

# Dezember



Datum: Samstag 2. Dezember 2020

Zeit: 14:30 Uhr

Ort: Kath. Pfarreizentrum

Leitung: **HCR - Accordissimo**

## Chlaus- und Adventsnachmittag

Der Chlaus- und Adventsnachmittag für Seniorinnen und Senioren ist bei Akteuren und Gästen beliebt. Alle freuen sich auf einen gemütlichen, heiteren, aber auch besinnlichen Nachmittag.

Adventsstimmung kommt schon beim Eintreffen der Gäste auf: die Tische sind festlich dekoriert mit Tannzweigen, Kerzen, Mandarinen, Nüssli und Schöggeli. Mit frischen Sandwiches und selbstgebackenen Kuchen wird für das leibliche Wohl gesorgt. Dazu werden ein Gläschen Wein und eine Tasse Kaffee serviert, was den Genuss der harmonischen Klänge des Orchesters noch erhöht.

Das Orchester «Accordissimo» des HCR präsentiert Ausschnitte aus seinem musikalischen Programm und begleitet den Besuch von Samichlaus und Schmutzli mit weihnächtlichen Klängen. Die traditionelle Adventsgeschichte verleiht dem Nachmittag die besinnliche Note.

Wir freuen uns sehr auf ein fröhliches Wiedersehen mit Ihnen!

## COVID 19 Vorgaben

Das Programm gilt vorbehaltlich der aktuell geltenden BAG Richtlinien. Bitte kontaktieren Sie bei Unsicherheit die Verwaltung der ref. Kirchgemeinde. Schutzkonzept vorhanden. Teilnehmerzahl ist begrenzt. Telefonische **Anmeldung** ist zwingend erforderlich.

Dies können Sie tätigen unter:

reformierte Kirche Furttal  
044 520 44 00

Wenn Sie abgeholt werden möchten, melden Sie sich bitte bei der reformierten Kirchgemeinde.

Telefon: 044 520 44 00

[www.kirche-furttal.ch](http://www.kirche-furttal.ch)

[www.facebook.com/kirche.furttal](https://www.facebook.com/kirche.furttal)

Alle Seniorennachmittage finden statt im

Kath. Pfarreizentrum

Schulstrasse 112

8105 Regensdorf

Telefon: 043 388 70 20

[www.st-mauritius.ch](http://www.st-mauritius.ch)

Arbeitsgruppe für Oek. Seniorennachmittage:

Adrian Beyeler

Irina Dedecius

Rolf Knepper

# Ökumenische Senioren- Nachmittage

## PROGRAMM September - Dezember 2020

**Teilnahme nur mit Anmeldung möglich  
Siehe letzte Seite**

reformierte  
kirche furttal



Röm.-kath. Pfarramt St. Mauritius Furttal

Adlikon Boppelsen Buchs Dällikon Dänikon Hüttikon Otelfingen Regensdorf Watt

## September



---

Datum: Mittwoch 2. September 2020  
Zeit: 14:30 Uhr  
Ort: Kath. Pfarreizentrum  
Leitung: **Pfr. Adrian Beyeler**

---

### **Entdeckungen in Russisch Karelien und Lapland**

Im Sommer 2019 fuhr Pfarrer Adrian Beyeler mit dem Auto von Regensdorf aus in den hohen Norden. Seine Reise führte ihn entlang der beiden grössten Seen Europas und dem Weissen Meer bis nach Murmansk, in die wichtigste Hafenstadt nördlich des Polarkreises. Unterwegs machte er Halt in bedeutenden russischen Klöstern und durchstreifte Gegenden, in denen in stalinistischer Zeit schauerhafte Zwangsarbeitslager errichtet wurden. In Wort, Ton und Bild berichtet er über seine Eindrücke von diesen sagenhaften Landschaften am Rande Europas.

## Oktober



---

Datum: Mittwoch 7. Oktober 2020  
Zeit: 14:30 Uhr  
Ort: Kath. Pfarreizentrum  
Leitung: **Susann Duss**

---

### **„Die heilsame Kraft des Lachens“**

Der Vortrag beinhaltet spannende Informationen aus der Forschung über das Lachen und behandelt die positiven Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele.

Erleben Sie anschliessend Lachyoga! Atemübungen aus dem Yoga werden mit Lachen kombiniert, was die Selbstheilungskräfte aktiviert, zu Wohlbefinden, Entspannung und mehr Lebensfreude führt.

Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie richtig lachen oder nur so tun. Sowohl simuliertes als auch echtes Lachen verändert die Chemie im Gehirn, was einen positiven Effekt auf die Gemütsverfassung hat.

## November



---

Datum: Mittwoch 4. November 2020  
Zeit: 14:30 Uhr  
Ort: Kath. Pfarreizentrum  
Leitung: **Rolf Knepper**

---

### **«Die schönste Seereise der Welt»**

Mit dem Postschiff der Hurtigruten entlang der norwegischen Fjord-Küste von Bergen bis Kirkenes, und wieder retour: Das hat sich in den letzten Jahren von einem Geheimtipp zu einem Bestseller entwickelt. «Die schönste Seereise der Welt» – so der bekannte Werbeslogan – zieht mittlerweile immer mehr Menschen in ihren Bann.

Für Rolf Knepper war diese Reise lange Zeit ein unerfüllter Traum. Im Herbst 2019 wurde er dann Wirklichkeit. Nun hat er eine Präsentation erstellt.

Kommen Sie mit auf diese Reise und tauchen Sie ein in die Faszination Norwegen!