

Aktive Seniorinnen und Senioren
der Gemeinde Galgenen

Jahresprogramm

2025

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen,
Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Aktive Seniorinnen und Senioren der Gemeinde Galgenen – Altersarbeit



Der Brunnen genügsamer Zufriedenheit muss in der Seele entspringen.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Treff 60+

Der Seniorenrat Galgenen öffnet jeden Donnerstag zwischen 14.00 Uhr und 17.00 Uhr das Lokal Tischmacherhof. In diesem bewirteten Raum trifft man sich für einen Schwatz, für interessante Begegnungen, für einen Jass oder andere Spiele und zwischendurch gibt's Mittagstisch, Filmnachmittage, Jassmeisterschaften, Lotto und viele zusätzliche Aktivitäten. Das Lokal wird von Seniorinnen und Senioren für alle Personen ab 60 Jahre betrieben. Kontaktperson Margrith Hegner 079 337 61 02 oder Martin Brügger 079 420 39 09.



Gym Fit 60plus Männer

Gymnastik für Männer 60 plus. Mit Musik werden die Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit wie auch Balance gefördert. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Leitung: Urs Blattmann 079 305 67 69 und Urban Schuler 076 505 61 94

Gym Fit 60plus Frauen

Gymnastik für Frauen 60 plus. Es werden die Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit wie auch Balance gefördert. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Leitung: Annemarie Heuberger, Tel. 055 442 21 43

Mittagstisch

Jeden Monat gibt es einen Mittagstisch in einem Restaurant in Galgenen oder Siebten-Galgenen. Gemeinsam können Seniorinnen und Senioren ein gutes Mittagessen zu einem moderaten Preis einnehmen, selbstverständlich mit interessanten und unterhaltsamen Gesprächen. Anmeldung jeweils am Vortag in den betreffenden Restaurants. Die Telefonnummern stehen im Kalender.

Boccia-Spiel

Seit 2022 haben wir auf dem Areal Tischmacherhof eine schöne Boccia-Anlage, die von allen Bewohnerinnen und Bewohner benutzt werden darf. Es gibt eine Whatsapp-Gruppe, damit man sich spontan organisieren kann. Kugeln sind vorhanden, geplante Boccia-Spiele gemäss Kalender finden nur bei trockenem Wetter statt.

Januar 2025



Die Dummheit der anderen ist dem einen ein unerschöpflicher Brunnen der Weisheit.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Do	02.	16.00 Uhr	Neujahrs-Apéro Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	09.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	14.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Do	16.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Galegria, Galgenen Anmeldung: 055 460 26 20
Do	16.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	23.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	26.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Mo	27.	14.00 Uhr	Fasnacht im Treff 60+	Tischmacherhof, Galgenen
Do	30.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen

Februar 2025



*Ein böses Wort ist wie ein Stein, der in einen tiefen Brunnen geworfen wird:
Die Wogen mögen sich glätten, der Stein aber wird auf dem Grund bleiben. (Konfuzius)*

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Do	06.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	11.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Do	13.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Gusöteli, Siebnen Anmeldung: 055 440 11 36
Do	13.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	18.	14.00 Uhr	Jassmeisterschaft Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	20.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	23.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Do	27.	11.00 Uhr	Seniorenachmittag Schmutziger Donnerstag	Lokal Aquarium Tischmacherhof Galgenen Anmeldung bis 23.02.2025: 079 420 49 09 aktivesenioren@galgenen.ch

März 2025



In den Brunnen, aus dem man getrunken hat, soll man keinen Stein werfen.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Mo	03.	14.00 Uhr	Fasnachtsbeiz Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	06.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	11.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	11.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	13.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Krone, Siebnen Anmeldung: 055 460 30 30
Do	13.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	18.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	20.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	25.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	27.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	27.	18.00 Uhr	Frischpensionierten-Apéro	Aquarium Tischmacherhof, Galgenen
So	30.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen

April 2025



Wer alte Menschen geringschätzig behandelt, verpestet den Brunnen, aus dem er irgendwann trinken muss.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	01.	14.00 Uhr	Lottospiel im Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	03.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	08.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	08.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	10.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Galegria, Galgenen Anmeldung: 055 460 26 20
Do	10.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	15.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	17.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	22.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	24.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	27.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	29.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen

Mai 2025



An kleinen Brunnen löscht man auch den Durst.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Do	01.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	06.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	08.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	13.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	13.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	15.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Gusöteli, Siebnen Anmeldung: 055 440 11 36
Do	15.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	20.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	22.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	25.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	27.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Sa	31.	09.00 Uhr	Flohmarkt 60+	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen

Juni 2025



Wenn du dich ansickst, aus dem wahren Brunnen zu schöpfen, spendet er um so mehr, je mehr du schöpfst.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	03.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel		Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	05.	14.00 Uhr	Treff 60+		Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	10.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören		Restaurant Galegria, Galgenen
Di	10.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel		Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	12.	11.30 Uhr	Mittagstisch		Restaurant Galegria, Galgenen Anmeldung: 055 460 26 20
Do	12.	14.00 Uhr	Treff 60+		Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	17.		Seniorenausflug		Anmeldung bis 6. Juni 2025: 055 440 30 25 oder 055 440 74 51
Do	19.	14.00 Uhr	Treff 60+ (Fronleichnam)		Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	24.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel		Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	26.	14.00 Uhr	Treff 60+		Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	29.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören		Restaurant Galegria, Galgenen

Juli 2025



Sparsamkeit ist ein grosser Brunnen von Einkommen.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	01.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	03.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	08.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	08.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	10.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	15.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	17.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Krone, Siebnen Anmeldung: 055 460 30 30
Do	17.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	22.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	24.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	29.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	31.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen

August 2025



Der Brunnen des Lebens ist die Liebe, und wer nicht in der Liebe ist, der ist tot.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	05.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	07.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	12.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	12.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	14.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	19.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	21.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Gusöteli, Siebnen Anmeldung: 055 440 11 36
Do	21.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	26.	16.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	28.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	31.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen

September 2025



Auch Quellen und Brunnen versiegen, wenn man oft und viel aus ihnen schöpft.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	02.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	04.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	09.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	09.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	11.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Krone, Siebnen Anmeldung: 055 460 30 30
Do	11.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	16.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Mi	17.	10.00 Uhr	Herbstwanderung 60+	Besammlung Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen Anmeldung bis 11.09.2025 im Treff 60+
Do	18.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	23.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	25.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	30.	14.00 Uhr	Jassmeisterschaft Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen

Oktober 2025



Böser Brunnen, in den man Wasser tragen muss.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Do	02.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	07.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	09.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Sa	11.	10.00 Uhr	Herbstmart mit Beizli 60+	Areal Tischmacherhof, Galgenen
Di	14.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhoren	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	14.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	16.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Galegria, Galgenen Anmeldung: 055 460 26 20
Do	16.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	21.	14.00 Uhr	Filmnachmittag Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	23.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	26.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhoren	Restaurant Galegria, Galgenen
Di	28.	14.00 Uhr	Boccia-Spiel	Dorfplatz Tischmacherhof, Galgenen
Do	30.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen

November 2025



Liebe ist ein Brunnen aus Sorge und Angst.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Di	04.	14.00 Uhr	Lotto 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	06.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	11.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Do	13.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Gusöteli, Siebnen Anmeldung: 055 440 11 36
Do	13.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	20.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	27.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
So	30.	13.00 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen

Dezember 2025



Der Frosch, der im Brunnen lebt, beurteilt das Ausmass des Himmels nach dem Brunnennrand.

Mit Unterstützung: Politische Gemeinde Galgenen, Kath. Kirchgemeinde Galgenen, Seniorenrat Galgenen

Do	04.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	09.	13.30 Uhr	Unterhaltungsnachmittag mit Geri Knobel – Musik zum Tanzen, Mitsingen und Zuhören	Restaurant Galegria, Galgenen
Mi	10.	11.00 Uhr	Seniorenachmittag im Advent mit Mittagessen	Tischmacherhof, Galgenen Anmeldung: 055 440 30 25 oder 055 440 74 51
Do	11.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Do	18.	11.30 Uhr	Mittagstisch	Restaurant Krone, Siebnen Anmeldung: 055 460 30 30
Do	18.	14.00 Uhr	Treff 60+	Lokal Tischmacherhof, Galgenen
Di	30.	14.00 Uhr	Treff 60+ Jahresausklang	Lokal Tischmacherhof, Galgenen

