



Zeit haben – Zeit nehmen!

www.seniorendrehscheibe-emmen.ch

ANGEBOTE **VERANSTALTUNGEN**

Sommerhalbjahr 2026

Mitmachen lohnt sich – ohne jede Verpflichtung

AKTIVITÄTEN 2026 IM ÜBERBLICK

Montag, 23. März 2026 ► Seite 8
Besuch beim Rettungsdienst 144

Donnerstag, 23. April 2026 ► Seite 9
Besuch bei Nahrin in Sarnen

Donnerstag, 21. Mai 2026 ► Seite 10
Besuch bei der SBB-Betriebszentrale Olten

Dienstag, 2. Juni 2026 ► Seite 11
Besichtigung Schwabe Pharma AG, Küssnacht

Dienstag, 23. Juni 2026 ► Seite 13
Hausführung Hospiz Zentralschweiz

Montag, 29. Juni, bis Freitag, 3. Juli 2026 ► Seite 14
Ferientage Weibersbrunn im Spessart und Maintal DE

Dienstag, 7. Juli 2026 ► Seite 16
Besichtigung der BiEAG Biomasse-Heizkraftwerk Hünenberg

Donnerstag, 20. August 2026 ► Seite 17
Besichtigung Kloster Einsiedeln und Stiftsbibliothek

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

- Bei der Anmeldung bitte Adresse, Mobile- oder Festnetznummer angeben.
- Anmeldungen vor dem angegebenen Zeitpunkt werden nicht berücksichtigt.
- Die Liste der Teilnehmenden wird in der Reihenfolge der Anmeldungen erstellt.
- Eventuelle Mehrkosten werden von der SDE übernommen.
- Die Anmeldung ist verbindlich, wenn vom Organisator bestätigt.
- Bei Nichtteilnahme ohne Abmeldung wird der Kostenanteil nachträglich eingefordert.
- Der Versicherungsschutz liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden.

Interner Hinweis

Veranstaltungskalender Winter 2026/27:
ab 8. September 2026
Veranstaltungskalender Sommer 2027:
ab 2. März 2027

Impressum

Herausgeber: Seniorendrehscheibe Emmen, www.seniorendrehscheibe-emmen.ch
Auflage: 5200 Exemplare, erscheint zweimal jährlich
Texte: In Zusammenarbeit mit dem Vorstand der Seniorendrehscheibe Emmen
Bilder: Gemäss Quellenangaben
Layout: Gisela Ineichen
Druck: Multicolor Media Luzern, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

DIE SENIORENDREHSCHIBE

STELLT SICH VOR

Wer sind wir, was wollen wir?

Die Seniorendrehscheibe Emmen (SDE) ist ein gemeinnütziger Verein mit Sitz in Emmen, der seit über 35 Jahren besteht.

Das ehrenamtlich tätige, engagierte und erfahrene Vorstandsteam hat sich zum Ziel gesetzt, dir bei der Gestaltung der Freizeit vielfältige Möglichkeiten und Ideen aufzuzeigen.

Möchtest du im dritten Lebensabschnitt weiterhin aktiv bleiben und etwas erleben, dann bist du bei uns genau richtig. Über unsere Angebote und Aktivitäten orientieren wir dich auf unserer Webseite www.seniorendrehscheibe.ch und im jährlich zweimal erscheinenden Veranstaltungskalender. An den gleichen Stellen findest du auch

nützliche Adressen und Links, die dich in allen Belangen des Älterwerdens unterstützen können.

Und noch etwas: Um Unsicherheiten, wer mit wem per Sie oder per Du ist zu vermeiden, sprechen wir uns bei unseren Veranstaltungen in der Regel mit dem Vornamen und dem vertrauten Du an.

Und ausserdem: Bei der Seniorendrehscheibe Emmen gibt es keine Mitgliederliste und wir kennen auch keine Beitragspflicht.

**Ohne Vereinsverpflichtungen –
einfach mitmachen –
wir freuen uns auf dich!**

Freiwillige Spende

Wir freuen uns über dein Interesse an unseren Veranstaltungen und Angeboten. Als gemeinnützige Organisation erheben wir keinen Jahresbeitrag.

Mit deiner Spende unterstützt du jedoch die Bestrebungen der Seniorendrehscheibe Emmen.

Für Einzahlungen auf unser Konto danken wir ganz herzlich.

IBAN CH39 0900 0000 6000 9867 4



Mittels QR-Code direkt auf die Website der Seniorendrehscheibe Emmen.



Homepage SDE mit allerlei Wissenswertem.



Newsletter zu den monatlichen Wanderungen und vieles mehr.

**Schau doch mal rein.
Es lohnt sich!**

REGELMÄSSIGE ANLÄSSE 2026 IM ÜBERBLICK

Bild links: Freepik / Bild rechts: zvg



Monatliche Wanderungen

Jeden ersten Montag im Monat findet unter der Leitung von

- Max Siegrist
041 280 31 15
- Ruth Kursfeld
076 505 79 47
- Markus Amstad
041 260 63 37
- Kurt Christen
079 382 77 84

eine Wanderung statt. Mitmachen können alle, die es sich zutrauen, zwei bis drei Stunden zu Fuss unterwegs zu sein. Gutes Schuhwerk und Wander-

stöcke sind oft von Vorteil. Details zu den Wanderungen wie Treffpunkt, Abfahrtszeiten und Rückkehr werden auf unserer Website publiziert. **Keine Anmeldung**, einfach im Wandertenü rechtzeitig zum Treffpunkt erscheinen und mitwandern.

Achtung: Billett selber besorgen! Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Unbedingt beachten: Medikamente für Notfälle sollten bei allen Teilnehmenden immer in einer Aussentasche des Rucksacks dabei sein!

- **Montag, 13. April 2026**
Walchwil–Schöneegg–Oberwil / Kurt Christen
- **Montag, 4. Mai 2026**
Neuägeri–Schlaufensteg–Baar / Markus Amstad
- **Montag, 1. Juni 2026**
Goldau–Steinerberg–Goldseeli–Goldau / Max Siegrist

- **Montag, 6. Juli 2026**
Kerns–Cherwald–Räuber–Alpnach / Ruth Kursfeld
- **Montag, 3. August 2026**
Finsterwald–Gfellen–Eremitenweg–Gfellen / Kurt Christen
- **Montag, 7. September 2026**
Eigenthal–Bonern–Fräkmünt / Markus Amstad

Koordination: Max Siegrist

NEU: Ab April 2026 wird auf der Webseite der Seniorendrehscheibe beim Link «Wanderungen» ab Samstagmittag vor dem Wandertag informiert, ob und wie eine Wanderung durchgeführt wird.

Es wird jeweils einer der folgenden Kurztexte zur bevorstehenden Wanderung aufgeschaltet:

- Die Wanderung vom kommenden Montag **wird durchgeführt**.

- Die Wanderung vom kommenden Montag **wird verkürzt durchgeführt**.
- Die Wanderung vom kommenden Montag **wird nicht durchgeführt**.

Wandervorschläge

Viele der durchgeführten Wanderungen können auf der Webseite unter Aktivitäten/ Wandervorschläge aufgerufen werden. Die Touren sind übersichtlich aufgelistet. Ungefährere Wanderzeit, Distanz und Datum sind vermerkt. Dank Verlinkung steht die entsprechende Wanderkarte zur Verfügung.



Mit obenstehendem QR-Code gelangst du direkt zu den Wanderungen.



Turnen für Senioren

Das Turnen für Senioren findet jeden Dienstag von 9.00 bis 10.00 Uhr in der Sporthalle Rossmoos statt. Während der Schulferien fällt der Turnbetrieb aus. Leiter Ruedi Hotz und Slave Temelkovski vermitteln ein dem Alter der Teilnehmer angepasstes und abwechslungsreiches Turnprogramm. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen. Detaillierte Auskünfte erteilt Ruedi Hotz unter 041 280 65 74.



Turnen für Seniorinnen

Organisation/Verantw. Pro Senectute

- Dienstag, 10.15 Uhr*
Pfarreiheim Emmen
Christel Gysin
076 579 12 64
- Mittwoch, 10.00 Uhr
Pfarreiheim Bruder Klaus
M. Baumgartner
041 458 15 87
- Dienstag, 9.00 Uhr*
Pfarreiheim St. Maria
Christel Gysin
076 579 12 64

* Auch Senioren können mitmachen!



Pétanque

Pétanque findet jeden Montag, Mittwoch und Freitag auf dem Platz südlich der Minigolfanlage Mooshüsli statt. Gespielt wird vom 1. März bis 30. April ab 14.00 Uhr, vom 1. Mai bis 30. September ab 9.00 Uhr, vom 1. Oktober bis 30. November ab 14.00 Uhr. Kontakt: Erwin Bucher, 079 692 69 06 oder red.harlekin@gmail.com

Bilder: Freepik



Boccia

Sektion Viscosuisse

Boccia findet im Gegensatz zu Pétanque in der Halle statt. Gespielt wird jeweils Mittwoch- und Samstag-nachmittag ab 13.00 Uhr in der Boccia-Halle neben dem Restaurant Rossmoos. Interessierte Seniorinnen und Senioren sind zum Schnuppern herzlich willkommen, Kugeln werden zur Verfügung gestellt. Auskunft erteilt Werner Bieri, 079 209 20 01.

Bild Boccia: Paul Ott

REGELMÄSSIGE ANLÄSSE 2026 IM ÜBERBLICK



Wassergymnastik

Wassergymnastik findet jeden Freitag im Hallenbad Mooshüsli statt. Der Kurs steht unter der fachkundigen Leitung von Trudi Schwegler. Zur Auswahl stehen Lektionen von 10.00 bis 11.00 Uhr, von 11.00 bis 12.00 Uhr oder von 12.00 bis 13.00 Uhr. 10 Lektionen kosten Fr. 90.–, der Eintritt ins Hallenbad ist darin nicht inbegriffen. Detailliertere Auskünfte erhalten alle Interessierten von Annette Peter, 079 394 03 67.



Jassnachmittag

Jeden ersten (3 Spielrunden) und dritten (4 Spielrunden) Mittwoch im Monat besteht die Möglichkeit, sich an einem Jassnachmittag unter der Leitung von Peter Troxler zu beteiligen. Gespielt wird Schieber mit zugelostem Partner. Jassbegeisterte Seniorinnen und Senioren treffen sich um 13.30 Uhr im Restaurant Limette, Tertianum Sonnenplatz. Anmeldung nicht nötig. Auskünfte: Peter Troxler, 077 473 16 44.



Seniorechor

Der Seniorechor probt jeden Donnerstagnachmittag von 14.15 bis 15.45 Uhr unter der Leitung von Dirigent Nöggi Koch im Pfarreiheim Bruder Klaus (Ausnahme Schulferien). Auf dem Programm stehen Herbst- und Adventskonzerte in den beiden Betagtenzentren Alp und Emmenfeld, ein Gedenkgottesdienst für verstorbene Chormitglieder, sowie alle fünf Jahre ein Chorkonzert und ein Jahres-

ausflug. Der Chor freut sich jederzeit über neue Mitglieder.

Detaillierte Auskünfte gibt Josef Niederberger unter 041 280 09 92 oder 079 793 97 73.

Bild Seniorechor: zvg

Bilder: Freepik

ANGEBOTE AN DIENSTLEISTUNGEN

Helfer sind direkt und nicht via Seniorendrehscheibe zu kontaktieren. Alle Helfer müssen entschädigt werden – bitte Stundenlohn vor der Arbeit absprechen! Der Mindestansatz für einfache Arbeiten beträgt Fr. 30.–, denn jede Arbeit ist ihren Preis wert.



Hilfe am Computer (Fr. 50.–/Stunde)

- Muadia Lungeni
Mythenstrasse 13
Emmenbrücke
041 260 63 59

- Marco Sidler
Emmenbrücke
078 441 40 88
support@zentralschweiz.net
- Stefan Zurkirchen
Landenbergstrasse 1
Emmenbrücke
041 280 00 35

Fotobuch erstellen

- Peter Fahrni
Landenbergstrasse 11
Emmenbrücke
041 280 07 84
hilft dir, privat ein Fotobuch nach eigenen Vorgaben zu erstellen.



Gartenarbeiten

- Walter Imfeld
Hübelistrasse 16
Emmenbrücke
079 910 21 34

Steuererklärungen und Büroarbeiten

- Annette Peter
Erlenstrasse 91
Emmenbrücke
079 394 03 67

Bilder: Freepik

Bild Fotobuch: Peter Fahrni

Schlosser-, Schmiede- und Schweissarbeiten

- Marcel Jaquier
Heimetweg 17
Emmen
041 280 47 47

Schreiner- und Möbelschreinerarbeiten

- Markus Hotz
Heimetweg 9
Emmen
041 448 38 38
079 415 67 28
marhotz@bluewin.ch





BESUCH BEIM RETTUNGSDIENST 144

Montag, 23. März 2026

Geht ein Notruf bei 144 ein, muss alles sehr schnell gehen!

Rund um die Uhr sind Fachpersonen am Notruftelefon im Einsatz und Rettungsanitäterinnen, Rettungsanitäter sowie Ärztinnen und Ärzte stehen jederzeit bereit.

Was hinter dem Rettungsdienst alles steckt, interessiert viele – eigene Erfahrungen möchte man dabei jedoch lieber nicht machen.

Nun haben wir die Möglichkeit, uns von den Profis durch den Standort Sedel führen zu lassen. Es erwartet uns viel Spannendes und bestimmt werden zahlreiche Fragen auftauchen.

Der Standort Sedel, auf dem Gelände der ehemaligen Kehrriechverbrennungsanlage, dient derzeit als provisorisches Zuhause des Rettungsdienstes. Sobald die Neubauten am Kantonsspital abgeschlossen sind, wird der Rettungsdienst an seinen Standort im Spital Luzern zurückkehren.



Bilder: zvg

ORGANISATORISCHES
Anmeldebedingungen Seite 2

Treffpunkt: 14.00 Uhr
Stützpunkt Sedel, ehemals
Kehrriechverbrennung, Reuss-
eggstrasse 15, Emmenbrücke.

Führung: ca. 1,5 Stunden.
Stützpunkt nicht mit ÖV
erreichbar. Fussweg vom
Bahnhof Süd beträgt rund
15 Minuten. Auf dem Areal
einige Parkplätze, Fahrge-
meinschaften bilden.

Kosten: Fr. 10.–, leider kein
Kaffee oder Zvieri möglich.
Mineralwasser steht bereit.

Teilnehmerzahl: max. 30
Personen.

Voraussetzungen: keine,
Halle ist ebenerdig.

**Anmeldung ab 4. März, 9.00
Uhr, bis 20. März 2026** an
silvia.schmidli@gmx.ch, für
Personen ohne E-Mail-
Zugriff 078 759 76 29.

BESUCH BEI NAHRIN IN SARNEN

Donnerstag, 23. April 2026

Nahrin AG ist ein Schweizer Familienunternehmen mit Sitz in Sarnen, das seit 1954 hochwertige Nahrungsmittel entwickelt und fertigt.

Dabei spielen Natürlichkeit, Nachhaltigkeit und hochwertige Qualität der Rohstoffe eine zentrale Rolle. Das Nahrin-Sortiment umfasst einerseits schmackhafte Küchenprodukte wie Bouillons, Gewürze, Suppen und Saucen, andererseits wertvolle Gesundheitsprodukte wie Nahrungsergänzungsmittel, Protein-Shakes oder Functional Food. Produkte von Nahrin enthalten kein Palmfett. Viele sind für Allergiker geeignet, gluten-, laktose-, fett- oder glutamatafrei. Der Salz- und Zuckergehalt ist auf ein Minimum reduziert. Zusatzstoffe, Konservierungs-

mittel und Farbstoffe werden, wann immer möglich weggelassen. Was zeichnet Nahrin-Küchen- und -Gesundheitsprodukte aus? Welche Ernährungsgrundsätze verfolgt Nahrin und wo werden die Nahrungsmittelspezialitäten entwickelt und hergestellt? Diese Fragen werden dir während deines Besuchs bei Nahrin beantwortet.

Begrüsst werden wir mit einem Kaffee und einem Nussgipfel, erfahren Wissenswertes über moderne Ernährung und machen einen Rundgang durch die Produktion.

Mit dem erhaltenen Geschenk und einem Gutschein, den wir nach der Führung im Nahrin-Shop einlösen können, beschliessen wir den Besuch.

ORGANISATORISCHES Anmeldebedingungen Seite 2

Treffpunkt: 13.15 Uhr, Eingang Nahrin AG, Industriestrasse 27, Sarnen.

Anreise mit ÖV: S9 Gersag ab 12.18 Uhr und S5 Luzern ab 12.42 Uhr; Bahnhof Sarnen Nord an 13.08 Uhr; Fussmarsch ca. 5 Min; mit Auto: nur wenige Parkplätze.

Führung: 13.30 bis ca. 16.00 Uhr.

Rückfahrt: z.B. mit S5 Sarnen Nord ab 16.20 Uhr oder 16.50 Uhr.

Kosten: Fr. 10.–.

Voraussetzung: gute Mobilität (Treppen).

Anmeldung ab 23. März, 9.00 Uhr, bis 6. April 2026 an ottpaul@bluewin.ch, für Personen ohne E-Mail-Zugriff 041 280 51 47.



Bilder: zvg

BESUCH BEI DER SBB-BETRIEBSZENTRALE OLTEN

Donnerstag, 21. Mai 2026

Die Warteliste nach unserem ersten Besuch vor zwei Jahren war sehr lang. Darum haben wir uns entschlossen, einen zweiten Besuch in der SBB-Betriebszentrale Olten zu organisieren.

Täglich lotsen Zugverkehrsprofis fast 10000 Personen- und rund 1600 Güterzüge auf dem Schienennetz der SBB durch die Schweiz. Sie sorgen dafür, dass der Fahrplan rund um die Uhr sicher und pünktlich abgewickelt werden kann und die Mitfahrenden rechtzeitig über Änderungen informiert werden. Wie sie das tun, dürfen wir uns anhören und anschauen.

In der Betriebszentrale Mitte (zirka 350 Mitarbeitende), werden alle Züge durch das Mittelland sowie die Zufahr-

ten der beiden NEAT-Achsen gesteuert. Ebenfalls ist da die Zentrale der Bahnpolizei beheimatet.

Wir erhalten zuerst einige allgemeine Informationen über die SBB – insbesondere über das Zugleitsystem –, werden einen Rundgang durch das Gebäude machen, besichtigen den Arbeitsplatz eines Zugverkehrsleiters und schauen durch ein Panoramafenster in den Kommandoraum – das Herzstück des Zugleitsystems – mit über 100 operativen Arbeitsplätzen.

Nach der Führung begeben wir uns ins Café Pendolino, wo uns ein Kaffee und ein Nussgipfel erwarten und wir das Gesehene und Gehörte diskutieren können.

Bilder: zvg

ORGANISATORISCHES Anmeldebedingungen Seite 2

Treffpunkt: 12.50 Uhr
Bahnhof Olten, Gleis 1,
Rampenabgang zu UG.

Anreise mit ÖV: Bahnhof
Emmenbrücke ab 12.11
Uhr, Olten an 12.52 Uhr;
Rückfahrt (ohne Umstei-
gen) z.B. ab 17.06 Uhr.

Führung: 13.30 bis ca.
15.30 Uhr.

Kosten: Fr. 15.– inkl. Kaffee/
Nussgipfel im «Pendolino».

**Bahnbillett Olten retour
vor der Fahrt selber lösen**
(evtl. Sparbillett besorgen).

Voraussetzungen: keine,
rollator- und rollstuhlgängig.

**Anmeldung ab 20. April,
9.00 Uhr, bis Sonntag,
10. Mai 2026** an ottpaul@bluewin.ch, für Personen
ohne E-Mail-Zugriff
041 280 51 47.

BESICHTIGUNG

SCHWABE PHARMA AG, KÜSSNACHT

Dienstag, 2. Juni 2026, vormittags

Möchtest du Einblick erhalten, wie kraftvolle Gesundheitsprodukte mit höchsten Standards hergestellt werden?

Die Firma Schwabe Pharma AG in Küssnacht am Rigi, gegründet 1992, beschäftigt rund 100 Mitarbeitende in Medical Affairs, Vertrieb und Produktion. Das Unternehmen setzt sich für ein nachhaltiges Gesundheitssystem ein. Als Teil der internationalen Schwabe-Gruppe mit Hauptsitz in Karlsruhe (aktiv seit 1866 und in über 60 Ländern vertreten) verbindet das Unternehmen Tradition mit moderner Phytotherapie.

Naturprodukte wie OMIDA Schüssler-Salze, pflanzliche und homöopathische Arzneimittel sowie Produkte für Therapie, Sport und Well-

ness werden in Küssnacht hergestellt. Darunter auch bekannte rezeptfreie Produkte wie Tebofortin (Ginkgo), Umckaloabo oder Reflutan. Aber auch kassenzugelassene, rezeptpflichtige Phytopharmaka werden produziert, wobei der Prozess vom Rohstoff bis zum Extrakt zahlreiche Schritte umfasst und sehr strenge Umweltschutzmassnahmen einbezieht. Der Rundgang durch die Produktion bietet detaillierte Einblicke in Prozesse, Qualitätskontrollen und Innovationen mit Raum für offene Fragen. Bei Bedarf können Produkte vor Ort erworben werden. In der Pause werden wir mit Kaffee/Tee und etwas Süßem verwöhnt.

Nicht alle Bereiche sind barrierefrei zugänglich, daher ist gute Mobilität Voraussetzung.

ORGANISATORISCHES

Anmeldebedingungen Seite 2

Treffpunkt: 8.45 Uhr, Schwabe Pharma AG, Erlistrasse 2, 6403 Küssnacht.

Anreise mit ÖV: S3 Luzern ab 8.06 Uhr; Küssnacht an 8.25 Uhr; Bus 653 ab 8.35 Uhr bis Fänn Süd; 5 Min. Fussweg. Mit Auto: nur wenige Parkplätze vorhanden.

Führung: 9.00 bis ca. 11.30 Uhr.

Kosten: Fr. 10.–.

Voraussetzung: gute Mobilität.

Anmeldung ab 21. April, 9.00 Uhr, bis 12. Mai 2026 an edith.rudolf@bluewin.ch oder 041 282 14 85, mit Info, wie du anreisen wirst. Parkplätze müssen vorgängig reserviert werden.



Bilder: zvg

WILLKOMMEN BRIGITTE WIGGER



Brigitte Wigger

Ich bin in Zürich-Oerlikon aufgewachsen und habe in der Werbebranche eine kaufmännische Ausbildung gemacht. 1987 bin ich mit meinem Mann, der Krienser ist, nach Luzern gezogen. Nach der Weiterbildung zur Personalfachfrau mit eidgenössischem Fachausweis war ich in Zürich bei internationalen Finanzdienstleistern als Personalbereichsleiterin tätig.

Vor 16 Jahren sind mein Mann und ich ins Listrig-Quartier gezogen. Ich schätze es, in einer so schönen und naturnahen Umgebung zu leben. Mit Interesse beobachte ich die

Entwicklung der Gemeinde Emmen und freue mich über die vielen innovativen Projekte, die angepackt und realisiert werden.

Aus familiären Gründen besteht eine Verbindung zu den Ländern Mexiko und Kanada, die ich schon mehrfach bereist habe. Auf weiteren Reisen konnte ich einiges von der Welt sehen und für ein halbes Jahr in Kalifornien leben. Durch diesen Aufenthalt habe ich die Vorliebe für die englische Sprache entdeckt, die ich bis heute pflege.

Seit Juni 2025 bin ich Mitglied im Vorstand der Seniorendreh-scheibe Emmen.

Ich schätze diese Herausforderung und freue mich über neue Begegnungen und Kontakte, die diese Tätigkeit mit sich bringt, sowie über die Mitarbeit in diesem Gremium.

WILLKOMMEN HANSPETER JUNG



Hanspeter Jung-Müller

Im schönen Seetal bin ich aufgewachsen und verbrachte in Hochdorf meine Schulzeit. Danach zog ich nach Zug.

Nach der Lehre und der RS arbeitete ich bei Rittmeyer, 3M und Lego als Mechaniker in Baar (Betriebsunterhalt). Zehn Jahre später zog ich nach Emmenbrücke.

Darauf folgten weitere turbulente Jahre: Heirat, Kinder, Enkel, Pension.

Inzwischen wohne ich mit meiner Frau bald 50 Jahre in Emmenbrücke.

In dieser Zeit arbeitete ich bei Jelmoli Luzern, bei Salvis Reussbühl und zuletzt bei REAL in der ARA Buholz.

Einige meiner Hobbys habe ich noch nicht aufgegeben. Ich bin gerne mit dem Velo oder Motorrad unterwegs und fahre auch sehr gerne Ski.

Seit 2025 bin ich Vorstandsmitglied der Seniorendreh-scheibe Emmen. Mein Erstkontakt fand an einer der zahlreichen und interessanten Veranstaltungen, welche die SDE anbietet, statt.

Ich freue mich, in diesem kreativen und loyalen Team mitwirken zu dürfen.

HAUSFÜHRUNG

HOSPIZ ZENTRALSCHWEIZ

Dienstag, 23. Juni 2026

Uns wird ein Einblick ins Hospiz gewährt.

Im Hospiz Zentralschweiz finden Menschen, die unheilbar und fortgeschritten krank sind, Aufnahme. Patienten und ihre Angehörigen werden für ein würdevolles Leben mit der Krankheit in der letzten Lebenszeit begleitet.

Getragen wird die Institution durch die Stiftung Hospiz Zentralschweiz.

An der Gasshofstrasse 18 in Luzern-Littau wurde ein geeignetes Haus gefunden. Ab Januar 2020 konnten die ersten Patienten aufgenommen werden.

Beim Umgang mit den Menschen sind die medizinische und pflegerische Betreuung

notwendig und die wertschätzende und respektvolle Begleitung wichtig.

Bilder: zvg

ORGANISATORISCHES **Anmeldebedingungen Seite 2**

Treffpunkt: 9.45 Uhr an der Gasshofstrasse 18, Luzern-Littau.

Anreise individuell oder mit ÖV: E-Bus 40 bis Haltestelle Luzern Schützenhaus.

Führung: 10.00 Uhr.

Dauer: 90 bis 120 Minuten.

Kosten: Fr. 20.–. Dieser Betrag wird dem Hospiz vollumfänglich als Spende übergeben und von der Seniorendrehscheibe aufgerundet.

Teilnehmerzahl: max.15 Personen.

Besonderes: Bei unserem Besuch kann es Einschränkungen geben, denn die Privatsphäre der Patientinnen und Patienten soll gewährleistet sein.

Anmeldung ab 1. Juni, 9.00 Uhr, bis 6. Juni 2026 an christina.mennel@bluewin.ch, für Personen ohne E-Mail-Zugriff 041 260 75 56.





Bilder auf dieser Doppelseite: Peter Fahrni

FERIENTAGE WEIBERSBRUNN IM SPESSART UND MAINTAL DE

Montag, 29. Juni, bis Freitag, 3. Juli 2026

Nach den schönen und eindrücklichen Tagen in Arco wünschten sich die Teilnehmenden im Jahr 2026 erneut eine Reise.

Deshalb organisiert Therese Fahrni in Zusammenarbeit mit Gössi Carreisen AG wieder ein paar schöne Ferientage im Spessart und im Maintal.

Wir werden von unserem schönen 4-Sterne-Hotel Jägerhof in Weibersbrunn verschiedene Ausflüge unternehmen. Weibersbrunn ist eine kleine Gemeinde und liegt im Herzen des Naturparks Bayerischer Spessart in einer walddreichen Gegend, hat schöne Wanderwege und herrliche Ausflugsziele:

- Geführte Besichtigung im Heimatmuseum Weibersbrunn.

- Aschaffenburg, direkt am Mainufer liegend. Dort werden wir zu einer Stadtführung erwartet. Am Nachmittag können wir noch ausgedehnte Spaziergänge unternehmen.
- Miltenberg, eine wunderschöne mittelalterliche Altstadt mit vielen Fachwerkbauten.
- Mespelbrunn, ein verborgenes Juwel im Spessart.
- Würzburg, eine schöne Barockstadt. Nach der Führung haben wir Zeit, Highlights auf eigene Faust zu erkunden.

Den Abend lassen wir jeweils mit einem feinen Essen gemütlich ausklingen.

Fühlst du dich angesprochen?
Die Anmeldung findest du auf nebenstehender Seite.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer!



Anmeldung

Ich wünsche / wir wünschen folgendes Doppel- oder Einzelzimmer

☐ Doppelzimmer	pro Person	Fr. 750.–
☐ Einbettzimmerzuschlag		Fr. 130.–
☐ Annullationsschutz Gössi	pro Person	Fr. 29.–

Diese Ferientage sind für Personen mit eingeschränkter Mobilität NICHT geeignet.

Im Preis inbegriffen: Reise im modernen Gössi-Car; 4 Übernachtungen im Hotel Jägerhof, Weibersbrunn; Halbpension (4-Gang-Wahlmenü); Sektempfang mit Begrüssung; Kaffee und Kuchen am 2. Juli; 1 Stunde Stadtführung in Aschaffenburg; Eintritt ins Heimatmuseum in Weibersbrunn; Besuch im Wasserschloss Mespelbrunn; Fahrt mit dem City Train in Würzburg; alle Ausflüge.

Name 1:

Name 2:

Strasse:

PLZ: Ort:

E-Mail: Telefon:

Datum: Unterschrift:

Einsteigeorte und Abfahrtszeiten: ☐ 7.15 Uhr Restaurant Sternen ☐ 7.20 Uhr Bushalt Kasernenstrasse
☐ 7.25 Uhr Bushalt Gersag ☐ 7.30 Uhr Bushalt Sprengi

Anmeldung bis Samstag, 25. April 2026, an Therese Fahrni-Baumberger, Landenbergstrasse 11, 6020 Emmenbrücke, 079 226 29 60 oder teresafahrni@bluewin.ch.

Nach der Anmeldung stellt dir/euch Gössi Carreisen AG Mitte Mai 2026 die Bestätigung sowie die Rechnung und die Reiseunterlagen mit dem Programm zu. **Mit dem Zahlungseingang ist die Reise bestätigt.**



BESICHTIGUNG DER BiEAG

BIOMASSE-HEIZKRAFTWERK HÜNENBERG

Dienstag, 7. Juli 2026

Gülle und sonst noch feine Düfte beim Biomasse-Heizkraftwerk.

Im Biomasse-Heizkraftwerk in Hünenberg wird aus biogenen Abfällen der Region (Lebensmittelreste und Gemüseabfälle) Strom und Wärme nachhaltig produziert. Die Anlage ist zukunftsweisend für eine

Versorgung mit erneuerbarer Energie.

Auf einem geführten Rundgang durch die Anlage erfahren wir Wissenswertes über erneuerbare Rohstoffe, deren Herkunft und Verarbeitung, bis hin zur nachhaltigen Produktion von Strom und Wärme. Wir werden über den

Kreislauf der Gülle aus der Landwirtschaft (Vergärung) und deren Verteilernetz etwas erfahren. Weiter sind die Entstehung von Biogas und die CO₂-Bilanz sowie die Geschichte der Anlage ein Thema.

Am Ende der Führung machen wir vor Ort eine Getränkepause mit einem Mini-Bürli.

ORGANISATORISCHES **Anmeldebedingungen Seite 2**

Treffpunkt: 14.15 Uhr Vorplatz bei BiEAG Hünenberg, Fildern 5.

Anreise mit PW: Wegweiser BiEAG gegenüber Auto Suter Hünenberg; mit ÖV: S1

Bahnhof Emmenbrücke ab 13.08 Uhr bis Rotkreuz Bahnhof Nord; Bus 651 (ab 13.54 Uhr) nach **Hünen-**

berg Rony. Fussmarsch zu Auto Suter, Wegweiser BiEAG folgen.

Führung: 14.30 bis ca. 15.30 Uhr.

Heimfahrt: Bus ab Hünenberg Moos 16.30 Uhr (alle 20 Minuten).

Kosten: Fr. 20.– inkl. Softgetränk und 1 Mini-Bürli.

Teilnehmer: max. 40 Personen.

Voraussetzung: gute Mobilität (Treppen).

Anmeldung ab 8. Juni, 9.00 Uhr, bis 26. Juni 2026 an hanspeterjung@bluewin.ch, für Personen ohne E-Mail-Zugriff 041 281 33 63.

Bilder: zvg

BESICHTIGUNG

KLOSTER EINSIEDELN UND STIFTSBIBLIOTHEK

Donnerstag, 20. August 2026

Das historische Kloster Einsiedeln ist ein barockes Prunkstück, das den Ort prägt und weit über die Landesgrenze hinaus bekannt ist.

Entdecke das Herz der Schweiz: die Benediktinerabtei mit ihrer prächtigen Klosterkirche und der exklusiven Stiftsbibliothek – über 1000 Jahre Spiritualität und Kultur unter einem Dach.

Tauche ein in den imposanten Barockbau der Klosterkirche mit farbenfroher Ausmalung, gewaltigen Domen und der berühmten Schwarzen Madonna in der Gnadenkapelle. Ergänzt wird die Besichtigung durch die nicht öffentlich zugängliche Stiftsbibliothek – eine der ältesten Europas – mit über 230 000 Bänden, kostbaren Handschriften und dem

geheimnisvollen Duft alter Bücher.

Von Abt Meinrad um 934 gegründet, ist die Abtei Zuhaus für rund 50 Mönche, dient als Lernort für Schüler und ist kulturelles Zentrum. Die Führung vermittelt faszinierende Einblicke ins Mönchsleben, in barocke Architektur sowie in die reiche Tradition der Benediktiner.

Abschliessend gibts im Abteihof ein Getränk mit Süssgebäck.

Vielleicht möchtest du in Einsiedeln bereits vorgängig ein paar schöne Stunden erleben, Läden erkunden oder in einem der zahlreichen Restaurants ein feines Mittagessen geniessen, bevor wir uns um 13.15 Uhr an der Klosterpforte treffen.

ORGANISATORISCHES

Anmeldebedingungen Seite 2

Treffpunkt: 13.15 Uhr, bei der Pforte Kloster Einsiedeln.

Anreise mit ÖV: stündlich Zug Luzern ab xx.39 Uhr, Biberbrugg umsteigen, Gleis vis-à-vis, Biberbrugg ab xx.03 Uhr, Einsiedeln an xx.58 Uhr, zu Fuss oder mit Bus bis Klosterplatz; mit Auto: öffentl. Parkplatz oder Parkhaus benutzen.

Führung: 13.30 bis ca. 16.00 Uhr.

Kosten: Fr. 30.–.

Voraussetzung: gute Mobilität.

Anmeldung ab 10. Juli, 9.00 Uhr, bis 30. Juli 2026
an edith.rudolf@bluewin.ch
oder 041 282 14 85.



Bilder: zvg



Samstag, 21. März 2026

**Treffpunkt Parkplatz Barackendörfli Riffigweiher, Emmenbrücke
7.30 bis 9.00 Uhr**

Amsel, Drossel, Fink und Star, Frühexkursion zur Vogelbeobachtung

Was zwitschert denn da? Martin Käch und Carmen Christen vom Natur- und Vogelschutzverein wissen Bescheid und teilen ihr Wissen anlässlich der Frühexkursion zur Vogelbeobachtung. Anschliessend Kaffee und Gipfeli.

Mittwoch, 22. April 2026

**Luzerner Kantonsspital, Spitalstrasse 16, Luzern
16.30 bis 18.00 Uhr**

Wenn Essen Therapie ist – ein Blick in die Krankenhausküche

Bei einer Führung durch die Diätküche des LUKS erfahren wir, welchen Einfluss Ernährung und Diät auf die Genesung von Patientinnen und Patienten hat. Anschliessend Apéro.

Dienstag, 19. Mai 2026

**Caritas Zentralschweiz, Gerliswilstrasse 42, Emmenbrücke
19.00 bis 20.30 Uhr**

Wenns einfach nicht reicht ...

Caritas unterstützt Armutsbetroffene auf vielfältige Weise: mit der Sozial- und Schuldenberatung oder dem preisgünstigen Angebot im Caritas-Markt. Viel Wissenswertes dazu gibt es beim Besuch bei der Caritas Zentralschweiz.

VISITA

Besuchs-, Begleit- und Entlastungsdienst Emmen

Helfen Sie uns helfen – werden Sie Mitglied des Vereins VISITA

Wir sind da, wenn es ums Betreuen, Begleiten und Unterstützen geht. VISITA vermittelt freiwillige Helferinnen und Helfer, die sich in den Dienst von Mitmenschen stellen, welche Hilfe benötigen.

Besuchs- und Begleitdienst

Der Besuchs- und Begleitdienst ist für Menschen gedacht, die soziale Unterstützung brauchen, sich in einer Lebenskrise befinden, vereinsamt oder in einer Notlage sind.

Entlastungsdienst

Der Entlastungsdienst entlastet pflegende Angehörige in ihrer täglichen Betreuungsarbeit.

Für unseren Besuchs-, Begleit- und Entlastungsdienst suchen wir weitere Helferinnen und Helfer. Wenn Sie uns unterstützen möchten, dann melden Sie sich bitte. Ihre Bereitschaft würde uns sehr freuen.

Sekretariat

Erlenstrasse 91, Emmenbrücke
Konto 60-67 IBAN CH51 8117 7000 5977 2

Sind Sie interessiert – wollen Sie mehr erfahren?
Besuchen Sie unsere Website www.visita-emmen.ch



HILFREICHE ADRESSEN

Kontaktstelle Alter Emmen (KAE)

Kirchfeldstrasse 27
6032 Emmen
041 268 55 25

Pro Senectute

Beratungsstelle Emmen
Gerliswilstrasse 63
041 268 60 90
Beratungsstelle für Personen
im AHV-Alter und deren
Bezugspersonen, Steuer-
erklärungsdienst

Spitex Emmen

Gerliswilstrasse 69
Emmenbrücke
041 267 09 09
Pflege, Nachtdienst, Hauswirt-
schaftliche Dienste

VISITA (Vermittlungsstelle)

079 159 76 27
je Montag und Donnerstag
von 8 bis 12 Uhr erreichbar
Besuchs-, Begleit- und
Entlastungsdienst Emmen
(neben den offiziellen Zeiten:
Telefonbeantworter)

SOS-Fahrdienst Emmen

Vermittlungsstelle:
Spitex Emmen
041 267 09 09
Unkompliziert, kostengünstig
und mit Begleitung. Für Be-
hinderte und Betagte, die in
der Gemeinde Emmen leben.

Mahlzeitendienst Emmen

041 268 76 76
An- und Abmeldungen:
Betagtenzentren Emmen AG,
Alp

Der ROTE Faden

Bramberghöhe 4
6004 Luzern
041 240 70 44
Beratung –
Weiterbildung –
Betreuung für Menschen
mit Demenz und ihre
Angehörigen

Begleitdienst für Sterbende und Schwerkranke

Vermittlungsstelle:
Spitex Emmen
041 267 09 09
Freiwilliger Begleitdienst für
Sterbende und Schwerkranke
von Emmen, zu Hause und
im Heim

Sozialberatung Pastoralraum Emmen-Rothenburg

Gerliswilstrasse 73a
Emmenbrücke
041 552 60 55
Für alle Pfarreien der katho-
lischen Kirchen Emmen und
Rothenburg

Beratungsdienst Evangelisch- reformierte Kirchgemeinde Emmen-Rothenburg

041 280 15 79
Mit Voranmeldung bei
Sozialdiakon Daniel Rüegg

Notruf-Geräte, SRK Luzern

0842 47 47 47
Auskunft, Beratung, Installation,
Die «Uhr am Handgelenk»
oder «Notruf Mobile»

Kindes- und Erwachsenen- schutzbehörde (KESB) Kreis Emmen

Rüeggisingerstrasse 22
6020 Emmenbrücke
041 268 04 25
kesb@emmen.ch



Bild: Freepik

DREHSCHIEBENTEAM: KONTAKTE



www.seniorendrehscheibe-emmen.ch



Hans Kiener
041 280 33 43
kiener_hans@bluewin.ch



Verena Fecht
056 633 81 55
verena.fecht.de@bluewin.ch



Edith Rudolf
041 282 14 85
edith.rudolf@bluewin.ch



Brigitte Wigger
041 310 31 77
wiggerbrigitte@gmail.com



Paul Ott
041 280 51 47
ottpaul@bluewin.ch



Christina Mennel
041 260 75 56
christina.mennel@bluewin.ch



Silvia Schmidli
078 759 76 29
silvia.schmidli@gmx.ch



Hanspeter Jung
041 281 33 63
hanspeterjung@bluewin.ch

ACHTUNG! Der Versicherungsschutz bei allen Anlässen der Seniorendrehscheibe Emmen ist Sache der Teilnehmenden!