

geht an

- Bantiger Post
- Internet
- Intranet



Ostermundigen, 24.11.2020 / OetPia

Info Mundige 60+: Neue Winterangebote in Ostermundigen

Spaziergruppen - gemütlich, gemächlich, rücksichtsvoll, sozial

Regelmässige Bewegung an der frischen Luft bringt den Kreislauf in Schwung, erhält die Mobilität und tut der Psyche gut. Auch in Zeiten von Corona ist dies unter Beachtung ihres eigenen Schutzes möglich und sinnvoll.

Neu bieten die Spitex Ostermundigen, die Reformierte Kirche Ostermundigen, die Pfarrei Guthirt der Katholischen Kirche und die Gemeinde Ostermundigen (Mundige 60+) gemeinsam gemütliche Spaziergänge in Ostermundigen an. Die Spaziergruppen werden von Freiwilligen oder von Mitarbeitenden der beteiligten Organisationen begleitet und finden in einer konstanten Gruppe mit maximal 9 Teilnehmenden und mit Masken statt. Die Spaziergänge werden bei jedem Wetter durchgeführt.

Spaziergruppen in Ostermundigen

Montag, 15.00-15.45 (wöchentlich ab 7. Dezember)

- Treffpunkt Schule Bernstrasse (Bushaltestelle Zollgasse)

Freitag, 10.00-10.45 (wöchentlich ab 11. Dezember)

- Treffpunkt Busstation Rüti

Bitte melden Sie sich unter der gemeinsamen Hotline für die Spaziergruppen an:

- 031 930 12 90 (Montag von 9.00 – 12.00 und 14.00 – 16.00)
- nachbarschaft@ostermundigen.ch

Weitere Angebote im Dezember

- **120 Minuten Zwischenzeit für Seniorinnen und Senioren** (anregend, erfrischend, ermutigend) der Reformierten Kirche Ostermundigen
 - Mittwoch 2.12, 9.12, 16.12 und 23.12 von 9:30-11.30 (Anmeldung: 031 930 86 05 oder bea.hertig@refmundigen.ch)
- **Aktion Sterne im Dunkeln** (Miteinander Sterne gestalten) der Pfarrei Guthirt der Katholischen Kirche
 - Donnerstag 3.12, Mittwoch 9.12, Donnerstag 17.12, Mittwoch 23.12 jeweils von 14.00-16.00 (Anmeldung: 031 930 87 18 oder angela.ferrari@kathbern.ch)

Informationen über die Angebote in Ostermundigen finden Sie unter: www.ostermundigen.ch/60+.

Fragen oder Interesse

Haben Sie Fragen zu den verschiedenen Angeboten in Ostermundigen? Dann melden Sie sich gerne bei der Infostelle Mundige 60+ (Ansprechperson Pia Oetiker):

- 031 930 12 78 (Dienstag 15.00-16.30 und Donnerstag 08.30-10.00)
- alter@ostermundigen.ch

Erscheinungsweise **Bantigerpost: 1.12.2020**