



## Veranstaltungen

### Fiirabe-Träff zum Thema „Wenn sich das Leben redu- ziert...“

Einmal monatlich lädt die Projekt-Werkstatt zum Zuhören und Mithören zu einem bestimmten Thema ein. Dieses Mal ist Chris Forster, Pfarrer in Herisau, als Talk-Gast vor Ort. Nach massiven Gesundheitsvorfällen war bei ihm nichts mehr wie zuvor. Die Teilnehmenden können sich mit ihm über das Erlebte austauschen und eigene Gedanken einbringen.

Wann: **Freitag, 31. Januar 2025  
um 18.15 Uhr**

Wo: **Projekt-Werkstatt**, Altweg  
15 in Frauenfeld

Verpflegung: Suppe, Käse und Brot

**Kostenloses Angebot, keine An-  
meldung nötig.**

## Angebot

### Café Balance – Wöchentlicher Rhythmikkurs 60+

Ab sofort profitieren Frauenfelde-  
rinnen und Frauenfelder beim  
Kauf eines Quartalabos (zirka 10  
Rhythmikstunden) einmalig von 5  
Gratislektionen.

Wann: **jeweils donnerstags von  
14.00 bis 14.50 Uhr**

Wo: **Gemeinschaftsraum Ge-  
nossenschaft Alterssiedlung**,  
Festhüttenstrasse 4, Frauenfeld

Kursleiterin: Jeannette Loosli  
Gassama, Musikpädagogin und  
Rhythmiklehrerin

**Kosten: 12.-/Stunde**

## Veranstaltungen

### Themenreihe „Alter gestalten“ – öffentliche Themen- reihe für ein zufriedenes Äl- terwerden in Frauenfeld

Die nächste Veranstaltung widmet  
sich den Themen Patientenverfü-  
gung und Vorsorgeauftrag. Wer  
kann die Vorsorgedokumente er-  
stellen? Wie werden diese erstellt  
und wann ist der richtige Zeit-  
punkt dafür? Was beinhalten die  
Dokumente und wann werden sie  
angewendet? Wo werden diese  
Dokumente hinterlegt?

Wann: **Mittwoch, 5. Februar  
2025 von 14.30 bis 17.00 Uhr**

Wo: **Alterszentrum Park**, Saal  
Haus Ergaten, Zürcherstrasse 84,  
Frauenfeld

Referentin: Karin Baumann, Pro  
Senectute Thurgau Frauenfeld

Verpflegung: Kaffee und Guetkli

**Kostenloses Angebot, keine  
Anmeldung nötig.**

### Themenreihe am Samstag, 24. Mai 2025 von 10 bis 16 Uhr

Letzte Hilfe Kurs mit vier Themen-  
schwerpunkten (Sterben ist ein  
Teil des Lebens / Vorsorgen und  
Entscheiden / Leiden lindern / Ab-  
schied nehmen)

Die Teilnehmendenzahl ist auf 20  
Personen beschränkt. Die Anmel-  
dung ist per sofort bei der Fach-  
stelle möglich (bitte mit/ohne Mit-  
tagessen angeben). Der Kurs in-  
klusive Zwischenverpflegung ist  
kostenlos. Ein Mittagessen im Al-  
terszentrum Park ist auf eigene  
Kosten möglich.

## Veranstaltungen

### Digitalisierung

#### Informationsveranstaltung Ver- ein HORIZONT

Der gemeinnützige Verein HORI-  
ZONT führt monatliche digitale Tref-  
fen durch. Am kostenlosen Informa-  
tionsanlass wird das HORIZONT-An-  
gebot detailliert erläutert und Unter-  
schiede zu anderen Angeboten er-  
klärt.

Wann: **Montag, 17. Februar 2025  
von 18.00 bis 19.00 Uhr**

Wo: **Gemeinschaftsraum der Ge-  
nossenschaft Alterssiedlung**, Fest-  
hüttenstrasse 4, Frauenfeld

Referent: Markus Zünd, Mit-Initiant,  
Gründungsmitglied und Präsident  
des Vereins

**Kostenlose Veranstaltung, An-  
meldung erwünscht: 079 746 23  
14 oder [info@horizont-online.ch](mailto:info@horizont-online.ch)**

### QuartierDigital

Nächste Termine für die Unterstüt-  
zung bei Anwendungsfragen von  
Handy, Tablet & Co:

4. Februar 2025, 11. März 2025  
und 8. April 2025

Jeweils zwischen 9.30 bis 11.30 Uhr  
im StadtLabor

**Kostenloses Angebot, keine An-  
meldung nötig.**

### Freundliche Grüsse

#### Doris Wiesli

Fachstelle Alters- und Generatio-  
nenfragen, Rathausplatz 1,  
8501 Frauenfeld  
Tel. +41 52 724 53 00  
[doris.wiesli@stadtfrauenfeld.ch](mailto:doris.wiesli@stadtfrauenfeld.ch)

