



60+ aktiv und informiert

be
activ

be
happy

be
healthy



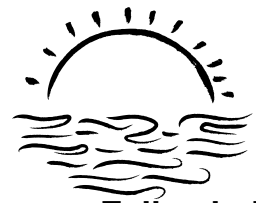
Spannende Veranstaltungen mit
Fachpersonen der Pro Senectute für
Generationenentdecker:innen 60+
in der Region Oberaargau

In Zusammenarbeit unter anderem mit (nach ABC)



reformierte
kirche niederbipp





Bewegtes Gehirntraining

20.01.2025, 14.00 - 16.30, inkl. Zvieri

röm.-kath. Kirche Niederbipp, Hintergasse 38

Wie wirkt Bewegung auf unser Gehirn? Und wie kann ich meine grauen Zellen beim Sport auf Touren bringen? Lasst euch von einer Brain Gym-Expertin mit praktischen Übungen inspirieren!

Sicher im Alltag

03.03.2025, 14.00 - 16.30, inkl. Zvieri

röm.-kath. Kirche Wangen a. A., Beundenstrasse 13

Betrugsmaschen am Telefon oder im echten Leben? Keine Panik! Mit Tipps von der Polizei und einem kleinen Input zur körperlichen und geistigen Gesundheit seid ihr bestens gewappnet!

Essen und Trinken mit Genuss

16.06.2025, 09.00 - 14.00, inkl. Mittagessen

röm.-kath. Kirche Huttwil, Südstrasse 5

Hier dreht sich alles um Ernährung im Alter. Holt euch die besten Tipps, um alleine oder mit anderen gesund schlemmen zu können!

Hören - ein Tor zur Aussenwelt

18.08.2025, 09.00 - 14.00, inkl. Mittagessen

röm.-kath. Kirche Roggwil, Bahnhofstrasse 73

Warum hören wir? Und wie verändert sich unser Gehör im Alter? Erfahrt alles über Hörprobleme und die besten Hilfsmittel, um weiterhin alles mitzukriegen!

Wenn die dunklen Tage auf die Stimmung drücken

21.10.2025, 14.00 - 16.30, inkl. Apéro

Sonnensaal Herzogenbuchsee, Zürichstrasse 12

Licht und Bewegung – die Geheimwaffen gegen winterliche Stimmungstiefs!

Bei dieser Veranstaltung ist keine Anmeldung erforderlich. Bitte die öffentlichen Parkplätze benutzen, z. B. Brauiplatz oder Viehmarktplatz.

Das leise Lächeln wiederfinden

20.11.2025, 14.00 - 16.30, inkl. Zvieri

röm.-kath. Kirchgemeindehaus Langenthal, Hasenmattstrasse 36

Entdeckt euren Humor neu, auch wenn das Leben mal stürmisch ist! So bringt ihr wieder mehr Leichtigkeit in den Alltag und vielleicht sogar eine Brücke zu anderen Menschen!



Anmeldung bis 7 Tage vor dem jeweiligen Anlass bei Beatrice Meyer,

Tel. 062 922 66 49, Mail beatrice.meyer@kathlangenthal.ch.

Fahrdienst bei Anmeldung anfragen - wir helfen Ihnen gerne.

Die Veranstaltungen sind kostenlos. Begleitperson darf gerne mitkommen.