



IGAA Newsletter 2016-04

Liebe Seniorin, lieber Senior

Herzlich willkommen in der vierten Ausgabe des IGAA Newsletters im 2016. Seit dem ersten Newsletter-Versand (Mitte 2015) haben wir von 87 Personen die Anmeldung für das Newsletter-Abonnement erhalten.

Wenn Sie sich für das kostenlose Abonnement noch nicht angemeldet haben und den Newsletter über E-Mail erhalten wollen, schicken Sie Ihre Adress-Angaben (Name, Wohn- und E-Mail Adresse) an Infodienst@AktivesAlterJonschwil.ch.

Besuchen Sie unsere Website www.AktivesAlterJonschwil.ch, auf welcher wir aktuelle Informationen zu lokalen Veranstaltungen und laufenden Projekten publizieren, die sich vorwiegend an die ältere Generation richten und oft auch ein Generationen-verbindendes Ziel haben.

Neuigkeiten in diesem Newsletter

❖ Literatur-Kreis

Das vierte Literatur-Kreis Treffen findet statt am **Montag 30. Mai 2016** ab 15 Uhr im Begegnungsraum der Alterssiedlung, Winkelstrasse 22, Jonschwil.

Alle, die zu diesem Treffen kommen, sollten folgendes Buch gelesen haben:

"Ein ganzes halbes Jahr" von Jojo Moyes

Das Buch ist erschienen im rororo-Verlag.

Weitere Auskünfte und Anmeldung bei Elena Scherrer unter Tel 071 923 25 73.

❖ Besichtigung des Kneipp-Hofs in Dusnang

Referat zum Thema „Gesund werden – Gesund bleiben: REHA“ und Führung durch das REHA-Zentrum am **Montag 6. Juni 2016** um 14 Uhr im Kneipp-Hof Dusnang

Weitere Informationen siehe www.AktivesAlterJonschwil.ch

❖ Lust auf Jassen oder Spiele mit Kaffee und Kuchen ?

Nächstes Treffen von Seniorinnen und Senioren:

Am **Mittwoch 15. Juni 2016** ab 14 Uhr bei Liny Allenspach, Schachenstrasse 3, Jonschwil, Tel 079 494 23 43.

❖ Senioren-Zmittag in Jonschwil und Schwarzenbach

Der nächste Senioren-Zmittag in **Jonschwil** findet statt am **Donnerstag 16. Juni 2016** im Restaurant Krone. Anmeldung bis am Vorabend an Tel 071 923 11 22.

Der nächste Senioren-Zmittag in **Schwarzenbach** findet statt am **Dienstag 21. Juni 2016** im Restaurant Dörflibeiz Leonardo. Anmeldung bis am Vorabend an Tel 071 923 66 30.

❖ Mitsegeln auf dem Bodensee

Am **Mittwoch 22. Juni 2016** haben Senioren die einmalige Gelegenheit, auf dem Bodensee mitsegeln zu können unter der Anleitung von einem erfahrenen Skipper.

Der folgende Flyer enthält nähere Informationen zu diesem Angebot. Weitere Auskunft und Anmeldung bei Kurt Köchli, Hirschenstrasse 3, Schwarzenbach, Tel fix 071 923 16 91, Handy 079 255 78 54.



MITSEGELN AUF DEM BODENSEE

....nur für Pensionierte



- >> auf der abgebildeten Segeljacht 9,5m lang, Toilette vorhanden
- >> mit erfahreinem Skipper welcher seit 1978 segelt

Wann :	Mittwoch 22. Juni 2016 / 8 – ca. 19 Uhr
Ausgangshafen :	Romanshorn
Segelkenntnisse :	nicht erforderlich
Voraussetzungen :	selbständiges Einsteigen (nach Anleitung)
Bekleidung :	ältere Jeans, Windjacke, Turnschuhe (evt. mit heller Sohle) Mütze, Sonnenbrille, Sonnencreme
Verpflegung :	Sandwich & Getränke mitbringen
Anzahl Teilnehmer :	min. 3 – max. 4
Kosten pro Mitsegler :	CHF 62.00 bzw. CHF 49.60 bei 3 bzw. 4 Teilnehmer
Anmeldung :	bis 12.06.2016 an den unten aufgeführten Organisator (Teilnahme entsprechend Eingang der Anmeldung)

Bemerkungen :

- Gesegelt wird nur bei trockenem, nicht stürmischen Wetterbedingungen.
- Abgeholt werden die Teilnehmer von Zuhause und zurückgebracht.
- Entscheid über Durchführung 2 Tage vor dem Termin.

Köchli Kurt
Tel. 071 923 16 91

Hirschenstrasse 3
H. 079 255 78 54

9536 Schwarzenbach
kurt.koechli@bluewin.ch

❖ **Mitarbeit bei Generationen-verbindenden Projekten**

Nach Möglichkeit arbeiten die IGAA Leute gern mit bei Generationen-verbindenden Projekten (z.B. bei Schulprojekten) oder suchen Personen für unterschiedliche Dienste.

So leistet eine Frau aus der IGAA bereits Fahrdienste für die KITA in Schwarzenbach und den Mittagstisch der Primarschulen. Ein Mann macht Fahrdienst - Vertretungen.

Zwei Frauen jassen bei einem Projekt der Primarschule Schwarzenbach an vier Tagen im Juni 2016 mit den Schulkindern.

❖ **Kinder-Musical "Mitenand statt gegenand" für Senioren**

Die Jonschwiler Schülerinnen und Schüler der 5./6. Klasse von Frau Seraina Stark studieren zurzeit das Kinder-Musical ein, welches sie vor den Sommerferien ihren Eltern und Angehörigen vorführen werden.

Das Senioren-Treff-Team möchte die ältere Generation speziell einladen, der **Generalprobe am Dienstag 5. Juli 2016 um 14.00 Uhr im Pfarreiheim Jonschwil** beizuwohnen (ohne Getränkeausschank).

Alle Senioren sind herzlich willkommen. Geniessen Sie einen fröhlichen Nachmittag!
Die Kinder freuen sich riesig auf Sie.

Wer einen Fahrdienst wünscht, meldet sich bitte bis am Vorabend bei Monika Rüttsche, 071 925 43 68.

❖ **Voten für den Bänkli-Weg**

Nach einer Anregung durch die IGAA für weitere Bänkli entlang von Spazierwegen schlugen Personen im Seniorenalter mögliche Standorte zuhanden des Gemeinderats vor.

Im letzten Jahr wurden neun Ruhebänke von den Senioren Böhi Othmar, Bürgin Walter, Gysel Gerhard und Köchli Kurt gemalt und zusammen mit dem Bauamt aufgestellt.



In diesem Jahr sollen die Ruhebänke mit einem "Bänkli-Weg" als Themenwanderweg miteinander verbunden werden. Die folgende Karte zeigt den geplanten Bänkli-Weg und die Standorte der neuen Bänkli (rot markierte Route und Symbole).

Während dem Dorffest wird am **Samstag 20. August 2016** der Bänkli-Weg offiziell eingeweiht.

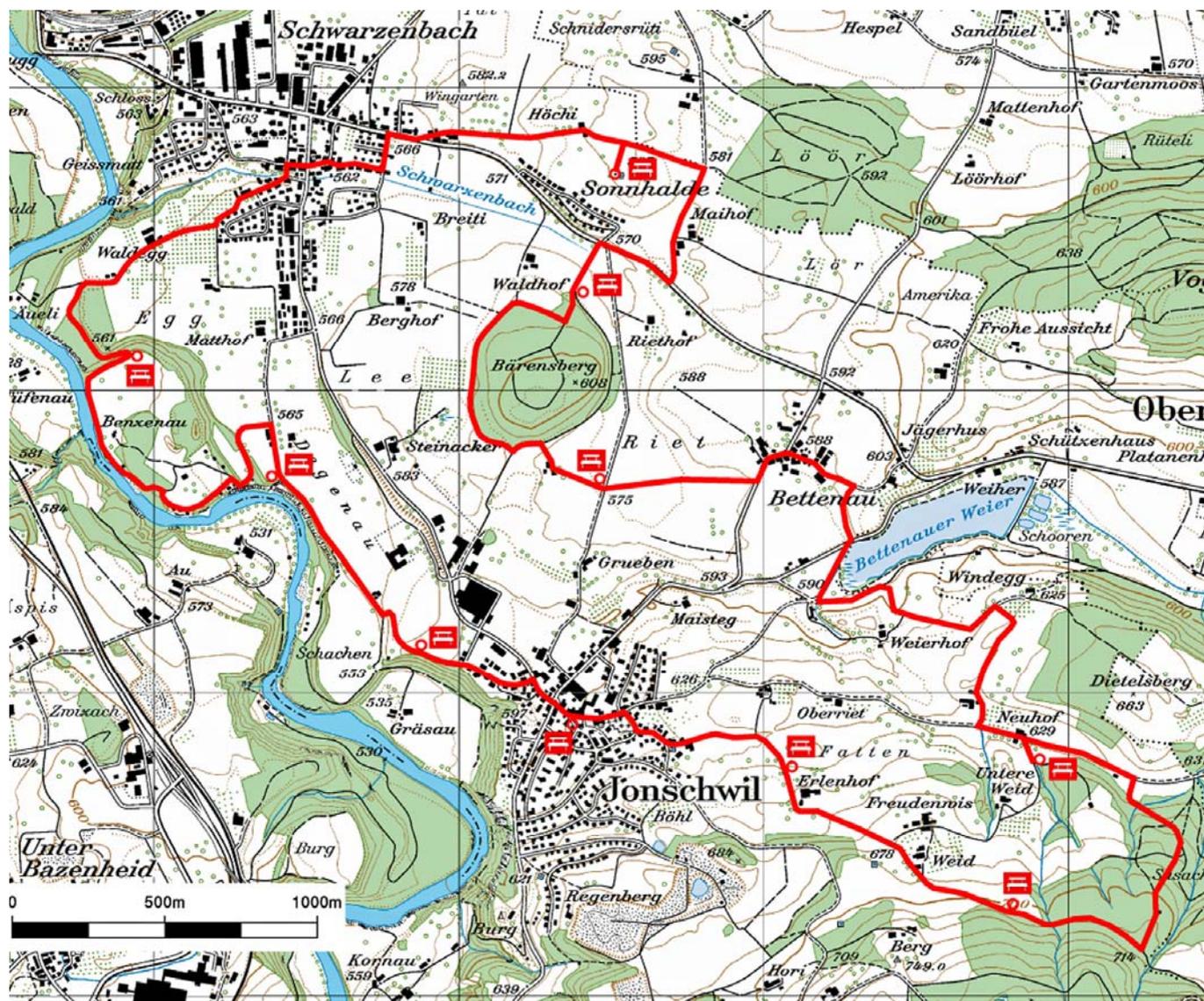
Die politische Gemeinde hat die einmalige Möglichkeit genutzt und die Idee bei „150-Jahr St.Galler Kantonalbank“ eingereicht.

Liebe Senioren, **stimmt für dieses Senioren-gerechte Projekt** und schickt euer Votum für die Ruhebänke und den Bänkli-Weg über das Handy gemäss Angaben im Link www.sgkb.ch/150jahre/baenkliweg-jonschwil/ .

Jede Stimme zählt !

Die Jury der St.Galler Kantonalbank ermittelt aus der Gesamtliste aller Votanten die zehn Gewinnerinnen und Gewinner. Diese Personen werden kontaktiert und über den Gewinn informiert. Die St.Galler Kantonalbank wird alle eingetragenen Nummern nicht für Werbezwecke nutzen und nach Ende der Voting-Phase löschen.

Karte mit Standort der neuen Ruhe-Bänkli und Route des Bänkli-Wegs



❖ PILATES-Kurse für Senioren im OZ Degenau

Geplant wird der dritte PILATES-Kurs im 2016 mit voraussichtlich 12 Lektionen vom 24. August bis 14. Dezember 2016.

Die PILATES-Lektionen finden statt am Mittwoch-Vormittag von 8 bis 9 Uhr bzw. von 9 bis 10 Uhr im Gymnastikraum des Oberstufenzentrums Degenau, Jonschwil.

Sie werden professionell geleitet von der Fitness- und PILATES-Instruktorin Beatrix Egli, Jonschwil.

Auskunft und Anmeldung bei Josef Gehrig über Tel 071 923 12 70 oder E-Mail an josef.gehrig@bluewin.ch.

Weitere Informationen zum PILATES-Angebot finden Sie unter www.AktivesAlterJonschwil.ch/Eigene-Angebote.

❖ Offener Bücherschrank in Schwarzenbach

Der Bücherschrank im Dörfli 3 ist gut gefüllt mit Krimis, historischen Romanen, Biografien und Heimatromanen, Kinder- und Jugendbüchern, Ratgebern, Kochbüchern und Bildbänden. Menschen jeden Alters können Bücher mitnehmen oder auch bringen. Lesen bereitet Vergnügen, lässt uns an Abenteuern teilhaben, verschafft uns neue Einsichten und vertreibt jede Langeweile an Regentagen.....



Regeln für den offenen Bücherschrank

- Alle Interessierten jeden Alters dürfen sich **gratis** Bücher holen. Diese müssen nicht zurückgebracht werden.
- Gelesene und / oder neue Bücher dürfen von jedermann in den Schrank gestellt werden, zum Beispiel Romane, Krimis, Bildbände, Comics, Bilder- und Kinderbücher. Aber keine verschmutzten, keine beschädigten, keine pornografischen, keine rassistischen Bücher !
- Der Bücherschrank darf nicht zur Entsorgung missbraucht werden.
- Der Schrank wird von Freiwilligen betreut.

❖ Senioren-Treff: Jahresprogramm 2016/2017

Das folgende Programm enthält die fixen Daten und Themen. Die einzelnen Anlässe sind jedoch nur kurz beschrieben. Das definitive Programm mit der ausführlichen Beschreibung zu jedem Anlass erscheint Anfang August.



JONSCHWIL-SCHWARZENBACH

Kontakt: Monika Rütsche, Notkerstr.13, 9243 Jonschwil
071 925 43 68, monika.ruetsche@tbwil.ch

Vorläufiges Programm 2016/17

Das definitive und ausführlichere Programm wird Ihnen Anfang August 2016 zugestellt.

Mittwoch, 07.09.2016 ganzer Tag	Tagesausflug ins Fürstentum Liechtenstein
Mittwoch, 05.10.2016 14.00 Uhr, Pfarreiheim	Spielnachmittag mit Preisjassen und Lotto
Mittwoch, 02.11.2016 14.00 Uhr, Pfarreiheim	Vortrag zum Thema Nachlassplanung Ein Anlass in Zusammenarbeit mit IG Aktives Alter
Mittwoch, 07.12.2016 14.00 Uhr, Pfarreiheim	Adventsfeier
Mittwoch, 04.01.2017 14.00 Uhr, Pfarreiheim	Theater
Mittwoch, 01.02.2017 14.00 Uhr, Pfarreiheim	Unterhaltung mit Zauberkunst und Musik
Mittwoch, 01.03.2017 10.30 Uhr, Pfarreiheim	Besinnlicher Morgen Ein Anlass in Zusammenarbeit mit der Primarschule Jonschwil
Mittwoch, 05.04.2017 14.00 Uhr, Pfarreiheim	"Solinissimo" ein Unterhaltungs-Spiel mit Spass und Musik

Das Senioren-Treff-Team:

Monika Rütsche, Notkerstrasse 13, 9343 Jonschwil

Franziska Betschart, Kronenstrasse 2, 9243 Jonschwil

Agnes Gehring, Schachenstrasse 15, 9243 Jonschwil

Ursula Fässler, Gruebenstrasse 3, 9243 Jonschwil

Agnes Hürlimann, Ringstrasse 21, 9536 Schwarzenbach

Trägerschaft:

Politische Gemeinde
Jonschwil

Katholische Kirchgemeinde
Jonschwil

Evangelisch-Reformierte
Kirchgemeinde
Oberuzwil-Jonschwil

❖ Englisch-Kurs für Senioren

In Planung ist ein Englisch-Kurs für Personen ab 60 Jahren in Jonschwil.

Der Kurs startet am **22. August 2016** mit einer Wochenlektion (am Montag- oder Dienstag-Vormittag).

Nähere Informationen enthält der folgende Flyer oder die Website www.whitelife.ch.

Weitere Auskunft und Anmeldung bei Doris Hollenstein, Tel 071 277 02 94, E-Mail doris.hollenstein@gmail.com.



Englisch verstehen und reden

Sie suchen einen Englischkurs und möchten ohne Stress in Ihrer Altersgruppe Englisch lernen? In diesem Kurs für alle Anfänger – mit oder ohne Vorkenntnisse – lernen Sie mit Leichtigkeit Englisch und stehen als Lernender dabei stets im Mittelpunkt. Ganz nebenbei erfahren Sie Wissenswertes und Ungewöhnliches über die englische Kultur und Sprache.

Schwerpunkt ist die mündliche Kommunikation. Die Bedürfnisse älterer Menschen beim Sprachenlernen werden berücksichtigt.

Ein Kurs der IGAA

www.aktivesalterjonschwil.ch



Kursleitung:

Doris Hollenstein Schwarz,
Jonschwil

www.whitelife.ch
(online ab Mitte Mai)

Kursdetails und Anmeldung auf der Rückseite.



Kursdetails

Start	ab 22. August 2016
Wann	Montag ab 8.30 Uhr (je nach Teilnehmerzahl evtl. zweite Gruppe, Termine siehe unten)
Wo	in Jonschwil; der Raum wird noch bekannt gegeben
Teilnehmer	max. 12 Personen
Kursleitung	Doris Hollenstein Schwarz, Jonschwil
Kosten	CHF 255.– pro Semester (18 x 1 h) oder CHF 135.– pro Quartal (9 x 1 h) exkl. Kursmaterial (CHF 35.–, konzipiert für 2–3 Semester)

Anmeldung bitte bis 15. Juli 2016

Name

Vorname

Geburtstag

Strasse

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Bemerkungen

Niveau

- Ich bin Anfänger/in
- Ich habe Vorkenntnisse:

Bitte kreuzen Sie **alle** für Sie
möglichen Kurstermine an:

- Montag ab 8.30 Uhr**
- Montag ab 9.40 Uhr
- Dienstag ab 9.30 Uhr
- Montag ab 18.30 Uhr

Anmeldungen/Infos

Doris Hollenstein Schwarz
Oberdorfstrasse 9
9243 Jonschwil
Telefon 071 277 02 94
doris.hollenstein@gmail.com
Online-Anmeldung ab
Mitte Mai: www.whitelife.ch