

# Events.

März & April 2025

Residenz Spingarten



# Musikalische Unterhaltung

## **ÖRGELER VOM ROSSACKER**

Immer am ersten Sonntag im März engagieren sich zahlreiche Musiker zum Tag der Kranken. Die Örgeler vom Rossacker, René & Tiziana Höhn, beteiligen sich an diesem Aktionstag in Form einer volksmusikalisch unterhaltsamen Darbietung für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Sie können sich auf einen stimmungsvollen Nachmittag freuen!

Zum Anlass sind externe Gäste gerne willkommen.

**Sonntag, 2. März, ab 14.30 Uhr**  
**Gartensaal**



# Gottesdienst

Der methodistische Gottesdienst wird von Andy Schindler geleitet. Musikalisch wird dieser Anlass von Pamela Schefer am Flügel begleitet.

**Dienstag, 4. März, 16.00 Uhr**  
**Gartensaal**

# Gedächtnistraining

Wie heisst der Herr nochmals von der Reception? Wo sind nun wieder die Schlüssel und das Portemonnaie? Helfen Sie mit verschiedenen Gedächtnisübungen Ihrem Erinnerungsvermögen auf die Sprünge. Irene Bissegger unterstützt Sie dabei, mental fit zu bleiben. Ein Anlass für unsere Bewohner der Residenz.

**Mittwoch, 5./19. März, 8.45 Uhr**  
**Gartensaal**



# Vegane Kulinarik

Verwöhnen Sie Ihren Gaumen jeden Mittwoch im März im Residenz Restaurant mit einem besonderen Hauptgang:

**Auberginen-Steak** | Teriyaki-Lack | Mönchspfeffer  
Süsskartoffelpüree | Wild-Broccoli

Preis CHF 31 (2 Gänge), CHF 40 (3 Gänge).

Tischreservation im Residenz Restaurant erforderlich unter Tel. 058 268 22 10.

**Mittwochmittag, 5./12./19./26. März**  
**Residenz Restaurant**



# Open Gym

Beratung: Sereina Lanz, eidg. dipl. Physiotherapeutin

Wie bediene ich die Geräte im Fitnessraum genau?

Welche Geräte sind für mich geeignet?

Welche Übungen kann ich auch zu Hause machen?

Nutzen Sie die Gelegenheit einer professionellen Beratung zur Nutzung unseres Gymnastikraums.

Ein Angebot für die Bewohner der Residenz.

**Mittwoch, 5./26. März, 17.00 - 18.00 Uhr**  
**Gymnastikraum**

Vereinbaren Sie bei dieser Gelegenheit direkt eine persönliche physiotherapeutische Sprechstunde mit Sereina Lanz zur Anamnese, Untersuchung und eine persönlichen Einweisung in individuelle Trainings.



# Gymnastik

## **FIT IN DEN TAG!**

Unser Körper ist darauf angelegt, sich zu bewegen. Ein ausreichendes Mass an Bewegung erfrischt den Körper und Geist. Niveau I um 8.30 Uhr und Niveau II um 9.20 Uhr

**Donnerstag, 6./13./20./27. März**  
**Gartensaal**

# Herrenabend

Lassen Sie den Abend in geselliger Runde bei einem klassischen, aromatischen Siedfleischsalat & frischem Brot ausklingen. Preis CHF 18.-, exkl. Getränke.

Ein Abend für unsere Herren der Residenz.

**Donnerstag, 6. März, 17.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Vortrag

## **NEW ORLEANS, FLORIDA & BELIZE**

Referent: Georg Rich

Unsere Reise führt nach New Orleans und Florida, USA, sowie nach Belize, dem einzigen englischsprachigen Land Zentralamerikas. Wir besuchen die Altstadt von New Orleans mit seiner multikulturellen Vergangenheit sowie einen Naturpark in Nordflorida. Dann folgt Miami Beach, der Weltraumbahnhof Cape Canaveral, Disney World und der Everglades Nationalpark. In Belize besuchen wir einen Naturpark, einen noch weitgehend unberührten tropischen Regenwald, eine Siedlung von Mennoniten und das zweitgrösste Korallenriff der Welt. Ebenfalls faszinierend sind die Ruinen der Mayas, deren Kultur vom 3. bis 10. Jhd. seinen Höhepunkt erreichte. Wir tauchen auf einem Ausflug nach Tikal im benachbarten Guatemala wiederum in die Maya Kultur ein. Beim Besuch eines Maya Bauern erfahren wir etwas über den Anbau und die Verarbeitung von Kakao.

Externe Gäste sind gerne willkommen.

**Freitag, 7. März, 15.00 Uhr**  
**Gartensaal**

Unser Apéro-Angebot im Anschluss bis 17.00 Uhr:  
Zweierlei Crostini & 1 dl Obrecht Rosé für CHF 18.-



# Apéro

## **INTERNATIONALER FRAUENTAG**

Dieser Tag ist unseren Damen gewidmet. Heute stehen Sie im Mittelpunkt. Im Cheminée Zimmer findet ein kleiner Aperitif für und mit Frauen statt. Freuen Sie sich auf eine kulinarische Überraschung.

Sie, liebe Herren, dürfen heute zu Hause bleiben.

Keine Anmeldung erforderlich.

Ein Anlass für die Damen der Residenz.

**Samstag, 8. März, 16.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Mobiler Zahnarzt

Die Zahnarzt Kreis 4 AG kommt in den Spirgarten für die Kontrolle, Untersuchung und Reinigung Ihrer Zähne, sowie für eine individuelle Beratung. Sie hilft Ihnen bei Karies und ist die Anlaufstelle bei Problemen mit Prothesen.

Anmeldung bis am 3. März 2025 an der Réception erforderlich. Die Anzahl ist beschränkt!

Eine Dienstleistung für die Bewohner der Residenz.

**Montag, 10. März, 9.00 - 12.00 Uhr**  
**Behandlung im Pflegebad, 5. OG**



# Lesung

## **GESCHICHTEN AUS DER SCHWEIZ**

Das Team der Pestalozzi Bibliothek Zürich-Altstetten am Lindenplatz liest aktuelle, wiederentdeckte und beliebte Kurzgeschichten von Schweizer Autorinnen und Autoren in gemütlicher Atmosphäre vor.

Lassen Sie sich diese unterhaltsame Vorlesung nicht entgehen!

Auch externe Gäste sind gerne willkommen.

**Dienstag, 11. März, 15.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Yoga auf dem Stuhl

Durch eine Kombination aus sanfter Dehnung, Kräftigung und Entspannung wird der Körper beweglicher, Muskeln werden gestärkt und Verspannungen gelöst.

Wie gewohnt führt Manon unsere Bewohner der Residenz professionell durch die Yogastunde.

**Mittwoch, 12./26. März, 9.00 Uhr**  
**Gartensaal**



# Frühjahrskonzert

## GRANDCELLIDUO

Erleben Sie ein unvergessliches Konzert und lassen Sie sich von den beiden Cellisten, Anastasiia Monasy-pova und Vasily Bystrov, in eine Welt entführen, in der sich vertraute Klänge der klassischen Musik mit frechen und leichten Jazz-Elementen vermischen.

Externe Gäste sind gerne willkommen.

**Dienstag, 18. März, 15.30 Uhr**  
**Gartensaal**

Zum Auftakt laden wir unsere Bewohner zum Apéro ein. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Austausch mit unserer neuen Leiterin Hotellerie, Denise Weber, und unserem Küchenchef, Remo Bischoff.

**Dienstag, 18. März, 14.30 Uhr**  
**Foyer**

Apéro-Angebot für externe Besucher:

Onsen-Ei im Glas | Hollandaise | Trüffel | Blattspinat CHF 15.-



# Apéro

## JOSEFSTAG

Man könnte sagen, das Pendant zum internationalen Frauentag war traditionellerweise der „Seppitag“. Jetzt sind Sie an der Reihe, liebe Herren! Freuen Sie sich auf eine kulinarische Überraschung.

Sie, liebe Damen, dürfen heute zu Hause bleiben.

Keine Anmeldung erforderlich.

Ein Anlass für die Herren der Residenz.

**Mittwoch, 19. März, 16.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**

# Bibelgespräch

Pfarrerin Muriel Koch, reformiert, leitet das Gespräch.

**Donnerstag, 20. März, 16.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Herrenabend

Liebe Herren, lassen Sie in frühlinghafter Atmosphäre und bei einem guten Tropfen die Sorgen des Alltags hinter sich. Ein Abend für die Herren der Residenz.

**Donnerstag, 20. März, 17.15 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**

# Bingo

Für CHF 1.- erwerben Sie eine Bingo-Karte und mit Glück sind Sie im Besitz eines attraktiven Preises. Der Erlös der Bingo-Karten wird gesammelt und Ende des Jahres spendet. Erleben sie eine spannende Stunde Spiel bei Kaffee und einer „süssen Überraschung“. Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

**Freitag, 21. März, 15.00 Uhr**  
**Gartensaal**



# Damenabend

Lassen Sie den Abend in geselliger Runde bei einem klassischen, aromatischen Siedfleischsalat mit Brot ausklingen. Preis CHF 18.-, exkl. Getränke.

Ein Abend für unsere Damen der Residenz.

**Donnerstag, 27. März, 17.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**

# Pianoklänge

**MUSIK LIEGT IN DER LUFT**

Geniessen Sie den Samstag mit Freunden und Familie. Wie könnte man den neuesten Klatsch und Tratsch besser austauschen als bei einem kleinen Apéro zu wundervoller Piano-Musik von Maria Gerter.

Zum Anlass sind externe Gäste gerne willkommen.

**Samstag, 29. März, 15.00 Uhr**  
**Foyer**

Unser Apéro-Angebot von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr:  
Zweierlei Crostini & 1 dl Obrecht Rosé für CHF 18.-

A close-up photograph of a hand pointing towards a row of white dice. The dice are arranged to spell out the word 'TRAIN'. The first die is oriented vertically, showing 'T' on top and 'B' on the front. The other four dice are oriented horizontally, showing 'R', 'A', 'I', and 'N' from left to right. The background is a soft, out-of-focus green.

**T  
B** **R** **A** **I** **N**

# Andacht

## **WORT-GOTTES-FEIER**

Die katholische Andacht wird von Joachim Schwarz geleitet. Musikalisch wird die Andacht von Pamela Schefer am Klavier begleitet.

**Dienstag, 1. April, 16.00 Uhr**  
**Gartensaal**

# Gedächtnistraining

## **FIT DURCH DENKEN!**

Mit den Jahren lässt die Leistungsfähigkeit des Gehirns nach. Doch Übungen können dem Erinnerungsvermögen wieder auf die Sprünge helfen. Das Gedächtnis ist also trainierbar. Aber wie? Irene Bissegger, Gedächtnistrainerin, gibt Ihnen Tipps für den Alltag.

**Mittwoch, 2./16. April, 8.45 Uhr**  
**Gartensaal**



# Vegetarische Kulinarik

Jeden Mittwoch im April erwartet Sie im Residenz Restaurant ein mediterraner Genuss als Hauptgang, wie in den Ferien in Italien:

**Peperonata** | Gazpacho-Salsa  
Burrata | Schnittlauchöl | Oliven

Preis CHF 31 (2 Gänge), CHF 40 (3 Gänge).

Tischreservation im Residenz Restaurant erforderlich unter Tel. 058 268 22 10.

**Mittwochmittag, 2./9./16./23./30. April**  
**Residenz Restaurant**



# Open Gym

Beratung: Sereina Lanz, eidg. dipl. Physiotherapeutin

Wie bediene ich die Geräte im Fitnessraum genau?

Welche Geräte sind für mich geeignet?

Welche Übungen kann ich auch zu Hause machen?

Nutzen Sie die Gelegenheit einer professionellen Beratung zur Nutzung unseres Gymnastikraums.

Ein Angebot für die Bewohner der Residenz.

**Mittwoch, 2. April, 17.00 - 18.00 Uhr**  
**Gymnastikraum**

Vereinbaren Sie bei dieser Gelegenheit direkt eine persönliche physiotherapeutische Sprechstunde mit Sereina Lanz zur Anamnese, Untersuchung und eine persönlichen Einweisung in individuelle Trainings.



# Gymnastik

Ein ausreichendes Mass an Bewegung erfrischt den Körper und Geist. Niveau I um 8.30 Uhr und Niveau II um 9.20 Uhr. Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

**Donnerstag, 3./10./17./24. April**  
**Gartensaal**

# Herrenabend

Freuen Sie sich, liebe Herren der Residenz, auf einen gemütlichen Abend mit Gleichgesinnten und geniessen Sie einen Klassiker aus der deutschen Küche:

Currywurst mit Pommes frites

Preis CHF 12.-, exkl. Getränke.

Ein Abend für unsere Herren der Residenz.

**Donnerstag, 3. April, 17.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Bingo

BINGO! ..ein Lotteriespiel, das insbesondere im Vereinigten Königreich, auf den Philippinen und in den USA sehr beliebt ist. Neben Glück sind auch Ihre Geduld, Aufmerksamkeit, Konzentration und Schnelligkeit gefragt. Auf den Gewinner wartet ein spannender Preis! Eine Bingo-Karte kostet CHF 1.00. Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

**Dienstag, 8. April, 15.00 Uhr**  
**Gartensaal**

# Yoga auf dem Stuhl

Durch eine Kombination aus sanfter Dehnung, Kräftigung und Entspannung wird der Körper beweglicher, Muskeln werden gestärkt und Verspannungen gelöst.

Wie gewohnt führt Manon unsere Bewohner der Residenz professionell durch die Yogastunde.

**Mittwoch, 9./23. April, 9.00 Uhr**  
**Gartensaal**



# Interessentenanlass

## **HERZLICH WILLKOMMEN**

Wir gewähren Ihnen, geschätzte Interessentinnen und Interessenten, einen vertieften Einblick in unsere Residenz.

Nach einer kurzen Präsentation und der darauffolgenden Hausbesichtigung sind wir gerne für persönliche Fragen zu Ihrer Anmeldung da.

Wir freuen uns über Ihre Empfehlung an Freunde, Bekannte und Verwandte!

**Freitag, 11. April, 16.00 Uhr**  
**Gartensaal**



# Nordic Walking

## **SPORTLICH**

Bewegung an der frischen Luft fördert Ihre Gesundheit und macht Spass. Sereina Lanz begleitet die Runde. Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

**Dienstag, 15./22./29. April, 9.00 Uhr**  
**Treffpunkt Foyer**

# Wochenspaziergang

Kommen Sie mit Eva Huber auf einen gemütlichen Spaziergang durchs Quartier.

Ein Anlass für alle Bewohner der Residenz.

**Dienstag, 15./22./29. April, 14.00 Uhr**  
**Treffpunkt Foyer**



# Osternest-Atelier

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und gestalten Sie Ihr persönliches Oster-Blumengesteck mit selbstverzierten Ostereiern!

Ihre Angehörigen, ob jung oder alt, sind herzlich zu diesem farbenfrohen Bastelnachmittag eingeladen!

Anmeldung bis spätestens Mittwoch, 9. April an der Réception erforderlich.

Ein Anlass für Bewohner der Residenz und deren Angehörige.

**Mittwoch, 16. April, 15.00 Uhr**  
**Gartensaal**



# Osterkonzert

## **STREICH-TRIO**

Violine: Anna Brunner | Viola: Izabela Markova | Violoncello: Sebastian Braun

Das Trio präsentiert uns heute ein buntes Repertoire zum Auftakt des Oster-Wochenendes. Lauschen Sie Werken von Ludwig van Beethoven, Joseph Haydn und Wolfgang Amadeus Mozart und verbringen Sie mit uns einen stimmungsvollen, musikalischen Nachmittag.

Externe Gäste sind gerne willkommen.

**Donnerstag, 17. April, 15.30 Uhr**  
**Gartensaal**

Unser Apéro-Angebot ab 14.30 Uhr:  
Portion Ceviche & 1 dl Schaumwein für CHF 14.-



# Ostersonntags-Menü

Gebeizte Forelle | Rhabarber vinaigrette

Grüner Grillspargel

Weisse Mandelcreme | Blüten

Bärlauchsuppe

Burrata | Tropfenpeperoni | Sauerteigbrot

Gefüllte Gizi-Schulter | Cremolata | Marsalajus

Weisse Tessiner Polenta

Frühlingsgemüse | Kräuterseitlinge | Dörrtomaten

Osterfladen | Pistazien-Eis | Birnen-Shot

Das Ostermenü ist für unsere Bewohner inbegriffen. Mit Voranmeldung bieten wir auch eine vegetarische Variante an. Tischreservation im Residenz Restaurant erforderlich, Tel. 058 268 22 10.

**Sonntagmittag, 20. April**  
**Residenz Restaurant, Gartensaal**

Preis für externe Gäste CHF 80.- | Kinder von 8 bis 16 Jahre CHF 40.- | Kinder unter 8 Jahren kostenlos.



# Damenabend

Freuen Sie sich, liebe Damen der Residenz, auf einen gemütlichen Abend mit Gleichgesinnten und genießen Sie einen Klassiker aus der deutschen Küche:

Currywurst mit Pommes frites.

Preis CHF 12.-, exkl. Getränke.

Ein Abend für unsere Damen der Residenz.

**Donnerstag, 24. April, 17.00 Uhr**  
**Cheminée Zimmer**



# Pianoklänge

## **MUSIK LIEGT IN DER LUFT**

Geniessen Sie den Samstag mit Freunden und Familie. Wie könnte man den neuesten Klatsch und Tratsch besser austauschen als bei einem kleinen Apéro zu wundervoller Piano-Musik von Maria Gerter.

Zum Anlass sind externe Gäste gerne willkommen.

**Samstag, 26. April, 15.00 Uhr**  
**Foyer**

Unser Apéro-Angebot von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr:  
Zweierlei Crostini & 1 dl Obrecht Rosé für CHF 18.-



# Sächsilüüte

## LIVEÜBERTRAGUNG

Zürich verabschiedet sich - hoffentlich definitiv - von den langen, kalten Winternächten. Passend zum Anlass übertragen wir die Böögg-Verbrennung auf der Leinwand und lassen den Frühling definitiv Einzug halten!

Für Bewohner der Residenz sind eine kleine Bratwurst vom Grill und ein Bürli inbegriffen.

Getränke exklusive.

Anmeldung mit separatem Formular.

**Montag, 28. April, 18.00 Uhr**  
**Gartensaal**

