	Freitag, 10. Oktober 2025
Treffpunkt	9.30 Uhr, Bänkli vor dem Alterszentrum Sunnetal
Ausrüstung	verkehrstüchtiges E-Bike, Helm, Getränk
Kosten	individuelle Getränke/Mittagessen, Hans Heiri Feldbach
Anmeldung	bitte bis 6.10. an HP. Gilgen N 079 795 70 81, Mail: gilgen@ggaweb.ch
Leiter	HP. Gilgen, 079 795 70 81, B. von Rotz 079 370 79 45



Gemeinde Fällanden
Fällanden Benglen Pfaffhausen



Tanznachmittag „Darf ich bitten?“, Fällanden

Dieser Anlass bietet Menschen mit und ohne Beeinträchtigung, sowie allen Interessierten die Möglichkeit, mit Tanzen, Musik hören einen unbeschwerten Nachmittag zu verbringen.

Alle sind herzlich willkommen. Auch spontan möglich.

Datum, Ort	Montag, 20.10.25, 14.00-16.00 Uhr, Zwicky Fabrik
Anmeldung	wenn möglich bis 15.10. morgens an Seniorenarbeit, Tel. 043 355 31 30, Mail christa.wyss@sunnetal.ch
Eintritt, Zvieri	Für Fällanderinnen und Fällander, gratis
Organisatoren	Verein „Darf ich bitten“ und Seniorenarbeit Fällanden



Visit Zürich besucht mit uns die Migros

Erfahren Sie mehr über die Entstehung der Migros. In einer kurzweiligen, spannenden Präsentation. Wer war der Migros Gründer, welcher mit Durchhaltewille das M gross machte und für das Volk dachte.

Datum, Ort	Donnerstag, 23.10.25, Zeit: 14.00 – 15.00 Uhr, Saal Katholische Kirche
Anmeldung	bis 15.10. an Seniorenarbeit, Telefon 043 355 31 30, Mail: christa.wyss@sunnetal.ch
Kosten	Fr. 5.00
Präsentation	Visit Zürich, Organisator Stadtführungen und mehr



Mittagstisch, Firma Marionnaud kocht

Im Rahmen eines Sozial Projekttag, kochen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Firma Marionnaud für uns. Wir freuen auf ein gemütliches Zusammensein.

Datum, Zeit	Dienstag, 28. Oktober 2025, Zeit: 11.30 Uhr
Ort	Saal Katholische Kirche Fällanden
Anmeldung	bitte an Fachstelle Seniorenarbeit (Plätze beschränkt) Tel. 043 355 31 30, Mail: christa.wyss@sunnetal.ch
Mittagessen	Salate, Pasta, div. Saucen, Getränke, Dessert, Lotto
Kosten	Fr. 10.00, zu Gunsten Seniorenarbeit Fällanden