

Offene Treffen und Gruppen: 1. Halbjahr 2024

Bei Viva Luzern im Café I Restaurant Guggi

Digi-Treff: Regelmässiger Erfahrungs-Austausch rund um Smartphones und Tablets.

- MI, 14.00 bis 16.00 Uhr
- Monatlich; 24.1., 28.2., 27.3., 24.4., 29.5. und 26.6.2024
- Gruppenleiter: Ernst Bissig, Mobile 079 408 22 65
- Kosten: CHF 10.- bar pro Mal, exkl. Kaffee

Denk-Fitness-Treff: Regelmässiges Gedächtnistraining zur Verbesserung der Merkfähigkeit.

- FR, 13.30 bis 15.00 Uhr oder 15.30 bis 17.00 Uhr
- Monatlich; 19.1., 23.2., 22.3., 19.4., 24.5. und 21.6.2024
- Gruppenleiterin: Edith Koch, Telefon 041 497 30 24
- Kosten: CHF 15.- bar pro Mal, inkl. Unterlagen, exkl. Kaffee

Trauer-Café: Abschied nehmen hat viel Facetten – sich treffen, zuhören und darüber reden.

- DI, 14.00 bis 16.00 Uhr
- Monatlich; 23.1., 20.2., 19.3., 16.4., 14.5, 18.6. und 16.7.2024
- Gruppenleiterin: Rita Schnyder, 041 240 90 01
- Kosten: CHF 10.- pro Mal

Fitgym: Regelmässiges Turnen für Gleichgewicht, Kraft, Beweglichkeit und Spass.

- Wöchentlich am Mittwoch, 9.00 bis 10.00 Uhr
- Gruppenleiterin: Barbara Vanza, Mobile 079 229 53 44
- Kosten: CHF 5.- pro Mal (Halbjahres- oder 10er-Abo)

+ Diese Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.

Offene Treffen und Gruppen: 1. Halbjahr 2024

Bei Viva Luzern im Café I Restaurant Guggi

Digi-Treff: Regelmässiger Erfahrungs-Austausch rund um Smartphones und Tablets.

- MI, 14.00 bis 16.00 Uhr
- Monatlich; 24.1., 28.2., 27.3., 24.4., 29.5. und 26.6.2024
- Gruppenleiter: Ernst Bissig, Mobile 079 408 22 65
- Kosten: CHF 10.- bar pro Mal, exkl. Kaffee

Denk-Fitness-Treff: Regelmässiges Gedächtnistraining zur Verbesserung der Merkfähigkeit.

- FR, 13.30 bis 15.00 Uhr oder 15.30 bis 17.00 Uhr
- Monatlich; 19.1., 23.2., 22.3., 19.4., 24.5. und 21.6.2024
- Gruppenleiterin: Edith Koch, Telefon 041 497 30 24
- Kosten: CHF 15.- bar pro Mal, inkl. Unterlagen, exkl. Kaffee

Trauer-Café: Abschied nehmen hat viel Facetten – sich treffen, zuhören und darüber reden.

- DI, 14.00 bis 16.00 Uhr
- Monatlich; 23.1., 20.2., 19.3., 16.4., 14.5, 18.6. und 16.7.2024
- Gruppenleiterin: Rita Schnyder, 041 240 90 01
- Kosten: CHF 10.- pro Mal

Fitgym: Regelmässiges Turnen für Gleichgewicht, Kraft, Beweglichkeit und Spass.

- Wöchentlich am Mittwoch, 9.00 bis 10.00 Uhr
- Gruppenleiterin: Barbara Vanza, Mobile 079 229 53 44
- Kosten: CHF 5.- pro Mal (Halbjahres- oder 10er-Abo)

+ Diese Kurse sind vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) teilsubventioniert, weil sie in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördern.