60+HAUSEN A.A.
AKTIV GETRAGEN VERNETZT

Aktivitätenliste 2025

PRO SENECTUTE
Kanton Zürich

Leitung: Françoise Jucker-Iberg; Chratzstrasse 3, 8915 Hausen am Albis; 044 764 23 61; 079 431 18 44; ft-jucker@bluewin.ch

60+HAUSEN A.A. zeigt begleitete Aktivitäten für Menschen (60+) im Oberamt und pflegt speziell auch den Kontakt untereinander in dieser Altersgruppe. Die meisten Angebote verstehen sich als Teil der Ortsgruppe von Pro Senectute Kt. ZH.

Aktivitäten	Zeit / Ort	Ansprechperson/en
AUSSTELLUNGSGRUPPE brimaier@bluewin.ch	in der Regel am letzten Freitag des Monats werden Ausstellungen, Museen oder Betriebe etc. besichtigt.	Brigitt Maier / 044 764 21 41 (Beat von Arx / 044 764 05 80)
AUTOFAHRDIENST fahrdienst@srk-zuerich.ch nicht bei PSZH	Telefonzeit: Montag bis Freitag 10h - 12h; 14h - 17h Für Menschen, die medizinische Institutionen besuchen.	Schweizerisches Rotes Kreuz (ZH) 044 388 25 00
GRATULATIONEN sutter.hausen@datazug.ch	nach Bedarf; zum 85. & 90. Geburtstag (anschliessend jährlich)	Käthy Sutter / 044 764 08 84 (Melanie Koch / 076 588 38 96)
HANDARBEITS-STUBETE brigitteburger@bluewin.ch	jeweils am 2. Montag des Monats um 14.30 Uhr in der Zwinglistube	Brigitte Burger / 044 764 03 49 (Lotte Rhomberg / 044 764 05 59)
HUUSER SPIEGEL *Agenda* und Beiträge ft-jucker@bluewin.ch	Nach Bedarf Publikation von Anlässen & Aktivitäten in gedruckten oder digitalen Medien (z.B.Huuser Spiegel, im Anzeiger, Homepage Gemeinde HaA)	Françoise Jucker / 044 764 23 61
JASSEN werner.maier@datazug.ch	jeweils am 2. und 4. Dienstag des Monats um 13:30 h in der Zwinglistube der ref. Kirche	Rita Maier / 044 764 03 10 (Erna Gantenbein / 044 341 07 93)
KAFIHOCK rigich@datazug.ch	jeweils am 4. Mittwoch des Monats von 14h bis ca. 17h in der Zwinglistube der ref. Kirche	Rita Gisler / 044 764 00 96 (Ruth Gaisser / 044 764 09)
KREATIV60+ nik@egger-visual.com	Alle 3 Jahre präsentieren SeniorInnen aus dem Oberamt ihre Freizeit-Aktivitäten; (letztmals 2023)	Nik Egger / 044 883 38 00
LET'S DANCE (neu) ft-jucker@bluewin.ch	Ein neues Tanzangebot für Junggebliebene 60+/- Einmal monatlich tanzen zu Hits ab den 70ern etc. Abwechslungsweise in Hausen oder in Mettmenstetten	Françoise Jucker / 044 764 23 61
SENIOREN-MITTAGESSEN sekretariat@kath-hausen.ch nicht bei PSZH	jeweils am 3. Dienstag des Monats ab 12h im Untergeschoss der kath. Kirche	Lotte Rhomberg / 044 764 05 59 (Irene Girardet / 044 764 02 15)
OBERÄMTLER SENIOREN-FERIENWOCHE nicht bei PSZH irene.girardet@ref-knonaueramt.ch	Einmal im Jahr (im Herbst) findet die Ferienwoche für SeniorInnen statt.	Irene Girardet / 044 764 02 15 & Leitungsteam
SENIOREN-REISE bhomberger@bluewin.ch	einmal pro Jahr - persönliche Einladung an Menschen in der Gemeinde Hausen a.A. im Alter 65+	Brigit Homberger / 079 757 35 37 (Eliane Heinzer / 044 764 01 29)
SENIOREN-WEIHNACHT eliane.heinzer@bluewin.ch	in der Regel am 3. Adventssonntag für Menschen in der Gemeinde ab 60 Jahren	Eliane Heinzer / 044 764 01 29 (Françoise Jucker / 044 764 23 61)
TURNEN FRAUEN monidom@bluewin.ch nicht bei PSZH	jeden Montag 10h in der Turnhalle Albisbrunn	Monika Domeisen / 044 764 21 02 (Helen Studer / 044 764 09 38)
TURNEN MÄNNER OBERAMT a.heimann@gmx.ch nicht bei PSZH	jeden Dienstag. Beginn 07.45h in der Turnhalle Rifferswil	Adolf Heimann / 044 764 10 05 (Josef Pfiffner / 044 764 07 61)
VELOGRUPPE re–s@gmx.ch nicht bei PSZH	von April bis Oktober, meistens am 2. Mittwoch des Monats (Verschiebung auf Donnerstage nach Bedarf)	René Schatt / 079 254 32 81 & Leitungsteam
WANDERGRUPPE 1 keelkunztheres@bluewin.ch	jeweils am 1. Mittwoch des Monats von April bis Oktober; Dauer: 1 bis 1 ½ Stunden	Theres Keel / 079 672 78 51 & Leitungsteam
WANDERGRUPPE 2A *WANDERGRUPPE 2B* f.laimbacher@bluewin.ch	meist am 3. Mittwoch/ Monat; 3.5-4h; HD bis 500m meist am 4. Mittwoch/ Monat; 2.5-3h; HD bis 300m	Fredy Laimbacher / 044 764 06 44 & Leitungsteam
WANDERGRUPPE 3 carolina_hauser@icloud.com	jeweils am letzten Montag des Monats (März bis Oktober); Dauer: 3h bis 5h; HD bis 1000m	Caro Hauser / 079 735 60 76 & Leitungsteam

Die folgenden Angebote wenden sich an Menschen, welche ihren 3. Lebensabschnitt aktiv, kreativ und miteinander gestalten und geniessen wollen. Gemeinsame Unternehmungen und Aktivitäten bereiten Freude und können auch Unterstützungen im Alltag anstossen.

Ausstellungsgruppe
Die „Ausstellungsgruppe“ gehört auch zu 60+HAUSEN A.A. Sie führt monatlich, in der Regel am letzten Freitag des Monats, einen Anlass durch. Dabei kann es sich um den Besuch einer Ausstellung, eines Museums oder eines Betriebes handeln. Solche Besuche werden meist von einer fachkundigen Führung begleitet.
Details zur Mitgliedschaft, den Kosten und weiteren Hinweisen zu Ausflügen verrät ihnen gerne Brigitt Maier. Das Beraterteam der Ausstellungsgruppe freut sich über jede Neuanmeldung.

Ansprechsperson	Brigitt Maier, Tel. 044 764 21 41	brimaier@bluewin.ch

Autofahrdienst (Schweizerisches Rotkreuz Kanton Zürich)
Telefonzeit: Mo bis Fr jeweils von 10h bis 12h & 14h bis 17h
Betagte Menschen oder Personen, die sich von einer schweren Krankheit oder einem Unfall erholen, ist der Weg in die Arztpraxis oder zur Therapie eine grosse Herausforderung. In diesem Fall springt der Fahrdienst des Roten Kreuzes helfend ein.

Ansprechspersonen	Rotkreuz-Fahrdienst Kanton Zürich, 044 388 25 00	fahrdienst@srk-zuerich.ch www.srk-zuerich.ch

Gratulationen
Es ist unserer Gruppe eine vornehme und freudige Aufgabe, den Mitmenschen in unserer Gemeinde zu hohen Geburtstagen die herzlichsten Glückwünsche zu überbringen:
Zum 85. Geburtstag gratulieren wir erstmals; ab dem 90. Geburtstag sogar jährlich.
Je nach Wunsch gratulieren wir im „Anzeiger aus dem Bezirk Affoltern“, kommen auch gerne bei den Jubilarinnen und Jubilaren vorbei und überbringen jeweils ein passendes Geschenk. Wir freuen uns immer wieder auf die guten Gespräche!

Ansprechsperson fürs Team	Käthy Sutter, Tel. 044 764 08 84	sutter.hausen@datazug.ch

Handarbeits-Stubete
Gemeinsames Stricken und Häkeln: z.B. Socken, Mützen, Pullis mit anspruchsvollem Muster…
„Gearbeitet“ wird nach eigenen Wünschen und Ideen oder hin und wieder gibt’s „Aufträge für Babyfinklis“ für die Neugeborenen in Hausen am Albis zu stricken. Bei Fragen ums Stricken- dem Ausfeilen von Mustern- , dem Umrechnen von Grössen etc. hilft die Leiterin gerne weiter. Für Kaffee ist gesorgt und abwechslungsweise versüssen feine Kuchen unsere handwerklichen Stunden in der Zwinglistube der reformierten Kirche.
Wir treffen uns jeweils am 2. Montag im Monat ab 14.30h – ca. 17.30h.

Ansprechsperson	Brigitte Burger, Tel. 044 764 03 49	brigitteburger@bluewin.ch

Jassen
Wir treffen uns am 2. und 4. Dienstag des Monats von 13.30h bis ca. 17.00h in der Zwinglistube der reformierten Kirche.
Um etwas Abwechslung in unsere Runde zu bringen, ziehen wir eine Jasskarte und bestimmen so, WER mit WEM zusammen-spielt. Unser Spiel wird jeweils kurz für einen Schwatz bei Kaffee und Beilage unterbrochen. Es ist immer sehr gemütlich und "NeueinsteigerInnen" sind herzlich willkommen.

Ansprechspersonen	Rita Maier, Tel. 044 764 03 10	werner.maier@datazug.ch
	Erna Gantenbein, Tel. 044 341 07 93	gantis@datazug.ch

Kafihock Hausen
Herzlich willkommen im Kafihock Hausen!
Unsere Treffen finden jeweils am 4. Mittwoch des Monats von 14h bis ca 17h in der Zwinglistube bei der reformierten Kirche statt.
Zusammen verbringen wir beim Spielen und Plaudern einen gemütlichen Nachmittag Ein feines Zvieri darf natürlich nicht fehlen zwischendurch!
Im Sommer unternehmen wir zusammen eine kleine Tagesreise und in der Adventszeit feiern wir mit einem Mittagessen stimmungsvolle Weihnachten als Abschluss unseres „Kafihockjahres“.
Bei uns sind alle willkommen, auch die, „wo nümme so guet z’Fuess sind“. Auf Wunsch holen wir Sie gerne zu Hause ab.

Ansprechsperson fürs Team	Rita Gisler, Tel. 044 764 00 96	rigich@datazug.ch

KREATIV60+
Alle drei Jahre findet im Gemeindesaal Hausen eine Hobbyausstellung statt. Seniorinnen und Senioren aus den Gemeinden Hausen, Kappel und Rifferswil präsentieren Werke ihres geliebten Hobbys. Es werden alle Werke zugelassen die aus eigener Kreativität entstammen. Letztmals fand die Ausstellung im Herbst 2023 statt.

Ansprechsperson	Nik Egger, Tel. 044 883 38 00	nik@egger-visual.com

Let's dance (neues Angebot ab März 2025)
Bewegen sie sich gerne zu bekannten Hits ab den 60-ern bis heute? Spüren sie die Lebensfreude beim Tanzen- alleine, als Tanzpaar oder in der Gruppe? Dann sind sie bei diesem neuen Angebot an der richtigen Adresse. Die bekannten Rhythmen lassen jedes Herz höher schlagen, die der DJ TAVA monatlich zusammenstellt. Getanzt wird einmal monatlich entweder im Weinkeller des Löwen, Hausen a.A. oder in der Alten Brennerei, Mettmenstetten ab 18.00h bis ca. 22 Uhr.

Ansprechsperson	Françoise Jucker-Iberg, Tel. 044 764 23 61	ft-jucker@bluewin.ch

Oberämtler Senioren-Ferienwoche
Die katholische und reformierte Kirche im Oberamt führt einmal pro Jahr eine Senioren-Ferienwoche durch. Mit dem Car fahren wir in ein Hotel im In- oder Ausland. Von dort aus unternehmen wir täglich einen Ausflug mit dem Car zu einer besonderen Destination. Das Programm wird den Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst. Ob gut oder weniger gut zu Fuss unterwegs, für alle soll etwas dabei sein!

Ansprechsperson	Irene Girardet, Tel. 044 764 02 15	irene.girardet@ref-knonaueramt.ch

Senioren-Mittagessen
Einmal im Monat- jeweils am 3. Dienstag des Monats- treffen wir uns (ca. 30 Personen) zum gemütlichen Mittagessen. Die ausgezeichnete Küche des Albisbrunn verwöhnt uns im Untergeschoss des katholischen Kirchenzentrums in Hausen zwischen 12h und 14h.

Ansprechsperson	Lotte Rhomberg, Tel. 044 764 05 59	
Anmeldungen an:	Nicole Roos (Sekretariat Kath.Kirche) 044 764 00 11	sekretariat@kath-hausen.ch

Senioren-Reise
Jedes Jahr gegen Herbst wird ein Tagesausflug für Personen 65+ aus unserer Gemeinde durchgeführt Eine persönliche Einladung mit Anmeldeformular wird rechtzeitig verschickt

Ansprechsperson	Brigit Homberger, Tel. 079 757 35 37	bhomberger@bluewin.ch

Senioren-Weihnacht
Die Seniorenweihnacht wird getragen durch die politische Gemeinde und die beiden Kirchgemeinden. Koordiniert wird dieser Anlass von der Gruppe 60+HAUSEN A.A. und findet meist am 3. Adventssonntag im Dezember statt. Viele Freiwillige engagieren sich beim Dekorieren des Gemeindesaals oder als Servicepersonal für das feine Essen. Eingeladen sind alle Frauen und Männer 60+ unserer Gemeinde. Flyers werden in den Geschäften unserer Gemeinde und in den Gruppen 60+HAUSEN A.A.aufgelegt – sowie im «Huuser Spiegel» publiziert. Die besinnliche und fröhliche Feier stellt eine wunderbare und eindrückliche Einstimmung auf Weihnachten dar.

Ansprechspersonen	Eliane Heinzer Tel. 079 303 95 41	eliane.heinzer@bluewin.ch
	Françoise Jucker, Tel. 044 764 23 61	ft-jucker@bluewin.ch

Turnen Frauen
Das Turnen findet jeweils montags von 10h bis 11h in der neuen Turnhalle Albisbrunn statt. In abwechslungsreichen Turnstunden tun wir etwas Gutes für unsere Beweglichkeit, unsere Fitness und Kraft. Das stärkt unser körperliches und seelisches Wohlbefinden. Ende des Monats gehört ein «Kafi» nach dem Turnen dazu. Und auch die jährliche Turnerinnenreise und eine Weihnachstfeier gehören zu unseren Aktivitäten. Die Leiterinnen freuen sich, wenn Sie hereinschauen und mitmachen.

Ansprechspersonen	Monika Domeisen, Tel. 044 764 21 02	monidom@bluewin.ch
	Helen Studer, Tel. 044 764 09 38	willy-studer@bluewin.ch

Turnen Männer Oberamt
Jeden Dienstag ab 07.45h bis 09.00h wird in der Turnhalle Rifferswil geturnt. Durchgeführt werden Aufwärm- und Koordinationsübungen. In jeder Turnstunde kommt auch das Spiel nicht zu kurz.
Nebst dem aktiven Turnen erfreuen wir uns jedes Jahr am traditionellen Fischessen, dem Türlerseerundgang mit Grillplausch, dem Jahres-Schlussessen und dem Jahresausflug mit unseren Frauen / Partnerinnen.

Ansprechspersonen	Adolf Heimann, Tel. 044 764 10	a.heimann@gmx.ch
	Josef Pfiffner, Tel. 044 764 07 61	jpfiffner@bluewin.ch

Velogruppe Oberamt
Unsere Velotouren finden jeweils am 2. Mittwoch des Monats von April bis Oktober statt. Verschiebungstag ist jeweils nach Möglichkeit der folgende Donnerstag. Wir legen pro Tour bis zu 80 Kilometer zurück und fahren auf Asphalt- und Naturstrassen, nach Möglichkeit jedoch abseits der grossen Verkehrsachsen.
Weil die Gruppe praktisch mit E-Bikes ausgerüstet ist, sind Gesamtsteigungen bis ca. 1300 Höhenmetern möglich. Die Jahrestourenliste wird an der Jahresversammlung im Frühjahr bekanntgegeben. Die Einladungen werden frühzeitig per E-Mail verschickt und sind dokumentiert für eine erfolgreiche Tour-Teilnahme. Eine Anmeldung ist nötig. Aktuell ist der «Chratz» in Hausen unser Startpunkt.

Ansprechsperson fürs Leitungsteam René Schatt, Tel. 079 254 32 81 re_s@gmx.ch

Wandergruppe 1
Die Wandergruppe 1 sucht Erholung beim Wandern in Feld und Wald unserer näheren Umgebung. Wer gerne gemächlich wandert oder spaziert ist bei uns gut aufgehoben und eingeladen.
Wir treffen uns jeweils am 1. Mittwoch des Monats von April bis Oktober bei jeder Witterung. In der Regel benutzen wir den ÖV bis zum Ausgangsort. Die Wanderung dauert höchstens 1.5 Stunden. Ein Zwischenhalt oder Abschluss mit einem gemütlichen Zvieri gehört natürlich auch dazu.

Ansprechsperson fürs Leitungsteam Theres Keel, Tel. 079 672 78 51 keelkunztheres@bluewin.ch

Wandergruppe 2A und neu 2B
Wir führen Wanderungen durch in der näheren und weiteren Umgebung sowie in entfernteren Gegenden der Schweiz. Die Tageswanderungen finden jeweils von Januar bis November statt.
Die Mittagsverpflegung erfolgt entweder im Restaurant oder in der wärmeren Jahreszeit aus dem Rucksack. Für die Hin- und Rückreise bevorzugen wir den öffentlichen Verkehr.

Die **Gruppe 2A** wandert am 3. Mittwoch des Monats. Die mittleren Anforderungen beinhalten bis zu 4-stündigen Wanderungen und einer maximalen Höhendifferenz von 500m.
Die **Gruppe 2B** wandert meist am 4. Mittwoch des Monats und geniesst etwas leichtere Anforderungen mit bis zu 3-stündigen Wanderungen und einer maximalen Höhendifferenz von 300m.

Ansprechsperson fürs Leitungsteam: Fredy Laimbacher, Tel. 044 764 06 44 f.laimbacher@bluewin.ch

Wandergruppe 3
Wir führen Wanderungen auf rot-weiss markierten Pfaden durch. Dies sind Wege mit eher anspruchsvoller Topografie und einer Höhendifferenz von 600 – 1000m und einer Wanderzeit bis zu 6 Stunden.
So erreichen wir auf verschiedenen Routen schöne Aussichtspunkte und haben zugleich ein Auge für Fauna und Flora. Dabei kommt auch die Gemeinschaft nicht zu kurz.
Die Wanderungen finden jeweils am letzten Montag des Monats statt während des Sommerhalbjahres.

Ansprechsperson fürs Leitungsteam Caro Hauser, Tel. 079 735 60 76 carolina_hauser@icloud.com

Weitere wichtige Adressen

Pro Senectute Kanton Zürich
Geschäftsstelle Forchstrasse 145, 8032 Zürich info@pszh.ch Tel. 058 451 51 00

Pro Senectute Dienstleistungszentrum Limmattal und Knonaueramt
Adrienne Beck Badenerstrasse 1, 8952 Schlieren adrienne.beck@pszh.ch Tel. 058 451 52 00

Beratungsstelle für Alters- und Gesundheitsfragen Bezirk Affoltern a.A.
Beratungsstelle Pro Senectute Kanton Zürich
Alinka Rüdin Werkstrasse 1, 8910 Affoltern beratungsstelle.affoltern@pszh.ch Tel. 058 451 52 70
alinka.ruedin@pszh.ch

Sozialvorstand Gemeinde Hausen am Albis
Maya Langhi, Gemeindeverwaltung HaA, Zugerstrasse 10, 8915 Hausen am Albis
maya.langhi@hausen.ch Tel. 044 764 80 22