

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

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 bieten auch Unterstützungen für den Alltag.

Ausstellungsgruppe

Die „Ausstellungsgruppe“ 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. Meistens werden die Besuche von einer fachkundigen Führungsperson 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.

Ansprechperson fürs Team Brigitt Maier, Tel. 044 764 21 41 brimaier@bluewin.ch

Fahrdienst Mettmenstetten – neu auch für Hausen am Albis!

Neu ab 2026!

Fühlen sie sich unsicher, wenn Sie alleine unterwegs sind? Verhindern körperliche Beschwerden die Benützung des ÖV oder Sie fahren kein Auto mehr? Mobilität im Alter ist wichtig für die Selbständigkeit und fürs eigene Wohlbefinden; da gehört auch ein Treffen mit Freunden dazu oder ein Besuch beim Coiffeur, zur Bank, dem Klassentreffen oder zur Therapie oder dem Einkaufen...

Die Fahrgäste zahlen lediglich einen kleinen Unkostenbeitrag für Benzin, Unterhalt und Versicherung an die Autofahrenden. Parkplatzgebühren gehen zu Lasten des Fahrgastes.

Die Vermittlung dieses Dienstes erfolgt von Montag bis Freitag (zwischen 08h und 17h) und gerne, wenn möglich 3 Tage im Voraus an die Vermittlungsnummer.

Ansprechnummer fürs Team Fahrdienst Mettmenstetten / Oberamt 077 469 04 14

Rotkreuz - 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.

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

Gratulationen

Unserer Gruppe ist es eine freudige Aufgabe, den älteren Mitmenschen in unserer Gemeinde zu hohen Geburtstagen herzliche Glückwünsche und ein kleines Präsent zu überbringen. Dabei entstehen auch immer wieder sehr gute Gespräche.

Zum 85. Geburtstag gratulieren wir erstmals; ab dem 90. Geburtstag jährlich.

Wir melden uns im Voraus telefonisch an und je nach Wunsch gratulieren wir im «Anzeiger aus dem Bezirk Affoltern».

Ansprechperson 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. Hin und wieder gibt's „Aufträge für Babyfinklis für Neugeborene in der Gemeinde“ 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 Kuchen unterbrochen. Es ist immer sehr gemütlich und "Neueinsteigende" sind herzlich willkommen.

Ansprechpersonen Monika Lutiger Tel. 079 613 09 54 monika-carlo@bluewin.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 Oberämter Gemeinden Hausen, Kappel und Rifferswil präsentieren Werke ihres geliebten Hobbys. Es werden alle Werke zugelassen, die aus eigener Kreativität entstammen. Die nächste Ausstellung findet im Herbst 2026 statt.

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

Let's dance

Dieses gemeinsame Projekt der Pro Senectute-Gruppen Mettmenstetten & Hausen a.A. besteht seit 2025.

Spüren sie Lebensfreude beim Tanzen- alleine, als Tanzpaar oder in der Gruppe? Dann sind sie bei diesem neuen Angebot an der richtigen Adresse. Bekannte Rhythmen ab den 60-ern bis in die heutige Zeit lassen jedes Herz höher schlagen. Der DJ stellt diese monatlich neu zusammen und lässt sich auch gerne auf Wünsche ein. Getanzt wird einmal im Monat am Freitag-Abend in der Alten Brennerei in Mettmenstetten von 19h bis ca. 22.30h. Aktuelle Daten sind auf dem Flyer (Homepage Gemeinde HaA-Vereine-60+/Pro Senectute) abrufbar. Der Eintritt beträgt 10 chf. und es besteht auch Konsumationsmöglichkeit vor Ort!

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

Oberämter Senioren-Ferienwoche

Die katholische und reformierte Kirche im Oberamt führen 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 zu einer besonderen Destination oder Sehenswürdigkeit. 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- und Seniorinnen-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.

Ansprechspersonen Anna Gerber, 044 764 17 09 gerberach@icloud.com
Yvonne Haller, 079 541 93 10 yv.haller@datazug.ch
Anmeldungen an: Nicole Roos (Sekretariat Kath.Kirche) sekretariat@kath-hausen.ch
044 764 00 11

Senioren- und Seniorinnen-Reise

Jedes Jahr gegen Herbst wird ein Tagesausflug für Personen 65+ aus unserer Gemeinde durchgeführt. Eine persönliche Einladung mit Anmeldeformular wird rechtzeitig verschickt. Geniessen sie einen schönen Tag in der weiteren Umgebung mit dem Car.

Ansprechsperson Brigit Homberger, Tel. 079 757 35 37 [bhomerger@bluewin.ch](mailto:bhomberger@bluewin.ch)

Senioren- und Seniorinnen-Weihnacht

Die Weihnachtsfeier wird getragen von der politische Gemeinde und den beiden Kirchgemeinden. Koordiniert wird dieser Anlass von der Gruppe 60+HAUSEN A.A./ Pro Senectute und findet jeweils 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. Die besinnliche und fröhliche Feier stellt eine wunderbare und eindrückliche Einstimmung auf Weihnachten dar. Die Ausschreibung erfolgt jeweils im «Huuser Spiegel» oder anderen Publikationsmöglichkeiten im Dorf.

Ansprechsperson Eliane Heinzer Tel. 079 303 95 41 eliane.heinzer@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 Weihnachtfeier 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. 079 941 34 29 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. Die gelebte Geselligkeit darf in unseren Turnstunden nicht fehlen! Nebst dem aktiven Turnen erfreuen wir

uns jedes Jahr am traditionellen Fischessen, dem Türlerseerundgang mit Grillplausch, dem Jahres-Schlussessen und dem Jahresausflug.

Fürs Leitungsteam

Adolf Heimann, Tel. 044 764 10 05

a.heimann@gmx.ch

Velogruppe Oberamt

Unsere Velotouren finden jeweils am 2. Mittwoch des Monats von April bis Oktober statt. Verschiebungstag ist 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.

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 maximal 1.5 Stunden. Ein Zwischenhalt oder Abschluss mit einem gemütlichen Zvieri gehört natürlich auch dazu.

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 entferntere 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 eine 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.

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 von 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.

Fürs Leitungsteam

Brigitte Imhof / 079 299 68 22

brigitte-imhof@bluewin.ch

Weitere wichtige Adressen

Pro Senectute Kanton Zürich

Geschäftsstelle Forchstrasse 145, 8032 Zürich

info@psz.ch

Tel. 058 451 51 00

Pro Senectute Dienstleistungszentrum Limmattal und Knonaueramt

Adrienne Beck Badenerstrasse 1, 8952 Schlieren

adrienne.beck@psz.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@psz.ch Tel. 058 451 52 70

alinka.ruedin@psz.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