

April–
Juni 2026

adliswil.ch

Veranstaltungskalender 60+



Der Veranstaltungskalender 60+ erstmals in kleiner gedruckter Auflage

Diese Ausgabe wird zum ersten Mal nur an jene Leserinnen und Lesern versendet, die sich im Rahmen der Umfrage zum Versand des Veranstaltungskalenders 60+ gemeldet haben.

Für alle weiteren Interessierten wird der Veranstaltungskalender 60+ künftig

- beim Empfang des Stadthauses
 - bei der Bibliothek
 - im Quartierverein Oberleimbach (Schwarzbächlistr.3)
- aufliegen und kann zu den Öffnungszeiten kostenlos bezogen werden.



Über den QR-Code gelangen Sie zudem über einen Link zur aktuellen Ausgabe des Veranstaltungskalenders.



Wenn Sie den Veranstaltungskalender künftig automatisch per E-Mail oder per Post erhalten möchten, melden Sie sich per E-Mail vk60plus@adliswil.ch oder telefonisch 044 711 78 38 an.

Redaktionsadresse:

Stadt Adliswil, Altersfragen, 044 711 78 38, vk60plus@adliswil.ch

Redaktionsschluss für die Ausgabe Juli bis September 2026 ist der Freitag, 24. April 2026.



Liebe Adliswilerin, lieber Adliswiler

Herzlichen Dank für die zahlreichen Rückmeldungen auf unsere Umfrage zum Veranstaltungskalender 60+. Ihre positive Resonanz bestätigt unseren Kalender als wichtigen Informationskanal für die ältere Bevölkerung in Adliswil. Einige werden ihn nun neu in digitaler Form erhalten, weswegen die gedruckte Auflage künftig kleiner ausfallen wird.

Es hat mich sehr gefreut zu erfahren, wie viele Personen uns schrieben, dass sie sich in Adliswil insgesamt wohl und gut aufgehoben fühlen und dass dies auch mit den vielen tollen Angeboten zusammenhänge, die sie durch den Veranstaltungskalender 60+ kennenlernen können.

Natürlich war es für mich auch wichtig zu erkennen, welche Punkte einzelne beschäftigen, wenn sie an ihr Älterwerden in Adliswil denken. Erwähnt wurden neben Fragen zum Wohnen, auch der Wunsch nach sozialen Kontakten, Hilfe bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben und Gedanken zu gesundheitlichen oder finanziellen Themen.

Wenn Sie mögen, schauen wir Ihre individuellen Fragen gerne im persönlichen Gespräch an und prüfen gemeinsam mit Ihnen, welche Möglichkeiten es gibt, um Ihrem Anliegen zu begegnen. Kommen Sie einfach auf die städtische Beratungsstelle 60+ zu. Meine Kollegin, Sylvia Nussbaumer, und ich nehmen uns sehr gerne Zeit für Sie!

Ihre lobenden Worte zum Veranstaltungskalender 60+ tun gut. Allerdings bin ich auch für kritische Voten dankbar. Sie helfen uns, unser Angebot für Sie laufend zu verbessern. Lassen Sie uns daher gerne auch weiterhin wissen, was Sie zu unserer Publikation denken. Ziel ist es doch, dass der Veranstaltungskalender 60+ nützlich ist und Ihnen Gelegenheiten aufzeigt, wie und wo Sie sich mit anderen Menschen in unserer Stadt treffen können – ganz im Sinne des Gesundheitstipps auf Seite 7 dieser Ausgabe.

Beeindruckt und berührt, hat mich die Erkenntnis, wie viele von Ihnen unser Vorwort lesen. So winke ich Ihnen auf diesem Weg besonders herzlich zu und hoffe, dass wir uns auch mal direkt begegnen – auf der Strasse, an einer Veranstaltung oder im Rahmen eines Gesprächs in der Beratungsstelle 60+.

Es grüsst Sie freundlich

Cornelia Bachmann, Altersbeauftragte der Stadt Adliswil

Gute Nachbarschaft bedeutet Lebensqualität

Am Freitag, 29. Mai 2026, feiert die Stadt Adliswil den Tag der Nachbarschaft! Nachbarinnen und Nachbarn verbringen diesen Tag gemeinsam: Ein

Quellenangabe Foto: vladans



gemeinsamer Quartiersspaziergang, ein Gartenfest oder eine Tauschaktion – alles ist möglich. Nutzen Sie die Gelegenheit, neue Bekanntschaften zu schliessen und bestehende Kontakte zu vertiefen. Das gratis Mitmach-Set der Stadt (Wimpel, Ballone, Ideenblatt, Werbematerial) ist ab Montag, 11. Mai, (solange Vorrat) hier erhältlich: Stadthaus, Regionalbibliothek, Büro Gemeinwesenarbeit. Die Gemeinwesenarbeit unterstützt gerne mit Ideen: 044 711 78 12, sabina.naenny@adliswil.ch, adliswil.ch/tagdernachbarschaft.



Treffpunkt: Plauderbänkli!

Vom Dienstag, 2. Juni – Donnerstag, 9. Juli 2026 haben Sie wöchentlich die Möglichkeit, mit spannenden Persönlichkeiten auf einem Adliswiler Plauderbänkli ins Gespräch zu kommen. Die Beratungsstelle 60+ freut sich über Ihren Besuch auf dem Bänkli. Daten und mehr Infos: ab April auf adliswil.ch/plauderbaenkli. Neu: Hübsche Einladungskarte für ein Treffen auf einem Plauderbänkli, ab März telefonisch bestellen bei: 044 711 78 12.



Jahr der Freiwilligen

Die UNO hat das Jahr 2026 zum internationalen Jahr der Freiwilligen ausgerufen. Verfassen Sie eine persönliche Wertschätzungs-Botschaft zur Freiwilligenarbeit auf der Webseite: caringcommunities.ch/jahrderfreiwilligen/infos/.



Sie werden gesucht!

Beratung gewünscht zu Einsatzmöglichkeiten als Freiwillige, als Freiwilliger?

Kontaktieren Sie: Sabina Nänny, Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit, 044 711 78 12, sabina.naenny@adliswil.ch.

Schreibdienst Adliswil: Ein tolles Team sucht neue freiwillige Teammitglieder. Unterstützen Sie die Bevölkerung in allen Belangen rund um Lesen, Verstehen und Schreiben.

Für mehr Informationen: 044 711 78 12, sabina.naenny@adliswil.ch.

Brugge-Kafi: Haben Sie Zeit und Freude, in einem aufgestellten Team unsere langjährigen Gäste jeweils am Donnerstagmorgen im Brugge-Kafi Adliswil mit Kaffee und Gipfeli zu verwöhnen? Bitte melden Sie sich bei Agnes Bisang, 078 707 16 07, abisang@gmx.ch Wir freuen uns auf motivierte, freiwillige Mitarbeiter/innen!

Wir stellen vor...

Manuela Grillone
Stadt Adliswil
Empfang / Infoschalter

Kontaktangaben
Stadthaus Adliswil
044 711 77 38
manuela.grillone@adliswil.ch



1. Womit unterstützt Du das gute Älterwerden in Adliswil?

Als Mitarbeiterin Empfang bin ich die erste Person, der man im Stadthaus begegnet. Mein grösstes Anliegen ist es, allen Besuchern der Stadt Adliswil, vor allem auch älteren Menschen und Menschen, die Hilfe benötigen, mit einem Lächeln und viel Empathie zu begrüssen und sie in die diversen Abteilungen weiterzuleiten.

2. Welche Deiner persönlichen Eigenschaften hilft Dir beim Älterwerden?

Mein Interesse für Neues und Verbundenheit mit den Menschen im privaten sowie im beruflichen Umfeld. Zuversicht hilft mir dabei, die positiven Seiten des Lebens zu sehen.

3. Was schenkt Dir in Deinem Leben Hoffnung, Energie und Kraft?

Meine Familie schenkt mir jeden Tag Kraft und Hoffnung. Die Energie hole ich beim Sport, in der Musik und beim kreativen Gestalten.

Finanzielle Unterstützung im Rentenalter

Altersrentnerinnen und -rentner in finanziell bescheidenen Verhältnissen haben Anspruch auf Zusatzleistungen zur AHV.

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie einen Anspruch auf diese Leistungen haben, können Sie den EL-Rechner von Pro Senectute nutzen, um eine erste Einschätzung zu erhalten. Sie können ihn auf der Webseite von Pro Senectute abrufen oder den QR-Code scannen. Falls Sie dabei Hilfe brauchen, unterstützt Sie die Beratungsstelle 60+ kostenlos und vertraulich.

Auskunft: Beratungsstelle 60+, 044 711 78 38
oder altersfragen@adliswil.ch

Neu wird über diese Zusatzleistungen auch Betreuung im Alltag finanziert. Benötigen Sie Unterstützung im Haushalt, entstehen Ihnen Mehrkosten für Mittagstisch oder Mahlzeitendienst oder benötigen Sie Hilfsmittel, wie einen Notrufknopf? Möchten Sie einen Entlastungsdienst nutzen, um Ihre Angehörigen zu entlasten? Dann wenden Sie sich an die Beratungsstelle 60+. Gemeinsam schauen wir Ihre aktuelle Situation an und besprechen Massnahmen, damit Sie lange und selbstbestimmt in Ihrem Zuhause leben und sich am gesellschaftlichen Alltag beteiligen können.

EL-Rechner:
<https://www.prosenectute.ch/de/dienstleistungen/orientierungshilfen/el-rechner.html>



Amtliche Todesanzeigen einfach per E-Mail erhalten

Viele Menschen möchten wissen, wenn jemand in ihrer Gemeinde oder Region gestorben ist. Das kann aus persönlichem Interesse sein, aus Verbundenheit oder um Bekannte und frühere Weggefährten nicht zu vergessen. Die amtlichen Todesanzeigen aus Adliswil werden seit Februar 2026 nur noch im Internet veröffentlicht. Sie finden diese auf der Webseite des Digitalen Amtsblattes Schweiz. Damit Sie nicht jeden Tag im Internet nachschauen müssen, bietet die Stadt Adliswil ein kostenloses E-Mail-Abonnement an. Auf diese Weise werden Sie automatisch informiert, wenn es in Adliswil einen Todesfall gegeben hat.

So melden Sie sich Schritt für Schritt an:

1. Öffnen Sie die Internetseite <https://www.adliswil.ch/abo-dienste> oder scannen Sie den QR-Code mit Ihrem Mobiltelefon
2. Scrollen Sie auf der Seite nach unten bis zur Überschrift «Todesfälle»
3. Klicken Sie auf das Kästchen «E-Mail» (siehe Abbildung)
4. Geben Sie weiter unten Ihre E-Mail-Adresse ein (siehe Abbildung)
5. Klicken Sie auf «Abonnieren» (siehe Abbildung)
6. Öffnen Sie danach Ihr E-Mail-Postfach und bestätigen Sie das Abonnement im E-Mail der Stadt Adliswil.



Todesfälle
Hier erhalten Sie alle Mitteilungen zu Todesfällen.

E-Mail

Einbürgerungen
Hier erhalten Sie alle Mitteilungen zu Einbürgerungen.

E-Mail

E-Mail-Adresse*

Ich bin ein Mensch

Kennen Sie schon? Digitale Unterstützung

Wie oft nutzen Sie Ihr Smartphone, um in der App ein ÖV-Ticket zu lösen, den Computer fürs E-Banking oder das Tablet, um mit der Enkelin im Ausland via Videotelefonie zu sprechen?

Die neuen digitalen Möglichkeiten erleichtern unseren Alltag, helfen uns in Kontakt zu bleiben und uns über Aktuelles zu informieren. Sie stellen uns aber auch vor neue Herausforderungen: Ein Update steht an, der Bildschirm flackert, eine App muss installiert werden... Die schnellen technischen Entwicklungen können Unsicherheit auslösen. Gut, dass es in Adliswil ein kompetentes und unterstützendes Angebot gibt, das Ihnen in solchen Situationen weiterhilft:

Computeria Adliswil: Bei Fragen rund um Computer, Tablet, Mobiltelefon und Drucker unterstützt Sie das Team von Freiwilligen der Computeria Adliswil. Die Computeria bietet ihre Compitreffe im Haus Brugg (Bibliothek, Bahnhofplatz 5), in den Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG und im Altersheim im Ris an. Die Termine der Computeria Adliswil finden Sie unter den Veranstaltungen aufgeführt. Dieses Angebot ist kostenlos und bedingt keine Anmeldung. Nehmen Sie jedoch Ihr Gerät mit.

Die Experten der Computeria unterstützen Sie in Adliswil auch zu Hause. Melden Sie sich per E-Mail (info@computeria-adliswil.ch) oder per Telefon 044 519 03 43 an. Für diese Dienstleistung entsteht ein Unkostenbeitrag von CHF 20.–.

Begegnungen halten jung: Warum soziale Kontakte so wichtig sind

Gerade im Lebensabschnitt ab 60 gewinnen zwischenmenschliche Beziehungen zunehmend an Bedeutung. Mit steigendem Alter verändern sich soziale Strukturen oft stark: Der berufliche Alltag fällt weg, Routinen wandeln sich, und nicht selten gehen Freunde oder Angehörige verloren. Auch körperliche Einschränkungen können die aktive Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erschweren. Umso wichtiger werden soziale Kontakte, die Struktur, Sinn und Lebensfreude vermitteln.

Gespräche mit Freunden, gemeinsame Aktivitäten oder der Austausch in Gruppen stärken das emotionale Wohlbefinden und beugen Einsamkeit vor. Wer Mühe hat, neue Kontakte zu knüpfen, findet in Vereinen, Seniorengruppen oder Treffpunkten der Gemeinde Menschen mit ähnlichen Interessen und Bedürfnissen. Der Veranstaltungskalender 60+ bietet zahlreiche Gelegenheiten, neue Begegnungen zu ermöglichen.

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass ein aktives soziales Leben nicht nur die Stimmung hebt, sondern auch die geistige Fitness fördert. Regelmässige Begegnungen trainieren Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Kommunikation und Selbstreflexion – wichtige Fähigkeiten, um auch im Alter mental beweglich zu bleiben. Zudem können soziale Kontakte Stress, Depressionen und Ängsten vorbeugen. Studien weisen sogar darauf hin, dass ein lebendiges Sozialleben das Risiko für Demenz senken kann. Auch körperlich wirken sich soziale Bindungen positiv aus, etwa auf das Immunsystem und das Herz-Kreislauf-System.

Ob beim Spaziergang mit Bekannten, im Verein, beim Seniorentreff oder im Ehrenamt: Begegnungen schaffen Zugehörigkeit und geben dem Alltag neue Impulse. Sie ermöglichen es, Erfahrungen zu teilen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen. Auch kleine Momente zählen – ein Lächeln auf der Strasse, ein kurzes Gespräch beim Einkauf oder eine Einladung zum Kaffee.

Soziale Nähe ist kein Luxus, sondern ein wesentlicher Bestandteil eines erfüllten und gesunden Lebens im Alter. Wer offen bleibt für neue Kontakte und bestehende Beziehungen pflegt, investiert in Lebensqualität – heute und in Zukunft.



Kontakt und Infos:
Franziska Zehnder
Koordinatorin Sport und Gesundheitsförderung
gesund@adliswil.ch
www.adliswil.ch/gesund

Veranstaltungen

April

Jeden Montag bis Freitag
im April



Soodmatte Stübli. Sich treffen, plaudern, Kaffee trinken...

Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr

Ort: Siedlung Soodmatte, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Siedlung Soodmatte

Kosten: Kaffee, Tee, Mineral à CHF 2.50

Auskunft: Siedlungsassistentin, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Jeden Mittwoch
01.04./08.04./15.04./
22.04./29.04.2026



Nordic Walking 60+

Zeit: 9.00 – 10.30 Uhr

Treff: Bushaltestelle Friedhof, Adliswil

Organisation: Pro Senectute

Kosten: Kostenlos bis Juli 2026

Auskunft: Jetty Meier, NW-Instruktorin, 079 812 96 33

Jeden Mittwoch
01.04./08.04./15.04./
22.04./29.04.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr

Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil

Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil

Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Jeden Mittwoch
01.04./08.04./15.04./
22.04./29.04.2026



Konversation Französisch

Zeit: 10.00 – 11.00 Uhr

Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Esther Bangerter

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Mittwoch
01.04./08.04./
15.04.2026



Gymnastikverein 60+ Adliswil

Zeit: 14.00 – 15.00 Uhr

Ort: Turnhalle Werd, Adliswil

Organisation: Gymnastikverein 60+ Adliswil

Kosten: Jahresbeitrag CHF 200.–

Auskunft: Ernst Uhler, 079 841 40 71, ernst.uhler@bluewin.ch

Mittwoch
01.04./08.04./
15.04.2026



Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen 55+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr

Ort: Turnhalle Werd, Adliswil

Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen und Männer 45+

Zeit: 20.00 – 21.00 Uhr

Ort: Turnhalle Sonnenberg, Adliswil

Schnupperlektionen jederzeit möglich

Kosten: Jahresbeitrag CHF 285.– inkl. Zeitschrift «vitaswiss»

Auskunft: Simone Heuri, 076 200 93 32, simone.heuri@adliswil.net



April

Mittwoch
01.04./08.04./
15.04.2026



Therapeutisches Turnen 60+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr
Ort: Schulhaus Zopf, Adliswil
Organisation: Luluda Stavrinou
Kosten: CHF 15.–/Lektion
Auskunft/Anmeldung: Luluda Stavrinou, 076 461 80 09
luluda.stavrinou@hispeed.ch

Jeden Donnerstag
02.04./09.04./16.04./
23.04./30.04.2026



Brugge-Kafi

Zeit: 9.00 – 11.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, 4.Stock, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Brugge-Kafi
Auskunft: Agnes Bisang, 078 707 16 07, abisang@gmx.ch

Donnerstag
02.04./16.04./
30.04.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 9.00 – 12.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Donnerstag
02.04.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr
Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Jeden Donnerstag
02.04./09.04./16.04./
23.04./30.04.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz
Organisation: Pétanqueclub Adliswil
Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Donnerstag
02.04.2026



Angehörigengruppe Demenz

Zeit: 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrzweckraum Alterssiedlung im Tal, Badstr. 8, Adliswil
Organisation: Stadt Adliswil, Beratungs- und Vermittlungsstelle 60+
Anmeldung: Cornelia Bachmann, Altersbeauftragte, 044 711 78 38
cornelia.bachmann@adliswil.ch

Jeden Montag
06.04./13.04./20.04./
27.04.2026



ZÄMEGOLAUF

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: siehe Aushang oder www.zaemegolaufe.ch/adliswil
oder QR-Code
Organisation: Zämegolaufe Adliswil
Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch



Veranstaltungen

April

Jeden Montag
06.04./13.04./20.04./
27.04.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz
Organisation: Pétanqueclub Adliswil
Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Dienstag
07.04./14.04.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.00 Uhr
Ort: Wolf-Saal, Siedlung Soodmatte, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil
Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Dienstag
07.04.2026



Suppe-Zmittag

Zeit: 12.00 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Siedlung Soodmatte
Kosten: CHF 12.50 für Suppe, Mineralwasser, Kaffee, Dessert
Auskunft: Siedlungsassistentz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Dienstag
07.04.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Cafeteria, Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Dienstag
07.04./14.04.2026



Offene Töpferwerkstatt

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Freizeitanlage Werd, Schönauweg 8, Adliswil
Organisation: Freizeitanlage Werd, Sandra Wehrli
Kosten: CHF 15.–/Nachmittag zuzüglich Materialkosten
Auskunft: freizeitanlage-werd.ch

Dienstag
07.04.2026



Strick-Runde

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Vreni Reiss
Auskunft: Vreni Reiss, 044 710 27 77

Dienstag
07.04.2026



Unterhaltungsnachmittag mit Köbi Näf

Zeit: 15.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70



April

Mittwoch
08.04.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 10.15 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Jeden Dienstag
07.04./14.04./21.04./
28.04.2026



Yoga ab 60...

Zeit: 15.15 – 16.15 Uhr und 16.30 – 17.30 Uhr
Ort: Gemeinschaftsraum Saba, Badstr. 6, Adliswil
Organisation: Hilda Keller
Kosten: CHF 25.–
Auskunft/Anmeldung: Hilda Keller, 079 575 08 81, traeuemen@gmx.net, www.yogawelt.ch

Mittwoch
08.04.2026



Fliegermuseum Dübendorf

Organisation: Senioren-Kulturgruppe
Auskunft: Gubert Erni, 044 710 55 07

Mittwoch
08.04./22.04.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Donnerstag
09.04.2026



Zäme Zmittag

Zeit: 12.00 – ca. 13.30 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: reformierte und katholische Kirchen in Adliswil
Kosten: CHF 14.–
Anmeldung: bis 07.04.2026, 12.00 Uhr,
Sekretariat der Ref. Kirchgemeinde Sihltal, 043 377 19 99

Freitag
10.04.2026



Mountainbiketour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Freitag
10.04.2026



Verwöhhnachmittag

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Silvia Felber
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27



Veranstaltungen

April

Montag
13.04.2026



Spielen macht Spass

Zeit: 14.00 – ca. 16.30 Uhr

Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil

Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal

Auskunft: Vreni Dubs, 076 448 93 46

Dienstag
14.04.2026



FraueNetz – Texte, Bücher in Auszügen lesen und diskutieren

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr

Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil

Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Mittwoch
15.04.2026



10i-Treff im Stübli

Kurzandacht und Gespräch mit anschliessendem Kaffeetrinken

Zeit: 10.00 Uhr

Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Donnerstag
16.04.2026



Kaffee und Kuchen

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Marlis Käser

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Sonntag
19.04.2026



Wiener Kaffeehaus mit Live-Musik

Zeit: 15.00 Uhr

Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich

Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70

Dienstag
21.04.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich

Organisation: Computeria Adliswil

Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)

www.computeria-adliswil.ch

Dienstag
21.04.2026



Lotto

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Ines Roth

Kosten: CHF 2.– pro Karte und Runde

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27



April

Mittwoch
22.04.2026



Mountainbiketour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Mittwoch
22.04.2026



Seniorentheater

«Don Giovanni im Altersheim» Silberfuchse Toggenburg
Zeit: 14.30 Uhr
Ort: Kulturschachtle Adliswil, Schulareal Kronenwiese
Organisation: Ortsvertretung Adliswil von Pro Senectute Kanton Zürich
Eintritt frei / Kollekte
Auskunft: Evelin Hübscher, 044 710 02 88

Freitag
24.04.2026



Jass- und Spielnachmittag

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Fritz Luck
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Montag
27.04.2026



Velotour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Dienstag
28.04.2026



Mittagessen

Zeit: 11.45 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Marlis Käser
Kosten: CHF 15.– (max. 16 Personen)
Anmeldung: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
28.04.2026



Spiel-Café

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Marlis Käser
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
28.04.2026



Ökumenisches Friedensgebet

Zeit: 19.00 Uhr
Ort: reformierte Kirche Adliswil
Organisation: reformierte, katholische und methodistische Kirchen in Adliswil
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99



Veranstaltungen

April / Mai

Mittwoch
29.04.2026



Stammtisch ZÄMEGOLAUFE Adliswil

Zeit: 10.30 Uhr

Ort: Restaurant Stadthaus

Organisation: Zämegolaufe Adliswil

Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch

Mittwoch
29.04.2026



Spielnachmittag

Zeit: 14.30 Uhr

Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Siedlung Soodmatte

Auskunft: Siedlungsassistentz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Jeden Montag bis Freitag
im Mai



Soodmatte Stübli. Sich treffen, plaudern, Kaffee trinken...

Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr

Ort: Siedlung Soodmatte, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Siedlung Soodmatte

Kosten: Kaffee, Tee, Mineral à CHF 2.50

Auskunft: Siedlungsassistentz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Sonntag
03.05.2026



Offenes Frühlingssingen

Zum gemeinsamen Singen von Liedern aller Art sind alle herzlich willkommen.

Zeit: 17.00 Uhr

Ort: Reformiertes Kirchgemeindehaus

Organisation: Ref. Kirche Sihltal und Singkreis Adliswil

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde Adliswil, 043 377 19 99
www.singkreis-adliswil.ch

Jeden Montag
04.05./11.05./18.05./
25.05.2026



ZÄMEGOLAUFE

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: siehe Aushang oder www.zaemegolaufe.ch/adliswil
oder QR-Code

Organisation: Zämegolaufe Adliswil

Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch



Jeden Montag
04.05./11.05./18.05./
25.05.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr

Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz

Organisation: Pétanqueclub Adliswil

Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Dienstag
05.05.2026



Enea Baumuseum in Jona

Organisation: Senioren-Kulturgruppe

Auskunft: Annemarie Zirn, 044 709 04 63



Mai

Jeden Dienstag
05.05./12.05./19.05./
26.05.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.00 Uhr
Ort: Wolf-Saal, Siedlung Soodmatte, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil
Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Dienstag
05.05.2026



Suppe-Zmittag

Zeit: 12.00 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Siedlung Soodmatte
Kosten: CHF 12.50 für Suppe, Mineralwasser, Kaffee, Dessert
Auskunft: Siedlungsassistenz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Dienstag
05.05.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Cafeteria, Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Jeden Dienstag
05.05./12.05./19.05./
26.05.2026



Offene Töpferwerkstatt

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Freizeitanlage Werd, Schönauweg 8, Adliswil
Organisation: Freizeitanlage Werd, Sandra Wehrli
Kosten: CHF 15.–/Nachmittag zuzüglich Materialkosten
Auskunft: freizeitanlage-werd.ch

Dienstag
05.05.2026



Strick-Runde

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Vreni Reiss
Auskunft: Vreni Reiss, 044 710 27 77

Dienstag
05.05.2026



Klavierkonzert Tatjana Polo

Zeit: 15.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70

Jeden Dienstag
05.05./12.05./19.05./
26.05.2026



Yoga ab 60...

Zeit: 15.15 – 16.15 Uhr und 16.30 – 17.30 Uhr
Ort: Gemeinschaftsraum Saba, Badstr. 6, Adliswil
Organisation: Hilda Keller
Kosten: CHF 25.–
Auskunft/Anmeldung: Hilda Keller, 079 575 08 81, traeumen@gmx.net
www.yogawelt.ch



Veranstaltungen

Mai

Jeden Mittwoch
06.05./13.05./20.05./
27.05.2026



Nordic Walking 60+

Zeit: 9.00 – 10.30 Uhr
Treff: Bushaltestelle Friedhof, Adliswil
Organisation: Pro Senectute
Kosten: Kostenlos bis Juli 2026
Auskunft: Jetty Meier, NW-Instruktorin, 079 812 96 33

Jeden Mittwoch
06.05./13.05./20.05./
27.05.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr
Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil
Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Jeden Mittwoch
06.05./13.05./20.05./
27.05.2026



Konversation Französisch

Zeit: 10.00 – 11.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Esther Bangerter
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Mittwoch
06.05./20.05.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Jeden Mittwoch
06.05./13.05./20.05./
27.05.2026



Gymnastikverein 60+ Adliswil

Zeit: 14.00 – 15.00 Uhr
Ort: Turnhalle Werd, Adliswil
Organisation: Gymnastikverein 60+ Adliswil
Kosten: Jahresbeitrag CHF 200.–
Auskunft: Ernst Uhler, 079 841 40 71, ernst.uhler@bluewin.ch

Mittwoch
06.05./20.05./
27.05.2026



Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen 55+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr (ausser Schulferien)
Ort: Turnhalle Werd, Adliswil

Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen und Männer 45+

Zeit: 20.00 – 21.00 Uhr (ausser Schulferien)
Ort: Turnhalle Sonnenberg, Adliswil
Schnupperlektionen jederzeit möglich
Kosten: Jahresbeitrag CHF 285.– inkl. Zeitschrift «vitaswiss»
Auskunft: Simone Heuri, 076 200 93 32, simone.heuri@adliswil.net



Mai

Jeden Mittwoch
06.05./13.05./20.05./
27.05.2026



Therapeutisches Turnen 60+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr
Ort: Schulhaus Zopf, Adliswil
Organisation: Luluda Stavrinou
Kosten: CHF 15.–/Lektion
Auskunft/Anmeldung: Luluda Stavrinou, 076 461 80 09
luluda.stavrinou@hispeed.ch

Donnerstag
07.05.2026



Velotour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Donnerstag
07.05./21.05./
28.05.2026



Brugge-Kafi

Zeit: 9.00 – 11.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, 4.Stock, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Brugge-Kafi
Auskunft: Agnes Bisang, 078 707 16 07, abisang@gmx.ch

Donnerstag
07.05.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr
Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Donnerstag
07.05.2026



Zäme Zmittag

Zeit: 12.00 – ca. 13.30 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: reformierte und katholische Kirchen in Adliswil
Kosten: CHF 14.–
Anmeldung: bis 05.05.2026, 12.00 Uhr
Sekretariat der Ref. Kirchgemeinde Sihltal, 043 377 19 99

Jeden Donnerstag
07.05./14.05./21.05./
28.05.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz
Organisation: Pétanqueclub Adliswil
Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Donnerstag
07.05.2026



Angehörigengruppe Demenz

Zeit: 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrzweckraum Alterssiedlung im Tal, Badstr. 8, Adliswil
Organisation: Stadt Adliswil, Beratungs- und Vermittlungsstelle 60+
Anmeldung: Sylvia Nussbaumer, Fachmitarbeiterin Altersfragen
044 711 78 38, sylvia.nussbaumer@adliswil.ch



Veranstaltungen

Mai

Freitag
08.05.2026



Verwöhhnachtsmittag

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Silvia Felber
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Montag
11.05.2026



Mountainbiketour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Montag
11.05.2026



Spielen macht Spass

Zeit: 14.00 – ca. 16.30 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Vreni Dubs, 076 448 93 46

Mittwoch
13.05.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 10.15 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Donnerstag
14.05./28.05.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 9.00 – 12.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Sonntag
17.05.2026



Wiener Kaffeehaus mit Live-Musik

Zeit: 15.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70

Dienstag
19.05.2026



Velotour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com



Mai

Dienstag
19.05.2026



FraueNetz – Texte, Bücher in Auszügen lesen und diskutieren

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr

Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil

Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Dienstag
19.05.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich

Organisation: Computeria Adliswil

Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)

www.computeria-adliswil.ch

Dienstag
19.05.2026



Lotto

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Ines Roth

Kosten: CHF 2.– pro Karte und Runde

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
19.05.2026



Unterhaltungsnachmittag mit Trio Gambirasio

Zeit: 15.00 Uhr

Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich

Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70

Mittwoch
20.05.2026



10i-Treff im Stübli

Kurzandacht und Gespräch mit anschliessendem Kaffeetrinken

Zeit: 10.00 Uhr

Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Donnerstag
21.05.2026



Kaffee und Kuchen

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Marlis Käser

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
26.05.2026



Mittagessen

Zeit: 11.45 Uhr

Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Marlis Käser

Kosten: CHF 15.– (max. 16 Personen)

Anmeldung: Fritz Luck, 044 710 60 27



Veranstaltungen

Mai

Dienstag
26.05.2026



Spiel-Café

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Marlis Käser
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
26.05.2026



Ökumenisches Friedensgebet

Zeit: 19.00 Uhr
Ort: reformierte Kirche Adliswil
Organisation: reformierte, katholische und methodistische Kirchen in Adliswil
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Mittwoch
27.05.2026



Stammtisch ZÄMEGOLAUF Adliswil

Zeit: 10.30 Uhr
Ort: Restaurant Stadthaus
Organisation: Zämegolaufe Adliswil
Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch

Mittwoch
27.05.2026



Spielnachmittag

Zeit: 14.30 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Siedlung Soodmatte
Auskunft: Siedlungsassistent, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Donnerstag
28.05.2026



Seniorenausflug «Rund um die Rigi und auf den Stoos»

Organisation: Ortsvertretung Adliswil von Pro Senectute Kanton Zürich
Kosten: CHF 60.–
Anmeldung: bis 23.05.2026 an Silvia Bänziger
silvia.baenziger@refsihltal.ch, 043 377 19 94

Freitag
29.05.2026



Tag der Nachbarschaft

Laden Sie Ihre Nachbarin, Ihren Nachbarn ein!
Zeit: ganzer Tag
Ort: Stadt Adliswil, alle Quartiere
Auskunft: Gemeinwesenarbeit Stadt Adliswil,
Sabina Nänny, 044 711 78 12



Freitag
29.05.2026



Tag der Nachbarn

Zeit: 16.00 Uhr
Ort: Schulhaus Zopf
Organisation: Fritz Luck
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27



Juni

Jeden Montag bis Freitag
im Juni



Soodmatte Stübli. Sich treffen, plaudern, Kaffee trinken...

Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Siedlung Soodmatte
Kosten: Kaffee, Tee, Mineralwasser à CHF 2.50
Auskunft: Siedlungsassistenz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Jeden Montag
01.06./08.06./15.06./
22.06./29.06.2026



ZÄMEGOLAUFE

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: siehe Aushang oder www.zaemegolaufe.ch/adliswil
oder QR-Code
Organisation: Zämegolaufe Adliswil
Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch



Jeden Montag
01.06./08.06./15.06./
22.06./29.06.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz
Organisation: Pétanqueclub Adliswil
Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Jeden Dienstag
02.06./09.06./16.06./
23.06./30.06.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.00 Uhr
Ort: Wolf-Saal, Siedlung Soodmatte, Soodstrasse 50a, Adliswil
Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil
Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Dienstag
02.06.2026



Suppe-Zmittag

Zeit: 12.00 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Siedlung Soodmatte
Kosten: CHF 12.50 für Suppe, Mineralwasser, Kaffee, Dessert
Auskunft: Siedlungsassistenz, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Dienstag
02.06.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Cafeteria, Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Jeden Dienstag
02.06./09.06./16.06./
23.06./30.06.2026



Offene Töpferwerkstatt

Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Freizeitanlage Werd, Schönauweg 8, Adliswil
Organisation: Freizeitanlage Werd, Sandra Wehrli
Kosten: CHF 15.–/Nachmittag zuzüglich Materialkosten
Auskunft: freizeitanlage-werd.ch



Veranstaltungen

Juni

Dienstag
02.06.2026



Strick-Runde

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Vreni Reiss
Auskunft: Vreni Reiss, 044 710 27 77

Dienstag
02.06.2026



Tanznachmittag mit Taxi Dancers

Zeit: 15.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70

Dienstag
02.06.2026



Angehörigengruppe Demenz

Zeit: 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: Mehrzweckraum Alterssiedlung im Tal, Badstr. 8, Adliswil
Organisation: Stadt Adliswil, Beratungs- und Vermittlungsstelle 60+
Anmeldung: Sylvia Nussbaumer, Fachmitarbeiterin Altersfragen
044 711 78 38, sylvia.nussbaumer@adliswil.ch

Mittwoch
03.06./10.06.2026



Nordic Walking 60+

Zeit: 9.00 – 10.30 Uhr
Treff: Bushaltestelle Friedhof, Adliswil
Organisation: Pro Senectute
Kosten: Kostenlos bis Juli 2026
Auskunft: Jetty Meier, NW-Instruktorin, 079 812 96 33

Jeden Mittwoch
03.06./10.06./17.06./
24.06.2026



Katholischer Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr
Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Katholische Kirchgemeinde Adliswil
Auskunft: Sekretariat Kath. Kirchgemeinde, 044 711 19 19

Jeden Mittwoch
03.06./10.06./17.06./
24.06.2026



Konversation Französisch

Zeit: 10.00 – 11.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Esther Bangerter
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Mittwoch
03.06./17.06.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch



Juni

Jeden Mittwoch
03.06./10.06./17.06./
24.06.2026



Gymnastikverein 60+ Adliswil

Zeit: 14.00 – 15.00 Uhr
Ort: Turnhalle Werd, Adliswil
Organisation: Gymnastikverein 60+ Adliswil
Kosten: Jahresbeitrag CHF 200.–
Auskunft: Ernst Uhler, 079 841 40 71, ernst.uhler@bluewin.ch

Jeden Mittwoch
03.06./10.06./17.06./
24.06.2026



Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen 55+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr
Ort: Turnhalle Werd, Adliswil

Gesundheits-Gymnastik vitaswiss Frauen und Männer 45+

Zeit: 20.00 – 21.00 Uhr
Ort: Turnhalle Sonnenberg, Adliswil
Schnupperlektionen jederzeit möglich
Kosten: Jahresbeitrag CHF 285.– inkl. Zeitschrift «vitaswiss»
Auskunft: Simone Heuri, 076 200 93 32, simone.heuri@adliswil.net

Jeden Mittwoch
03.06./10.06./17.06./
24.06.2026



Therapeutisches Turnen 60+

Zeit: 15.30 – 16.30 Uhr
Ort: Schulhaus Zopf, Adliswil
Organisation: Luluda Stavrinou
Kosten: CHF 15.–/Lektion
Auskunft/Anmeldung: Luluda Stavrinou, 076 461 80 09
luluda.stavrinou@hispeed.ch

Donnerstag
04.06.2026



Velotour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Jeden Donnerstag
04.06./11.06./18.06./
25.06.2026



Brugge-Kafi

Zeit: 9.00 – 11.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, 4.Stock, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Brugge-Kafi
Auskunft: Agnes Bisang, 078 707 16 07, abisang@gmx.ch

Donnerstag
04.06.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 9.30 Uhr
Ort: Wohn- und Pflegezentren Sihlsana AG, Badstr. 4, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99



Veranstaltungen

Juni

Jeden Donnerstag
04.06./11.06./18.06./
25.06.2026



Pétanque

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
Ort: Sportanlage Tüfi, Kiesplatz
Organisation: Pétanqueclub Adliswil
Auskunft: Präsident Peter Eberhöfer, pcadliswil@gmx.ch

Freitag
05.06.2026



Mountainbiketour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Montag
08.06.2026



Spielen macht Spass

Zeit: 14.00 – ca. 16.30 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Vreni Dubs, 076 448 93 46

Dienstag
09.06./16.06./
30.06.2026



Yoga ab 60...

Zeit: 15.15 – 16.15 Uhr und 16.30 – 17.30 Uhr
Ort: Gemeinschaftsraum Saba, Badstr. 6, Adliswil
Organisation: Hilda Keller
Kosten: CHF 25.–
Auskunft/Anmeldung: Hilda Keller, 079 575 08 81, traeumen@gmx.net
www.yogawelt.ch

Mittwoch
10.06.2026



Reformierter Gottesdienst

Zeit: 10.15 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Donnerstag
11.06./25.06.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 9.00 – 12.00 Uhr
Ort: Haus Brugg, Bibliothek, Bahnhofplatz 5, Adliswil
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Donnerstag
11.06.2026



Zäme Zmittag

Zeit: 12.00 – ca. 13.30 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: reformierte und katholische Kirchen in Adliswil
Kosten: CHF 14.–
Anmeldung: bis 09.06.2026, 12.00 Uhr,
Sekretariat der Ref. Kirchgemeinde Sihltal, 043 377 19 99



Juni

Freitag
12.06.2026



Verwöhhnachtsmittag

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Silvia Felber
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
16.06.2026



FraueNetz – Texte, Bücher in Auszügen lesen und diskutieren

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Adliswil, Kirchstr. 2, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Dienstag
16.06.2026



Computeria Adliswil

Bringen Sie Ihr Gerät mit.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Organisation: Computeria Adliswil
Auskunft: 044 710 21 08 (bitte auf Band sprechen)
www.computeria-adliswil.ch

Dienstag
16.06.2026



Lotto

Zeit: 14.00 Uhr
Ort: TreffPunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil
Organisation: Ines Roth
Kosten: CHF 2.– pro Karte und Runde
Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Mittwoch
17.06.2026



Velotour

Dauer: ganztägig / Route offen
Organisation: Velogruppe Zimmerberg
Kosten: CHF 20.–
Auskunft: 1 Woche vor Durchführung erhältlich
Thomas Dischl, 078 847 01 78, sg.zimmerberg@gmail.com

Mittwoch
17.06.2026



10i-Treff im Stübli

Kurzandacht und Gespräch mit anschliessendem Kaffeetrinken
Zeit: 10.00 Uhr
Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil
Organisation: Reformierte Kirchgemeinde Sihltal
Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99

Dienstag
23.06.2026



Clown Theater mit Schanz & Ganz

Zeit: 15.00 Uhr
Ort: Altersheim Im Ris, Schwarzbächlistr. 1, Zürich
Auskunft: Kati Kober, 044 711 96 70



Veranstaltungen

Juni

Mittwoch
24.06.2026



Stammtisch ZÄMEGOLAUFE Adliswil

Zeit: 10.30 Uhr

Ort: Restaurant Stadthaus

Organisation: Zämegolaufe Adliswil

Auskunft: Katharina Landis, 079 331 08 91, katharina.landis@hispeed.ch

Mittwoch
24.06.2026



Spielnachmittag

Zeit: 14.30 Uhr

Ort: Soodmatte Stübli, Soodstr. 50a, Adliswil

Organisation: Siedlung Soodmatte

Auskunft: Siedlungsassistentin, 079 419 10 36, auch per SMS/WhatsApp

Freitag
26.06.2026



Jass- und Spielnachmittag

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Fritz Luck

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
30.06.2026



Mittagessen

Zeit: 11.45 Uhr

Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Marlis Käser

Kosten: CHF 15.– (max. 16 Personen)

Anmeldung: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
30.06.2026



Spiel-Café

Zeit: 14.00 Uhr

Ort: Treffpunkt, Schwarzbächlistr. 3, Adliswil

Organisation: Marlis Käser

Auskunft: Fritz Luck, 044 710 60 27

Dienstag
30.06.2026



Ökumenisches Friedensgebet

Zeit: 19.00 Uhr

Ort: reformierte Kirche Adliswil

Organisation: reformierte, katholische und methodistische Kirchen in Adliswil

Auskunft: Sekretariat Ref. Kirchgemeinde, 043 377 19 99



Virtuelle Silber Tavolata

Gemeinsames Kochen inspiriert zu neuen Rezeptideen, führt zu genussvollem und gesundem Essen und lässt einen Teil der Gemeinschaft sein. Silber Tavolata bietet mit dem Projekt «Virtuelle Silber Tavolata» kostenlose Online-Kochkurse an für die Zubereitung einer gesunden und ausgewogenen Ernährung 60+.

Die Kurse orientieren sich an den Schweizer Ernährungsempfehlungen für ältere Erwachsene sowie der neuen Schweizer Ernährungspyramide.

Das wichtigste Ziel dabei ist, dass bei Ihnen die Freude an der Zubereitung einer ausgewogenen Ernährung ausgelöst und nachhaltig begeistert wird. Die kostenlosen Kurse dauern ca. 40 bis 50 Minuten, und wer Lust hat, bleibt auch zum Essen am Bildschirm, um Teil der Gemeinschaft zu sein.

Weitere Informationen zu den Kochkursen sowie den Terminen für das Jahr 2026 finden Sie unter: <https://www.silbertavolata.ch>



Pro Senectute Zürich – Wandergruppe Zimmerberg Jahresprogramm 2026

Wandern in Gesellschaft – ideal für Körper und Geist!

Die Wandergruppe Zimmerberg bietet alle zwei Wochen, jeweils am Dienstag, Wanderungen mit verschiedenen Anspruchsniveaus an. Das neu erschienene Jahresprogramm 2026 bietet einen Überblick über die aktuell geplanten Touren, vorgesehene Wanderwochen und die erwähnten Anspruchsniveaus.

Mit der Anmeldung als Interessentin, als Interessent, ist keine Mitgliedschaft verbunden, sondern es wird lediglich sichergestellt, dass künftig für jede Wanderung rechtzeitig eine detaillierte Einladung an die persönliche E-Mail-Adresse zugestellt wird.

Die Wanderungen starten immer in Wädenswil, d.h. für eine allfällige Anreise zum Ausgangspunkt sind die zur Wanderung Angemeldeten selbst zuständig.

In der Regel benutzen wir den ÖV. Klar, dass auch das Zusteigen unterwegs möglich ist, wenn die Fahrt am Wohnort vorbeiführt.

Während der Wanderung wird jeweils ein Unkostenbeitrag einkassiert.

Digitales Jahresprogramm 2026:



<https://pszh.ch/gruppe/wandergruppe-zimmerberg/>
Auskunft: Irene Horlacher, 044 784 60 85 oder 079 775 25 48, sg.zimmerberg@gmail.com

Wichtige Adressen

Beratungsstelle 60+ der Stadt AdliswilStadthaus, Zürichstrasse 10, altersfragen@adliswil.ch**044 711 78 38****Abteilung Sozialversicherungen, Zürichstrasse 10****044 711 78 96****Polizei Adliswil - Langnau a.A., Zürichstrasse 8****044 711 78 11****Pro Senectute Kanton Zürich, Dienstleistungscenter Zimmerberg**

Alte Landstrasse 24, 8810 Horgen, Sozialberatung

058 451 52 20**Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB**

Bezirk Horgen, Dammstrasse 12, 8810 Horgen

044 718 40 40**Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter**

Malzstrasse 10, 8045 Zürich

058 450 60 60**Spitex Zimmerberg, Adliswil, Soodstrasse 50B****044 711 99 11****Ortsvertretung Adliswil von Pro Senectute Kanton Zürich**ov.adliswil@pszh.ch**079 616 81 34****Rotkreuz-Fahrdienst Adliswil**

Mo – Fr, 8–12 Uhr, 14–17 Uhr

044 388 25 00**Sozialdienst Reformierte Kirchgemeinde Sihltal**Webereistrasse 31, 8134 Adliswil, silvia.baenziger@refsihltal.ch**043 377 19 94****Seniorenarbeit Katholische Kirche Adliswil**Rellstenstrasse 2, 8134 Adliswil, nicole.schmidlin@adliswil-kath.ch**044 711 19 01**