

15. Seniorentreff vom 1. Oktober 2019

Im Bistro Belpberg, Münsingen

Gedankenaustausch

Margret Steiner vom Seniorentreff-Team 65+ durfte eine grosse Runde Seniorinnen und Senioren begrüssen und den neuen Besucherinnen und Besuchern die Arbeit des Vereins 65+ sowie den monatlichen Seniorentreff vorstellen.

Auf den Gedankenaustausch mochte sich an jenem sonnigen Dienstagnachmittag niemand so recht einlassen. Für solche seltenen Fälle hat Elsbeth Pfister als Fachfrau für Gesundheitsthemen einen grossen Fundus an Körperübungen für den Hausgebrauch zur Hand, auf den sie spontan zurückgreifen kann:

Beginnend mit einer entspannenden Bauchatmung folgt das Massieren der Ohren, was einer Ganzkörpermassage gleichkommt. Mit sanftem Klopfen, Kreisen und Kneten geht es weiter vom Scheitel über Nacken und Schultern bis hin zu den Fingerkuppen – es war ein erfrischendes Körpererlebnis. Alle machten mit Begeisterung mit.

Die nun entspannte Seniorenrunde wünschte sich mehr davon!

Theophil Ryser, Präsident des Vereins 65+

Theophil Ryser gibt bekannt, dass er aus gesundheitlichen Gründen das Präsidium und den Seniorenrat des Vereins 65+ per Hauptversammlung vom 17. März 2020 aufgeben muss. Theophil Ryser und der Verein sind deshalb auf der Suche nach Frauen und Männern, die bereit wären, eine Aufgabe im Verein zu übernehmen.

INFOS

- Billettautomatenkurs/Mobilitätskurs, 10. Oktober 2019 Schlossgut Münsingen, 13.30 bis 17.00 Uhr
- "Gehirn stärken" im Kirchgemeindehaus, 14. Oktober 2019, von 09.00 bis 11.00 Uhr
- Nächster Seniorentreff: 5. November 2019, Thema: *Versiegelungsbeamter, was wie wo?* im Bistro Belpberg um 14.30 Uhr
- Betreuungsübung vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz BABS: am 4. Dezember 2019, ganztags
- 3. Repair-Café: im Freizythus, 7. Dezember 2019, von 09.00 bis 16.00 Uhr

Das Seniorentreff-Team: Margret Steiner, Heidi Schacher, Elsbeth Pfister, Elfriede Klingler
Oktober 2019 EKL