



Freizeitangebot im Oasis

Wir laden Sie herzlich ein, an den Aktivitäten und Anlässen im Oasis teilzunehmen. Unser abwechslungsreiches Programm bietet für alle Gäste schöne Momente. Das Programm wird individuell nach Jahreszeiten, Ressourcen, Interesse und Wünsche unserer Gäste zusammengestellt.

Unsere Aktivitäten garantieren Freude, Abwechslung in ihren Alltag und bietet die Möglichkeit zu den anderen Teilnehmer Kontakt zu knüpfen und sich zu unterhalten.

Bei Fragen können sie sich gerne an die Aktivierungsverantwortliche Annabelle Studer unter der Telefonnummer, 062 289 21 11 oder E-Mail: annabelle.studer@tertianum.ch wenden.

Das Aktivierungsangebot steht allen Gästen zur Verfügung.

	Turnen / Spaziergänge / Sitztanz Durch die wöchentlichen Bewegungssequenzen können Gleichgewicht, Koordination, Kraft, Ausdauer und die motorischen Ressourcen trainiert und aufrechterhalten werden.
	Gottesdienst der Landeskirchen im Wechsel Neben den regelmässigen Gottesdiensten in der Gemeinde findet bei uns im Haus monatlich ein Gottesdienst im Wechsel der reformierten und katholischen Kirchgemeinde statt.
	Gedächtnistraining / Quiznachmittage Zu spannenden jahreszeitlichen Themen führen wir Gespräche und trainieren spielerisch die geistige Beweglichkeit.
	Backen / Kochen Mit ausgewogenen Lebensmitteln, viel Handgeschick und überlieferten Rezepten bereiten wir gemeinsam Köstlichkeiten für Gaumenschmaus und Seelenfreude zu.
	Handarbeiten / Werken / Malen / Gestalten Bietet Gelegenheit die Fingerfertigkeiten lustvoll zu trainieren und dabei soziale Kontakte unter Gleichgesinnten zu pflegen. Es dürfen Dekorationen nach den verschiedenen Jahreszeiten entstehen.

TERTIANUM

	Männerstammtisch / Männerwerken Themen, die unsere Männer verbinden und interessieren, werden differenziert besprochen und Standpunkte ausgetauscht. In den Gruppen kommt das handwerkliche Geschick, Kreativität und Humor nicht zu kurz.
	Kaffichränzli / Erinnerungskaffe In gemütlicher Runde Soziale Kontakte erleben, sich austauschen und dabei eine Köstlichkeit aus unserer Cafeteria geniessen.
	Spiel und Spass Lotto, Kegelnachmittag, Jassen, Eile mit Weile, Quiz, Stadt / Land / Fluss, ... Was das Herz begehrt.
	Filmnachmittage / Präsentationen und Vorträge Bieten Möglichkeiten die ganze Welt zu bereisen, Neues zu lernen, bereits erlerntes Wissen, Erlebnisse und Erinnerungen zu wecken.
	Gartengruppe / Gesteck erstellen Handgeschick mit Naturmaterialien Sei es im Haus oder draussen im Garten, es erdet mit Naturmaterialien zu arbeiten und bietet der eigenen Kreativität und Phantasie freien Lauf zu lassen.
	Konzert / Musik / Tanz- und Singnachmittage Wo man singt, da lass dich nieder... Musik berührt, weckt Erinnerungen, heilt und verbindet Menschen. Daher ist es uns wichtig dieses Element regelmässig im Aktivierungsprogramm einzubauen.
	Ausflüge / Einkäufe / Öffentliche Events Auch im hohen Alter sollte die Neugier auf Entdeckungen, soziale Kontakte und kulturelle Weiterbildung möglich sein. Deshalb sind wir bemüht, dass unsere Gäste ihre sozialen Kontakte aufrechterhalten und aktiv am Dorfleben teilnehmen können.

Das aktuelle Wochenprogramm können Sie dem Aktivierungsplan entnehmen. Dieser wird wöchentlich unseren Gästen abgegeben und ist für die Angehörige auf unserer Homepage ersichtlich.