



# KOORDINATIONSSTELLE

Alter Region Brugg



Ein neues Jahr  
voller Gesundheit,  
Zuversicht und  
schöner Momente.

## Veranstaltungskalender Januar/Februar 2026 für unsere ältere Bevölkerung

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
<b>2026</b>	<b>In Bewegung bleiben</b>			
montags	Café Balance - Rhythmikkurs	14:15 - 15:05	Musikwerkstatt Brugg	Verein Seniorenrhythmik nach Dalcroze
dienstags + donnerstags	Gesundheit und Stärke durch gezielte Bewegung	08:00 - 09:00 und 19:00 - 20:00	Turnhalle Schützenmatt Brugg	Vitaswiss Brugg
montags - freitags	Fitness, Gymnastik, Pilates, Yoga usw.	Detailprogramm bei Pro Senectute Brugg	diverse Orte	Pro Senectute Brugg
montags	Bewegungstreff Frauen + Männer	09:30 - 10:30	Pflegezentrum Süssbach Brugg	Pro Senectute Brugg
dienstags	Nordic-Walking	9:00 - 10:15	Windisch HPS Tannenweg 9	Pro Senectute Brugg
donnerstags	Pétanque	14:00 - 16:00	beim Salzhaus Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg
mittwochs + donnerstags	Aqua-Fitness	vor- und nachmittags	Hallenbad Brugg	Pro Senectute Brugg
freitags	Internationale Tänze	14:30	Turnhalle Au Brugg-Lauffohr	Pro Senectute Brugg
Donnerstag, 15.01.	Schneeschuh-Tour	Auskunft Pius Tommer 079 471 97 72	noch offen	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 27.01.	Schneeschuh-Tour	Auskunft Claudia Berli 079 471 97 72	noch offen	Pro Senectute Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
Donnerstag, 05.02.	Schneeschuh-Tour	Auskunft Hanna Rohrer 079 757 92 84	noch offen	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 17.02.	Schneeschuh-Tour	Auskunft Markus Schuler 079 542 32 43	noch offen	Pro Senectute Brugg
Dienstag, 17.02.	Wanderung Wangen a.d.A. - Inkwilersee- Herzogenbuchsee	08:45	Bahnhof Brugg, Taxistand	Pro Senectute Brugg
Donnerstag, 26.02.	Schneeschuh-Tour	Auskunft Hans-Peter Dennler 079 819 31 71	noch offen	Pro Senectute Brugg
Donnerstag, 26.02.	Biketour Rund um Schinznach	12:20	PP Badi Schinznach	Pro Senectute Brugg
Freitag, 27.02.	Wanderung Irchel	08:15	Bahnhof Brugg, Taxistand	Pro Senectute Brugg
	<b>Austauschen in verschiedenen Sprachen</b>			
montags, 05.+19.01. / 02.+16.02.	Sprachcafé Spanisch	14:30	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
dienstags, 06.+20.01./ 03.+17.02.	Sprachcafé Italienisch	14:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
donnerstags 08.01. + 19.02.	Sprachcafé Französisch	10:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
donnerstags 22.01 .+ 19.02.	Sprachcafé Französisch	19:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg
samstags, 10.+24.01. / 07.+21.02.	Sprachcafé Englisch	09:30	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	<b>Begegnung - Lebensfreude</b>			
montags	"weisch no" Kafi	ab 15:00	Pavillon der Schule Villigen	Annelis Berner 078 737 55 38
dienstags	Weischno-Chor für Menschen mit und ohne Demenz	14:00	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Alzheimer Aargau + Ref. Kirche Brugg
dienstags	Lismi-Treff	14:00 - 17:00	Kirchgemeinde-Haus Schinznach-Bad	Ref. Kirchgemeinde Birr
montags + freitags	offenes Kirchgemeinde-Haus	montags 9-11 freitags 14-16	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Freitag, 09.01.	Herbschtrose Premiere "Kuh in Therapie"	19:30	Kath. Kirchenzentrum St. Marien Windisch	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Montag, 12.01.	Leseclub Thema "Grossmütter"	19:00	Stadtbibliothek Brugg	Stadtbibliothek Brugg
Dienstag, 13.+27.01./10.+24.02.	Frauentreff Hausen	09:00	Foyer ref. Kirche Hausen	Ref. Kichgemeinde Windisch
Dienstag, 13.+ 20.+27.1. / 03.02.+10.2.	Café international	09:30	Paulushuus Lupfig	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Donnerstag, 15.+29.01./12.+26.02..	Frauentreff Windisch	14:00	Ref. Kirchgemeindehaus Windisch	Ref. Kichgemeinde Windisch
Samstag, 17.01.	Brugg liest ein Buch "Lili und die Landfrauenf"	15:00	Veranstaltungsraum Effingerhof Brugg	Stadtbibliothek Brugg
Samstag, 17.01.+21.02.	Erzählcafé	10:00-12:00	Stadtbibliothek Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Stadtbibliothek
Montag, 19.01. / 02.+16.02.	Jassen im Lindepark	14:00	Sanavita AG Windisch	Ref. Kirchgemeinde Windisch
Dienstag, 20.01.+17.02.	Nostalgie-Chor	15:00 - 16:00	Röm-kath. Kirche Brugg	Forum 60 plus + Seniorenrat Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
	<b>Begegnung - Lebensfreude</b>			
Mittwoch, 21.01.	odeonkinoreif? Film "A bout de couffle" mit Apéro	17:00	Odeon Brugg	Seniorenrat Stadt Brugg + Odeon Brugg
Donnerstag, 22.01.	Themenanlass 50+ "Meine Heimat Indien"	14:15	Paulushuus Lupfig	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Mittwoch, 28.01. + 25.02.	Regenbogen-Kaffee das Kaffee für alle	14:00	Rest. Süessbach Brugg	Gemeinn.Frauenverein + Koo.- Stelle Alter Region Brugg
Donnerstag, 29.01.+19.2.	Spielnachmittag	14:00	Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Donnerstag, 05.02.	Monatshöck Frauengemeinschaft	14:00	Kirchenzentrum Windisch	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Mittwoch, 05.02.	Herbsttrose "Kuh in Therapie"	14:30	Ref. Kirchgemeindehaus Windisch	Ref. Kirchgemeinde Windisch
Mittwoch, 28.01.	Brugg liest ein Buch "Unter der Linde"	19:30	Stadtbibliothek Brugg	Stadtbibliothek Brugg
Donnerstag, 26.02.	Herbsttrose "Kuh in Therapie"	14:15	ref. Kirche Birr-Lupfig	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Vorschau Sonntag, 08.03.	Sunntigsfahrt durch den Schwarzwald nach Hallau	09:00	diverse Einsteigeorte	Eurobus + Stefan Wagner 076 561 30 39
	<b>Wissen-Selbsthilfe-Austausch</b>			
Sonntag, 11.01.+08.02.	Begegnung MITmenschen	12:00	Kirchenzentrum Windisch	Pastoralraum Region Brugg-Windisch
Sonntag, 11.01.+08.02.	Trauercafé	14:30 - 17:00	Selbsthilfezentrum Aarau	Hospiz Aargau

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
Dienstag, 13.01.2026	Schnupperkurs Improvisationstheater 60+ Fachvortrag +	10:30	Ref. Kirchgemeindehaus Windisch	Seniorenrat Stadt Brugg + Senioren- ImproTheater
Dienstag, 13.01.+10.02.	Gesprächsgruppe Angehörige von Menschen mit Demenz	13:30 - 15:00	Neumarkt 1 Brugg	Alzheimer Aargau
Dienstag, 17.+24.02./ 03.+10.+17. +24.03.	Imprivisationstherater 60+ 6-Wochen-Kurs	jeweils 10:30	Ref. Kirchgemeindehaus Windisch	Seniorenrat Stadt Brugg + Senioren- ImproTheater
Dienstag, 27.01.+24.02.	Outdoor-Gruppe "Zäme unterwägs"	14:00	Bahnhof Brugg	Fragile AG/SO
Dienstag, 27.01.	Vortragsreihe "Bewegung im Alter"	15:00	Aare Saal Sanavita AG Windisch	Stiftung Sanavita + Forum 60plus
Mittwoch, 28.01.	Kriege und Krisen - Strategien der Schweiz	19:30	BWZ Brugg Annerstrasse 12 Brugg	Volkshochschule Region Brugg
Mo/Mi/Do und Samstag, 31.01.+28.02	Kleiderkarussell	Mo/Mi/Do 14:00 - 16:00 Samstag 10:00 - 12:00	Wydenstr. 14, Birr	Ref. Kirchgemeinde Birr
Dienstag, 03.02.	Gesprächsgruppe und Nachmittagstreff	14:00 - 16:30	Kath. Kirchenzentrum Brugg	FRAGILE AG/SO
Mittwoch, 04.02.	Kultur am Nachmittag	14:30	Kirchgemeinde-Haus Brugg	Ref. Kirchgemeinde Brugg
Donnerstag, 05.+19.02.	offener Trauertreff	18:30 - 20:30	Hospiz Begegnungszone Brugg	Hospiz Aargau
Mittwoch, 25.02.	Flick-Kafi	09:00	Pfrundhaus Lupfig	Ref. Kirchgemeinde Birr René Kohler
Donnerstag, 26.02.	Perlen des Nordens erleben	19:00	BWZ Brugg Annerstrasse 12 Brugg	Volkshochschule Region Brugg

Datum	Angebot	Zeit	Ort	Organisator
<b>Vorschau Sonntag, 01.03.</b>	<b>Café Goodbye - Gespräch und Inputreferat "Was ist der Sinn des Lebens und des Sterbens?"</b>	<b>15:00</b>	<b>"gusto" Pflegezentrum Süessbach AG Brugg</b>	<b>Hospiz Aargau</b>
	<b>Zusammen essen-lachen-sein</b>			
<b>freitags</b>	<b>"Mittagstisch für alle"</b>	<b>12:00</b>	<b>Ref. Kirchgemeinde-Haus Brugg</b>	<b>Ref. Kirche Brugg</b>
<b>Freitag, 16.01.+ 13.02.2026</b>	<b>"zäme ässe"</b>	<b>12:00</b>	<b>Paulushuus Lupfig</b>	<b>Pastoralraum Brugg-Windisch</b>
<b>Donnerstag, 29.01.2026</b>	<b>Plauschmittag Frauengemeinschaft</b>	<b>12:00</b>	<b>Kirchenzentrum Windisch</b>	<b>Pastoralraum Brugg-Windisch</b>
<b>Sonntag, 01.02.2026</b>	<b>Sunntis-Mittagstisch</b>	<b>12:00</b>	<b>Rest. Landhus, Gansingen (Postauto Brugg Zentrum ab 11:35 Uhr, Kante C)</b>	<b>Seniorenrat Stadt Brugg</b>
<b>Mittwoch, 15.01.+19.02.</b>	<b>Birrhard</b>	<b>12:00</b>	<b>Rest. Wase</b>	<b>Elisabeth Weber 079 252 22 21</b>
<b>Donnerstag, 08.01.+05.02.</b>	<b>Brugg</b>	<b>11:45</b>	<b>Rest. Schnitzeria</b>	<b>Margrit Keller 056 441 57 26</b>
<b>Donnerstag, 08.01.+12.02.</b>	<b>Habsburg</b>	<b>11:30</b>	<b>Rest Bahnhöfli Schinznach</b>	<b>Elisabeth Salchli 056 441 28 65</b>
<b>Donnerstag, 15.01.+12.02.</b>	<b>Hausen</b>	<b>12:00</b>	<b>Stiftung Domino</b>	<b>Andrea Mathis 056 448 90 66</b>
<b>Dienstag, 13.01.+10.02.</b>	<b>Lupfig</b>	<b>12:00</b>	<b>Pfrundhaus Lupfig oder Haus Eigenamt</b>	<b>Kath. Kirchenzentrum Paulus Birrfeld</b>
<b>Dienstag, 14.10.+11.11. 2025</b>	<b>Villigen</b>	<b>11:30</b>	<b>Rest. Hirschen</b>	<b>Ursula Meier 056 284 51 83</b>
<b>Dienstag, 14.10.+11.11. 2025</b>	<b>Windisch</b>	<b>12:15</b>	<b>Sanavita AG Windisch</b>	<b>Claire Aeberhard 056 442 16 86</b>
<b>Auskunft bei K. Rose</b>	<b>Schinznach Bad</b>	<b>11:45</b>	<b>noch offen</b>	<b>Käthy Rose 056 443 22 23</b>

Für weitere Auskünfte steht Ihnen die Koordinationsstelle Alter Region Brugg, zur Verfügung, unter Tel. 056 441 48 48, [www.alter-region-brugg.ch](http://www.alter-region-brugg.ch), [info@alter-region-brugg.ch](mailto:info@alter-region-brugg.ch).

# GRAUE HAARE BUNTE KÖPFE

## Bunte Geschichten vom Leben im Alter

"Graue Haare, bunte Köpfe" lädt dazu ein, das Älterwerden neu zu entdecken. In dieser Gesprächsreihe erzählen Gäste über 65 Jahre, wie facettenreich das Leben im Alter sein kann. Sie berichten von dem, was sie antreibt, und von den Herausforderungen, die das Älterwerden mit sich bringt.

In sechs Gesprächen begegnen sich "Jung" und "Alt" und diskutieren, was es heute bedeutet, älter zu werden.



**Jetzt hören!**

QR Code scannen  
oder unter

[www.ag.ch/buntekoepfe](http://www.ag.ch/buntekoepfe)



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

Weitere Projekte des Schwerpunktprogramms Gesundheitsförderung im Alter unter: [www.ag.ch/gfimalter](http://www.ag.ch/gfimalter)