



St. Moritz®

TOP OF THE WORLD

© Robert Boesch



aktiv-ab-60.ch

AKTIV AB 60

Juni bis November 2026

LIEBE EINHEIMISCHE, LIEBE GÄSTE

Wir haben erneut ein vielseitiges Programm für Sie zusammengestellt und freuen uns über Ihre Teilnahme bei unseren In- und Outdoor-Aktivitäten:

Aqua-Fitness, begleitete Wanderungen zu den schönsten Plätzen, Boccia, Gymnastik, Spiel & Spass und Tanzen mit Line Dance sind bereits beliebte Aktivitäten, die längst in unser Programm gehören. Aber auch „Film ab in der Kirche“, Heiteres & Besinnliches, Lesungen und vieles mehr ergänzen dieses kunterbunte Angebot. Unsere bewährten Digitalcafés führen wir in Zusammenarbeit mit den Studenten des Lyceum Alpinum und der Academia Engiadina weiter. Neu in diesem Sommer sind:

- Aktives Turnen für Frauen
- Sprachen- und Handarbeitscafé im Kombi-Paket
- Zeitzeugen gesucht!
- Referat: Sicherheit im Alter mit der KAPO GR
- Workshop: Online-Betrug erkennen mit der GKB
- Workshop: Fahrplanlesen & Billette lösen „total digital“ mit der RhB und Engadin Bus

Kommen Sie mit uns „on Tour“ oder spielen und jassen Sie mit bzw. machen Sie mit uns wieder einmal Lotto! Geniessen Sie ein paar unvergessliche Stunden, die Ihren Alltag bereichern!

Sehen wir uns?

Das OK-Team „Aktiv ab 60“ freut sich über Ihre Teilnahme!

Buchungsbedingungen & wichtige Informationen

- **Anmeldungen sind je nach Programm empfehlenswert oder obligatorisch**
- **Versicherung ist Sache der Teilnehmenden**
- **Programmänderungen bleiben vorbehalten**

DIE KIRCHE LÄDT EIN

Informationen zu den folgenden Veranstaltungen sind in den jeweiligen Pfarrämtern, in den Schaukästen sowie in den Kirchen erhältlich.

FILM AB IN DER KIRCHE

Jeden ersten Donnerstag im Monat gibt es einen spannenden Film, der gemeinsam geschaut wird.

Datum	04.06. / 02.07. / 06.08. / 03.09. / 05.11.
Zeit	14.15 – 16.15 Uhr
Ort	Katholische Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf
Infos	Marie-Ursula Kind, reformierte Pfarrerin St. Moritz +41 81 834 47 74, marie-ursula.kind@refurmo.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

MITTAGSZYT

Auf der Höhe des Tages zusammenkommen, innehalten, sich stärken – und weitergehen. Kurze Andacht mit Musik in der Dorfkirche, anschliessend leichtes Mittagessen im Kirchentreff.

Datum	16.06. / 21.07. / 18.08. / 15.09. / 13.10. / 10.11.
Zeit	12.00 – 13.30 Uhr
Ort	Dorfkirche, St. Moritz
Infos	Marie-Ursula Kind, reformierte Pfarrerin St. Moritz +41 81 834 47 74, marie-ursula.kind@refurmo.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

JASSEN & SPIELEN

Fröhliches Miteinander bei einem Jass und verschiedenen Gesellschaftsspielen. Kaffee & Kuchen auf eigene Kosten.

Datum	Jeden letzten Freitag im Monat 26.06. / 31.07. / 28.08. / 25.09. / 30.10. / 27.11.
Zeit	14.00 – 16.00 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Bistro, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Marie-Ursula Kind, reformierte Pfarrerin St. Moritz +41 81 834 47 74, marie-ursula.kind@refurmo.ch
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

GEBET UM DEN FRIEDEN IN DER WELT

Das Gebet für den Frieden in der Welt ist eine wesentliche Aufgabe für uns als Christinnen und Christen. Ein Leben in Harmonie unter Gläubigen dient als sichtbares Zeichen dafür, dass Frieden in der Welt möglich und erstrebenswert ist. Aus diesem Grund wird gemeinsam für den Frieden gebetet.

Datum	03.06. / 01.07. / 05.08. / 02.09. / 07.10. / 04.11.
Zeit	16.00 – 16.30 Uhr
Ort	Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta
Infos	Pfarrei St. Mauritius +41 81 837 51 10, info@pfarrei-stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

BOCCIA-TURNIER

Wie jedes Jahr treffen sich Boccia-Fans, ob Anfänger oder Profis, zu einem fröhlichen und spannenden Boccia-Turnier. Natürlich ist auch für Kaffee & Kuchen gesorgt.

Datum / Zeit	19. August / 13.30 – 16.30 Uhr
Ort	Bocciabahn St. Moritz-Bad, neben Minigolfanlage
Infos	Pfarrei St. Mauritius +41 81 837 51 10, info@pfarrei-stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

TAGESAUSFLUG

Wie jedes Jahr findet im Herbst der legendäre Tagesausflug mit Susi Wiprächtiger statt.

Datum	1. Oktober
Treffpunkt / Zeit	gemäss separater Ausschreibung in den Flyern, die ab August in den Kirchen aufliegen
Infos	Marie-Ursula Kind, reformierte Pfarrerin St. Moritz +41 81 834 47 10, marie-ursula.kind@refurmo.ch
Anmeldung & Kosten	Gemäss separater Ausschreibung

SPIELNACHMITTAG

Fröhliches Miteinander bei einem Jass und verschiedenen Gesellschaftsspielen mit Kaffee und Kuchen.

Datum / Zeit	21. Oktober / 14.15 – 16.15 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Bistro, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Pfarrei St. Mauritius +41 81 837 51 10, info@pfarrei-stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

LOTTO-NACHMITTAG

Das beliebte Gesellschaftsspiel macht immer wieder Spass. Dazu werden Kaffee & Kuchen serviert.

Datum / Zeit	18. November / 14.15 – 16.15 Uhr
Ort	Katholische Kirche, St. Moritz-Dorf, Pfarrsaal
Infos	Pfarrei St. Mauritius +41 81 837 51 10, info@pfarrei-stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine

REFERAT: «SICHERHEIT IM ALTER» MIT DER KAPO GR

Adj Uof Marcel Trinkler, Chef Fachstelle Prävention der Kantonspolizei GR, gibt wertvolle Verhaltenstipps zur Kriminalprävention (Einbruch, Diebstahl, Enkeltrick) – u.a. auch wie das Risiko, Opfer zu werden, verkleinert werden kann.

Datum / Zeit	16. Juni, 14.30 – ca. 16.30 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Bistro, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, +41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

WORKSHOP: ONLINE-BETRUG ERKENNEN

Organisiert in Zusammenarbeit mit der Lernloft Engadin und der Graubündner Kantonalbank

In diesem Workshop wird erlernt, wie man sich sicher im Internet bewegt – inkl. sicherem Umgang mit TWINT. Es wird gezeigt, wie verschlüsselte Verbindungen genutzt, wie App-Berechtigungen richtig eingestellt werden und man seine Privatsphäre schützt. Wie können Spam und Phishing erkannt sowie Geräte und Daten gesichert werden. Auch starke Passwörter und deren sichere Verwaltung sind Teil des Workshops. Alles praxisnah erklärt und mit Zeit zum Üben, damit man sich im Alltag einfach und sicher digital bewegt. Die Lernenden des Informatik Ausbildungszentrum Engadin helfen bei den praktischen Übungen mit.

Datum / Zeit	14. Juli, 15.00 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, +41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

WORKSHOP: FAHRPLAN LESEN, BILLETTE LÖSEN ETC. MIT RHB UND ENGADIN BUS

Organisiert in Zusammenarbeit mit der Lernloft Engadin, RhB und Engadin Bus

Wie können Billette mit dem Smartphone gekauft werden? Wie kann man Sparangebote nutzen? In diesem Workshop erlernt man, wie die SBB Mobile-App funktioniert und wie man Reisen plant bzw. Billette einfach löst – sowie, was am Venda-Automaten möglich ist. Nach einer kurzen Einführung durch RhB und Engadin Bus kann man direkt üben – mit dem eigenen Smartphone oder vor Ort am Automaten. Die Studentinnen und Studenten der Academia und Lyceum Alpinum helfen. Alle Inhalte werden praxisnah und verständlich vermittelt.

Datum / Zeit	24. November, 16.15 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, +41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

DIGITALCAFÉ, HILFE MIT DER DIGITALEN WELT

Damit sich auch ältere Leute in einer zunehmend digitalen Welt zurechtfinden, wird in Zusammenarbeit mit den versierten Studentinnen und Studenten des Lyceum Alpinums Zuoz und der Academia Engiadina Samedan regelmässig ein „Digital-Café“ organisiert. Diese Schülerinnen und Schüler helfen bei Problemen mit Computer, Mobiltelefon, Laptop und Tablet. Kommen Sie mit Fragen und Ihren elektronischen Geräten einfach vorbei!

Datum / Zeit	25.08. / 29.09. / 27.10., 16.15 – ca. 17.30 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Bistro, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, +41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

BOCCIA-PLAUSCH

Viel Spass versprechen die Boccia-Nachmittage. Alle sind herzlich willkommen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Datum / Zeit	Jeden Mittwoch bis ca. Mitte Oktober, 14.00 Uhr
Treffpunkt	Bocciabahn, St. Moritz-Bad (bei der Minigolfanlage)
Infos	Béatrice Trappmeier, Tel.+41 79 308 34 82
Anmeldung & Kosten	Keine

SENIOREN-ZMITTAG

In den folgenden St. Moritzer Hotels/Restaurants wird Seniorinnen und Senioren ein köstliches Dreigangmenü serviert. Die perfekte, gesellige Runde zum gemütlichen Zusammensein, Kontakte pflegen und herzlich lachen.

Datum / Zeit	jeden Mittwoch, 12.00 – 14.00 Uhr
Juni	Restaurant Hanselmann
Juli	Ricardo's Restaurant
August	Hotel Corvatsch
September	Hotel Bären
Oktober	Restaurant Veltliner Keller
November	Restaurant Waldhaus am See
Menüpreis	CHF 20.00 pro Person, exkl. Getränke, keine Anmeldung

SPRACHEN- & HANDARBEITSCAFÉ

Hier werden Gesellschaft und Freundschaften gepflegt. Sprachkenntnisse können aufgefrischt werden – ob man in der Muttersprache sprechen oder eine neue Fremdsprache üben möchte. Wer will, kann dabei stricken, häkeln oder sticken und miteinander «Fachsimpeln». Die Handarbeitsutensilien bringen alle selbst mit. Dieses Angebot richtet sich nicht ausschliesslich an Senioren.

Datum	Jeden Montag vom 15. Juni bis 21. September
Zeit	14.00 – 16.00 Uhr
Ort	Alterszentrum Du Lac, Bistro, Via Giovanni Segantini 4A, St. Moritz-Bad
Infos	Seraina Bolt, +41 81 833 67 51, serabolt@gmail.com
Anmeldung & Kosten	Keine, Konsumation auf eigene Kosten

AKTIVES TURNEN FÜR FRAUEN

Wer Freude an Gymnastik hat, gerne eine gute Koordination behält und fit bleiben möchte, ist hier genau richtig. Übungen für den ganzen Körper, die letzten 15 Minuten folgen Dehnübungen. Dieses Angebot richtet sich nicht ausschliesslich an Seniorinnen.

Datum / Zeit	jeden Montag ab 08.06., während Schule, 08.00 – 09.15 Uhr
Treffpunkt	Turnhalle, Altes Schulhaus, Piazza da Scoula 14, St. Moritz-Dorf
Outfit	Gymnastik- oder Trainingsanzug
Kursleitung, Infos & Anm.	Renate Fürst, +41 79 543 48 01
Kosten	CHF 5.00 pro Person

GYMNASTIK, SPIEL & SPASS (FÜR ÄLTERE SENIOREN)

Gemütliches Zusammensein mit einfacher Gymnastik, Spielen und Singen. Zum Lachen werden ein paar gute Witze erzählt. Im Anschluss Kaffee & Kuchen in einem umliegenden Restaurant.

Datum / Zeit	jeden Dienstag, ganzjährig, 14.30 – 15.30 Uhr
Ort	Seniorenresidenz Chalavus, Via dal Bagn, St. Moritz
Outfit	Bequeme Kleidung
Kursleitung	Daniela Leoni, Viviane Ferrari
Infos & Anmeldung	Daniela Leoni, +41 78 852 71 14
Kosten	CHF 100.00 pro Person für das ganze Jahr, exkl. Kaffee & Kuchen

YOGA

Yoga für alle, die dem Körper etwas Gutes tun möchten.

Datum / Zeit	jeden Mittwoch, ganzjährig, 09.45 – 11.00 Uhr ausser vom 06. Juli – 18. August
Ort	Kath. Pfarrsaal, Katholische Pfarrei St. Mauritius, Via Maistra 43
Outfit	Bequeme Kleidung
Kursleitung, Infos & Anm.	Flavia Crameri, +41 78 679 20 77
Kosten	CHF 15.00 pro Lektion

BEGLEITETE WANDERUNGEN

Alle Wanderfreudigen sind herzlich eingeladen. Es handelt sich um leichte Touren und Wanderungen für Frau und Mann mit normaler Kondition bzw. Ausdauer. Je nach Wetter wird kurzfristig die geplante Tour angepasst oder verschoben. Die Ausschreibung mit Details finden Sie in der Datenübersicht auf den Seiten 16 - 20.

Daten	11. 06. / 18.06. / 25.06. / 02.07. / 16.07. / 30.07. / 13.08. / 27.08. / 03.09. / 10. – 11.09. / 24.09. / 08.10. / 22.10.
Treffpunkt / Zeit	Siehe Seiten 16 - 20
Ausrüstung	Sportliche Kleidung, gutes Schuhwerk, Sonnenschutz, Wasser oder Tee, Mittagsverpflegung (aus dem Rucksack oder je nach Programm im Restaurant)
Bemerkung	Hunde können leider nicht teilnehmen
Infos & Anmeldung	bis Montag, 12.00 Uhr, Guido Locher, +41 79 776 67 29, locher.guido@bluewin.ch
Kosten	CHF 12.00 pro Person, exkl. Transportkosten und Mittagessen, bei mind. 10 Personen wird ein Kollektivbahnticket organisiert.

HEITERES & BESINNLICHES

Geschichten aus dem Leben und über das Leben lauschen, humorvoll serviert und mit einer Prise Nachdenklichkeit gewürzt. Ein Angebot, das zu einer kleinen Erfrischung im Alltag beiträgt. Arno Wyss aus Champfèr, liest seinen neuen Roman «Hans im Glück» vor. Tatjana Hagen aus St. Moritz erzählt märchenhafte Geschichten aus dem Engadin.

Datum / Zeit	18. September / 14.30 – 15.30 Uhr mit Arno Wyss* 13. November / 14.30 – 15.30 Uhr mit Tatjana Hagen*
Ort	*Alterszentrum Mehrzweckraum Du Lac, St. Moritz **Dokumentationsbibliothek, Piazza da Scoula 14, St. Moritz
Kosten	Freier Eintritt

ZEITZEUGEN – DIE DOKUMENTATIONSBIBLIOTHEK HÖRT ZU

Die Dokumentationsbibliothek hört zu: Es werden spannende Erinnerungen zu Leuten und Tal gesammelt, bewahrt und archiviert. Teilen Sie Ihr Wissen und erzählen Sie bei Tee und Guetzli von früher.

Datum / Zeit	13. Juli, 09.30 - 11.00 Uhr 12. Oktober, 09.30 – 11.00 Uhr
Ort	Dokumentationsbibliothek, Piazza da Scoula 14, St. Moritz-Dorf
Infos & Anmeldung	Dokumentationsbibliothek, +41 81 834 40 02 lisa.degiacomini@stmoritz.ch
Kosten	Freier Eintritt, Tee und Guetzli offeriert

DISCO 60+

Ohrwürmer aus den 60ern, 70ern und 80ern, Discolicht und eine begeisternde Stimmung. Jugendtreff St. Moritz tauchen Menschen ab 60 noch einmal in die Atmosphäre der wilden Disconächte ein und lassen zu alten Hits noch einmal ihre Jugendzeit aufleben.

Datum / Zeit	21.06. / 25.10., 17.00 - 21.00 Uhr
Ort	Jugendtreff, Via da Scoula 6, St. Moritz-Dorf, unterhalb Schulhaus Grevas
Kosten	CHF 12.00 pro Person

TANZVERGNÜGEN MIT LINE DANCE

Line Dance liegt im Trend, weil kein Tanzpartner erforderlich ist. Die Bewegungen zur Musik aktivieren Körper, Körper, Geist und Seele. Sie stärken Gedächtnis und Gleichgewicht bzw. schenken Wohlbefinden. In der Pause gibt es Erholung bei Kaffee & Kuchen und die Gemeinschaft wird genossen.

Daten	Mittwochs, alle zwei Wochen, 14.00 – 16.00 Uhr 24.06.** / 08.07.* / 22.07.* / 19.08.** / 02.09.** / 16.09.** Weitere Daten und Infos auf www.aktiv-ab-60.ch
Ort	* Hotel Laudinella, St. Moritz-Bad ** Schulhaus Grevas, Aula, St. Moritz
Infos / Kursleitung & Anmeldung	Hans-Jürg Wyss, +41 79 895 03 92, hj.wyss@gmail.com
Bemerkung	Ein- und Ausstieg jederzeit möglich
Kosten	CHF 15.00 pro Person, inkl. Kaffee & Kuchen

SCHWIMMEN & AQUA FITNESS

Abwechslungsreiches Schwimmtraining und Wassergymnastik, speziell für Aktive ab 60.

Datum / Zeit	Jeden Montag, 09.00 – 10.00 Uhr
Ort	Ovaverva-Hallenbad, Via Mezdi 17, St. Moritz-Bad
Kursleitung	Matteo Arioli, Maya Klopstein, Andrea Mutschler-Kunz, Monika Rade, Eva Kubbutat
Bemerkung	Die Teilnehmenden müssen ein wenig schwimmen können
Infos & Anmeldung	Andrea Mutschler, +41 79 602 11 88, abmutschler@bluewin.ch
Kosten	CHF 5.00 pro Person, exkl. Eintritt ins Hallenbad

WEITERE ANGEBOTE

INSEMBEL

Die Koordinationsstelle des Vereins «insembel» vermittelt freiwillig engagierte Ein- und Zweitheimische an Organisationen und Privathaushalte, die Freiwillige einsetzen wollen. Jeder kann mit seinen Talenten seine Mitmenschen unterstützen - oder können Sie selbst eine unterstützende Hand brauchen? Freiwilligenarbeit ist wertvoll für die Gesellschaft und nicht wegzudenken für ein solidarisch verknüpftes Oberengadin. Der Auftrag von «insembel» ist, die Freiwilligenarbeit im Oberengadin zu stärken und sie in der Öffentlichkeit sichtbar zu machen.

Informationen

Insembel Engadin, c/o Pro Senectute, Samedan
+41 79 193 43 00, info@insembel-engadin.ch,
www.insembel-engadin.ch

TAUSCHERIA

Die «Tauscheria» ist ein Verein, der eine Plattform für den Zeit-Tausch-Handel bietet. Dienstleistungen werden mit Zeit anstelle mit Geld verrechnet. Jede Tätigkeit ist gleichwertig. Sie bieten Ihre Dienste an und profitieren von denjenigen anderer. So entsteht ein grossartiges Tauschnetz. Dieses verbindet Generationen, Dörfer und das Engadin untereinander. So trägt die «Tauscheria» zu neuen, unkomplizierten Kontakten bei und stärkt die regionale Gemeinschaft. Ob Hund ausführen, Kochen, Hilfe bei Computer bzw. Handyproblemen, Gartenarbeit, Schnee schaufeln, einkaufen oder gemeinsam spazieren gehen. Diese und weitere Dienste können über die «Tauscheria» bezogen oder angeboten werden. Mitmachen können alle, die Zeit haben und aktiv tauschen wollen/können sowie alle, die Freude an sozialen Kontakten haben und deren Solidarität unter Generationen ein Anliegen ist.

Informationen

Regina Cortesi +41 81 852 51 90
Brigitte Davey +41 81 842 01 94
info@tauscheria.ch, www.tauscheria.ch

NOTFALL-TEAM & NACHBARSCHAFTSHILFE ST. MORITZ-DORF UND ST. MORITZ-BAD

Der Seniorenbeirat St. Moritz möchte zwei Notrufgruppen ins Leben rufen – eine im Dorf und eine im Bad. Ziel ist es, ein starkes Netzwerk der Nachbarschaftshilfe aufzubauen, auf das man sich im Alltag verlassen kann. Gesucht werden engagierte Menschen, die bereit sind, im Bedarfsfall für andere da zu sein. Dafür sind keine medizinischen Kenntnisse und keine Erste-Hilfe-Ausbildung erforderlich – es geht vor allem um Aufmerksamkeit, Hilfsbereitschaft und Menschlichkeit. Gemeinsam möchten wir ein „Mitmenschliches St. Moritz“ gestalten, in dem niemand allein gelassen wird.

Die Liste wird laufend ergänzt. Neue Helferinnen und Helfer sind jederzeit herzlich willkommen. Voraussetzung für eine Aufnahme ist ein fester Wohnsitz in St. Moritz. Es handelt sich um einen Voluntary-Dienst und somit um eine freiwillige Tätigkeit ohne Entschädigung.

Sobald sich genügend Interessierte gemeldet haben, laden wir zu einer unverbindlichen Informationsveranstaltung ein. Haben Sie Interesse, Teil dieses Netzwerks zu werden?

Infos & Anmeldung

Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, Kanzlei,
Via Maistra 12, 7500 St. Moritz,
+41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch

ANLAUFSTELLE ALTER

In der Gemeinde St. Moritz steht zu den üblichen Schalterzeiten oder auf Wunsch nach Terminvereinbarung eine Anlaufstelle für Altersfragen zur Verfügung. Diese dient als zentrale Kontaktstelle für Anliegen rund ums Älterwerden und bietet Unterstützung sowie Auskünfte zu verschiedenen Themen. Die zuständige Ansprechperson ist:

Nicole Buess, Gemeinde St. Moritz, Kanzlei,
Via Maistra 12, 7500 St. Moritz,
+41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch

DATEN AUF EINEN BLICK (regelmässige Veranstaltungen)

Datum	Zeit	Programm	S.
Montag, ohne Ferienzeit	08.00 – 09.15	Aktives Turnen für Frauen	10
Jeden Montag	09.00 – 10.00	Schwimmen & Aqua Fitness	12
Jeden Montag, 15.6.-21.9.	14.00 – 16.00	Sprachen- und Handarbeitscafé	9
Jeden Dienstag	14.30 – 15.30	Gymnastik, Spiel & Spass	10
Jeden Mittwoch	09:45 - 11:00	Yoga	11
Jeden Mittwoch	12.00 – 14.00	Senioren-Zmittag	9
Jeden Mittwoch	14.00 – 16.00	Bocciaplausch	8
Jeden 2. Mittwoch	14.00 – 16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance	13
Donnerstag alle 2 Wochen	verschieden	Begleitete Wanderungen	11
Jeden 1. Do/Monat	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche	3
jeden letzten Fr/Monat	14.00 – 16.00	Jassen & Spielen	4

JUNI

Mi	03. Juni	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do	04. Juni	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche Katholischen Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	3
Do	11. Juni	08.15	Wanderung «Pachific» (3 Std.) Salouf – Del – Mon - Stierva Bahnhof Samedan, Leitung Guido	11
Di	16. Juni	12.00-13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Di	16. Juni	14.30 – 16.30	Referat «Sicherheit im Alter» mit der KAPO GR Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, St. Moritz-Bad	6
Do	18. Juni	07.15	Wanderung Alp Muetta (4 Std.) Bergün Chaunts – Alp la Muetta – Darlux - Bergün Bahnhof Samedan, Leitung Susi	11
So	21. Juni	17.00 – 21.00	Disco 60+ mit DJ Gianni Bianco, 60ies / 70ies / 80ies Jugendtreff St. Moritz, Via Scoula 6	13
Mi	24. Juni	14.00-16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Schulhaus Grevas, Aula, St. Moritz	13
Mi	25. Juni	07.58	Wanderung Furna: Rundwanderung um Wannaspitz und Fadeur (4 Std.) Bahnhof Samdan, Leitung Albert & Susan	11

Datum	Zeit	Programm	S.
Fr 26. Juni	14.00-16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4
JULI			
Mi 01. Juli	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do 02. Juli	08.47	Wanderung Tschervahütte SAC (5.5 Std.) Pontresina - Val Roseg – Tschervahütte, Variante auch mit Fahrrad oder Pferdeomnibus Bahnhof Samedan, Leitung Susan und Susi	11
Do 02. Juli	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche Katholischen Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	3
Mi 08. Juli	14.00 – 16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Hotel Laudinella, St. Moritz-Bad	13
Mo 13. Juli	09.30 – 11.00	Zeitzeugen: Die Dokumentationsbibliothek hört zu Dokumentationsbibliothek, St. Moritz-Dorf	12
Di 14. Juli	15.00	Online-Betrug erkennen mit Graubündner Kantonalbank Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, St. Moritz-Bad	7
Do 16. Juli	08.16	Wanderung "Pachific" (3.5 Std.) Ftan – Alp Laret – Plan Mundanaira – Prasüras – Ftan, Sesselbahn Ftan-Pruì möglich Bahnhof Samedan, Leitung Albert & Susan	11
Di 21. Juli	12.00-13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Mi 22. Juli	14.00-16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Hotel Laudinella, St. Moritz-Bad	13
Do 30. Juli	07.16	Wanderung Alp Zeznina (5 Std.) Zerneß – Macunseen – Alp Zenina – Lavin, Bus ab Zerneß und Alp Zeznina CHF 40.00 Bahnhof Samedan, Leitung Susan & Guido	11
Fr 31. Juli	14.00-16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4

AUGUST

Mi 05. August	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do 06. August	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche Katholischen Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	3

Datum	Zeit	Programm	S.
Do 13. August		Wanderung «Pachific» (3.5 Std.) Muntern – Wallfahrtsort Ziteil – Cre digl La, Bus ab Savognin und retour Cre digl Lai Bahnhof Samedan, Leitung Susan & Albert	11
	08.15		
Di 18. August	12.00-13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Mi 19. August	13.30 – 16.30	Boccia-Turnier Bocciabahn St. Moritz-Bad, neben Minigolfanlage	5
Mi 19. August	14.00-16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Schulhaus Grevas, St. Moritz	13
Di 25. August	16.15 – 17.30	Digitalcafé, Hilfe mit der digitalen Welt Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	8
Do 27. August		Wanderung Grialetschhütte SAC (4 Std.) Flüelapass – Grialetschhütte – Dürrboden – Davos ab Dürrboden mit Postauto Bahnhof Samedan, Leitung Susan & Guido	11
	08.16		
Do 28. August	14.00-16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4

SEPTEMBER

Mi 02. September	14.00 – 16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Schulhaus Grevas, Aula, St. Moritz	13
Mi 02. September	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do 03. September		Wanderung Muttner Alp (ca. 4 Std.) Obermutten – Muttner Alp – Muttner Hora - Obermutten Bahnhof St. Moritz, mit Privatautos nach Obermutten Leitung: Albert	11
	09.30		
Do 03. September	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche Katholische Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	3
Mi 10. September bis Do 11. September	07:18	Wanderung/Zweitagestour Juf (je ca. 5 Std.) Bivio/Maloja – Septimerpass – Juf / Valettapass - Bivio Bahnhof St. Moritz, Leitung: Susan & Guido Hotel Alpenrose CHF 100.00 inkl. HP Anmeldung bis 20.08.	11
Di 15. September	12.00-13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Mi 16. September	14.00-16.00	Tanzvergnügen mit Line Dance Schulhaus Grevas, Aula, St. Moritz-Dorf	13

Datum	Zeit	Programm	S.
Fr 18. September	14.30 - 15.30	Heiteres und Besinnliches Arno Wyss liest seinen Roman «Hans im Glück» vor Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, St. Moritz-Bad	12
Do 24. September	07.15	Wanderung Prader Alp (5 Std.) Parpan – Oberberg/Prader Alp – Furgglis - Tschierschen Bahnhof Samedan, Leitung: Susan & Guido	11
Fr 25. September	14.00-16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4

OKTOBER

Do 01. Oktober		Tagesausflug Ein erlebnisreicher Ausflug mit Susi Wiprächtiger Anmeldung bis Ende August	5
Mi 07. Oktober	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do 08. Oktober	09.15	Wanderung «Pachific» (3 Std.) La Punt – Resgia – Prasüras – S-chanf Bahnhof Bahnhof Samedan, Leitung Guido & Susan	11
Mo 12. Oktober	09.30 – 11.00	Zeitzeugen:Die Dokumentationsbibliothek hört zu Dokumentationsbibliothek, St. Moritz-Dorf	12
Di 13. Oktober	12.00 - 13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Mi 21. Oktober	14.15 – 16.15	Spielnachmittag Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	5
Do 22. Oktober	07.16	Wanderung «Pachific» (2.5 Std.) Taufers – Laatsch – Glurns mit gemeinsamem Mittagessen Bahnhof Samedan, Leitung Guido, Susi, Susan, Albert	11
So 25. Oktober	17.00 – 21.00	Disco 60+ mit DJ Gianni Bianco, 60ies / 70ies / 80ies Jugendtreff St. Moritz, Via Scoula 6	13
Di 27. Oktober	16.15 – 17.30	Digitalcafé, Hilfe mit der digitalen Welt Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	8
Fr 30. Oktober	14.00 – 16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4

Datum	Zeit	Programm	S.
NOVEMBER			
Mi 04. November	16.00 – 16.30	Gebet um den Frieden in der Welt Kapelle Regina Pacis, St. Moritz-Suvretta	4
Do 05. November	14.15 – 16.15	Film ab in der Kirche Katholischen Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	3
Di 10. November	12.00-13.30	Mittagszyt Reformierte Dorfkirche, St. Moritz	3
Fr 13. November	14.30 – 15.30	Heiteres und Besinnliches mit Tatjana Hagen Dokumentationsbibliothek, St. Moritz-Dorf	12
Mi 18. November	14.15 – 16.15	Lotto-Nachmittag Katholischen Kirche, Pfarrsaal, St. Moritz-Dorf	6
Di 24. November	16.15	Fahrplanlesen/Ticket lösen etc. mit RhB und Engadin Bus Alterszentrum Du Lac, Mehrzweckraum, St. Moritz-Bad	7
Di 27. November	14.00 – 16.00	Jassen & Spielen Alterszentrum Du Lac, Bistro, St. Moritz-Bad	4



www.aktiv-ab-60.ch

Herausgegeben von

Gemeinde St. Moritz, Via Maistra 12, 7500 St. Moritz
+41 81 836 30 03, nicole.buess@stmoritz.ch
www.gemeinde-stmoritz.ch