



## MONATSPROGRAMM

JANUAR 2020

Donnerstag, 02. Januar	15.00 Uhr Restaurant	<b>NEUJAHRSLOTTO</b> Zahlenglück im neuen Jahr mit Béatrice Lehner.
Freitag, 03. Januar	10.15 Uhr & 15.00 Uhr Mehrzweckraum, 2. UG	<b>YOGA</b> mit Gabi Hottinger.
	Ab 10.30 Uhr Lobby	<b>ANSTOSSEN ZUM JAHRESANFANG</b> Vor dem Mittagessen laden wir Sie zum gemeinsamen Anstossen auf das neue Jahr ein.
Sonntag, 05. Januar	12.45 Uhr Speisesaal/Restaurant	<b>STERNSINGER</b> Die Sternsinger überbringen Ihnen mit Liedern gute Wünsche fürs neue Jahr und sammeln für einen guten Zweck.
Dienstag, 07. Januar	09.30 - 10.20 Uhr & 10.30 - 11.20 Uhr Mehrzweckraum, 2.UG	<b>TURNEN</b> Turnen im Sitzen mit Gudrun Schwendener.
	14.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>NORDLICHT-SINGCHOR</b> mit Elefteria Askitoglu.
Mittwoch, 08. Januar	10.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>ANDACHT</b> mit Diakon Alex Gonzales.
	14.00 Uhr Personalraum, 4.OG	<b>BACKEN</b> mit Béatrice Lehner.
Donnerstag, 09. Januar	14.30 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>JAHRESRÜCKBLICK FOTOS 2019</b> Wir zeigen Ihnen Fotos aus dem Nordlicht-Jahr 2019.
Freitag, 10. Januar	10.15 Uhr & 15.00 Uhr Mehrzweckraum, 2. UG	<b>YOGA</b> mit Gabi Hottinger.
Montag, 13. Januar	10.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>GEDÄCHTNISTRaining</b> mit Jürg Fehr.
	14.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>FÜHRUNG FÜR EXTERNE INTERESSENTEN*</b> Öffentliche Interessentenföhrung und Besichtigung.
Dienstag, 14. Januar	09.30 - 10.20 Uhr & 10.30 - 11.20 Uhr Mehrzweckraum, 2.UG	<b>TURNEN</b> Turnen im Sitzen mit Gudrun Schwendener.
	14.00 Uhr Speisesaal	<b>NORDLICHT-SINGCHOR</b> mit Elefteria Askitoglu.

	19.00 Uhr Restaurant	<b>SPIELABEND</b>
Mittwoch, 15. Januar	15.00 Uhr Restaurant	<b>NOSTALGIE-KAFFI</b> mit Béatrice Lehner.
Donnerstag, 16. Januar	15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>BEWEGUNG IM ALLTAG</b> Es werden für Sie verschiedene Hilfsmittel zur Vorbeugung von Rheuma von der Rheumaliga Zürich aufgezeigt.
Freitag, 17. Januar	10.15 Uhr & 15.00 Uhr Mehrzweckraum, 2. UG	<b>YOGA</b> mit Gabi Hottinger.
Montag, 20. Januar	14.30 Uhr Restaurant	<b>MUSIKNACHMITTAG*</b> mit Mario Ammann.
Dienstag, 21. Januar	09.30 - 10.20 Uhr & 10.30 - 11.20 Uhr Mehrzweckraum, 2.UG	<b>TURNEN</b> mit Gudrun Schwendener.
	14.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>NORDLICHT-SINGCHOR</b> mit Elefteria Askitoglu.
Mittwoch, 22. Januar	16.30 Uhr Personalraum, 4.OG	<b>KOCHEN</b> mit Béatrice Lehner.
Donnerstag, 23. Januar	15.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>FILMNACHMITTAG</b> Wir zeigen Ihnen einen Film auf einer Grossleinwand.
Freitag, 24. Januar	10.15 Uhr & 15.00 Uhr Mehrzweckraum, 2. UG	<b>YOGA</b> mit Gabi Hottinger.
Montag, 27. Januar	10.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>GEDÄCHTNISTRaining</b> mit Jürg Fehr.
Dienstag, 28. Januar	09.30 - 10.20 Uhr & 10.30 - 11.20 Uhr Mehrzweckraum, 2.UG	<b>TURNEN</b> Turnen im Sitzen mit Gudrun Schwendener.
	14.00 Uhr Veranstaltungsraum, 4.OG	<b>NORDLICHT-SINGCHOR</b> mit Elefteria Askitoglu.
	19.00 Uhr Restaurant	<b>SPIELABEND</b>
Mittwoch, 29. Januar	16.00 Uhr Cheminée-Raum, 4.OG	<b>CHEMINÉE-HÖCK</b> mit Béatrice Lehner.
Donnerstag, 30. Januar	15.00 Uhr Veranstaltungsraum,4.OG	<b>FRAGESTUNDE VORSORGEPLANUNG</b> Herr Dr. Marc'Antonio Iten beantwortet die wichtigsten Fragen rund um Ihre Vorsorgeplanung. Dazu offerieren wir Ihnen Getränke und Snacks.
Freitag, 31. Januar	10.15 Uhr & 15.00 Uhr Mehrzweckraum, 2. UG	<b>YOGA</b> mit Gabi Hottinger.

Zu den Veranstaltungen sind alle Nordlicht-Bewohnerinnen und -Bewohner herzlich eingeladen. Programmänderungen vorbehalten.

\*) Für die Öffentlichkeit