



mit
Fokusthema
«Bewegung
ist Leben»

Informationsabend

Donnerstag, 19. November 2026 • 19.00 Uhr

Zentrum Missione, Naters

Programm

- **Begrüssung** Silvia Schaller-Bass, Stiftungsratspräsidentin
- **Rückblick & Ausblick** Christoph Willisch, Direktor
- **Thema**
«Bewegung ist Leben – warum unser Körper mehr als Muskeln braucht»
Daniel Ferrazzi, Physiotherapeut
- **Schlusswort** Silvia Schaller-Bass, Stiftungsratspräsidentin

Einladung



Einblick in das Leben im Seniorenzentrum – Fokus «Bewegung ist Leben»

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner von Haus Sancta Maria und Haus St. Michael

Liebe Mieterinnen und Mieter von Haus Stelle

Liebe Angehörige, Vertrauenspersonen, Mitarbeitende, Stiftungsräte und Interessierte

Wir laden Sie herzlich zu unserem **traditionellen Informationsabend** ein. Freuen Sie sich auf einen Rückblick auf das vergangene Jahr und gewinnen Sie zugleich interessante Einblicke in das spannende Leben und Wirken des Seniorenzentrum Naters. Im Zentrum steht dieses Jahr das Thema **«Bewegung ist Leben – warum unser Körper mehr als Muskeln braucht»** – Bewegung unterstützt das Gleichgewicht, die Beweglichkeit, die Koordination und das Wohlbefinden. Sie kann dazu beitragen, selbstständig und sicher im Alltag zu bleiben. Dabei muss Bewegung nicht anstrengend oder sportlich sein. Ein gemeinsamer Spaziergang, ein paar Schritte durch den Garten, leichte Übungen im Sitzen oder einfach bewusstes Aufstehen und Bewegen im Alltag können bereits wertvoll sein. Im Anschluss an das Programm laden wir Sie gerne zu einem gemütlichen **Apéro** ein.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Herzliche Grüsse

Seniorenzentrum Naters

Silvia Schaller-Bass, Stiftungsratspräsidentin

Christoph Willisch, Direktor

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens **Montag, 16. November 2026**, an.

- Mit beiliegendem Anmeldetalon, den Sie bei uns abgeben oder per Post zusenden können.
- Per E-Mail an: info@seniorenzentrum-naters.ch. Bitte geben Sie uns den Namen einer allfälligen Begleitperson an.
- Oder direkt online über den rechts aufgeführten QR-Code www.seniorenzentrum-naters.ch/angebote-events/anmeldung-informationsabend.

