

# Agenda 65+

# 2025

Januar – Juni



**Drei Dörfer – Eine Gemeinde**



GEMEINDE  
**SCHÜBELBACH**



# In einem schaukelnden Schiff fällt um, wer stillsteht, nicht wer sich bewegt. (Ludwig Börne)

## Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger

Veränderungen sind zunächst weder gut noch schlecht. Entscheidend ist immer, was wir aus solchen Situationen machen. Ich schaue positiv in die Zukunft, weil wir es im «kleinen Rahmen» selber in die Hand nehmen können. Wie andere Gemeinden bewegen wir uns in einem Kontext, welcher uns mit der Bewältigung weltpolitischer Entwicklungen wie Klimathemen, Kriege und Flüchtlingsthematik letztlich auch lokal trifft und fordert. Es geht darum, richtig zu antizipieren, mögliche Problemfelder zu erkennen und emotionsfrei zu handeln. Es ist wichtig, auf Werte wie Achtung, Toleranz und Verantwortungsgefühl zu setzen. Lassen Sie uns das Verständnis füreinander festigen, um eine Gemeinschaft zu schaffen, in der jede und jeder seinen Platz findet und sich respektiert fühlt.

Im neuen Jahr wollen wir gemeinsam positiv vorwärtsblicken. Der Gemeinde ist eine gute Infrastruktur und Lebensqualität wichtig, in die es sich immer lohnt am richtigen Ort und richtigen Mass zu investieren. Ihre Ideen und Anregungen sind uns wichtig, und wir ermutigen Sie, sich aktiv am Leben zu beteiligen.

Ich bin zuversichtlich, dass wir mit Optimismus, Zusammenhalt und Engagement auch die Herausforderungen des neuen Jahres erfolgreich meistern werden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Familien ein gesundes, glückliches und erfolgreiches Jahr 2025.

**Othmar Büeler**  
Gemeindepräsident

## Ist es Ihnen aufgefallen? Die SeniorenInfo heisst seit dieser Ausgabe **Agenda 65+**

Ab welchem Alter man als Senior oder Seniorin gilt, ist nirgends festgelegt. Relativ unstrittig ist wohl, dass man spätestens mit dem Eintritt ins Rentenalter zu dieser Gruppe gehört. Tatsache ist jedoch auch, dass niemand wirklich als Seniorin oder Senior bezeichnet werden möchte. Die Mitglieder der Kommission für Altersfragen hat einstimmig entschieden, dass Menschen 65+ auch unserer Zielgruppe angehören. Aus diesem Grund wurde die SeniorenInfo zur **Agenda 65+**, damit niemand ausgeschlossen wird.



Es freut mich, dass wir so engagierte Freiwillige haben, die der Bevölkerung 65+ ermöglichen, an verschiedenen Anlässen teilzunehmen. Gemeinsam macht vieles mehr Spass: In Gesellschaft essen, sich angeregt unterhalten, zusammen jassen, sich zum Sport verabreden oder gemeinsam im Chor singen. Es freut uns, wenn die vorgestellten Anlässe gut besucht werden und sich Freiwillige weiterhin mit Elan und Freude engagieren. Denn leider sind gerade oft ältere Senioren und Seniorinnen einsam und können selten die Gesellschaft einer vertrauten Person geniessen. Diese Isolation macht nicht nur unglücklich, sondern fördert laut Studien auch Krankheiten wie Depression, Bluthochdruck und Demenz. Falls Sie Interesse haben, sich freiwillig zu engagieren, kontaktieren Sie eine der Ansprechpersonen direkt bei den Anlässen oder gerne auch mich; Ihr Freiwilligen-Engagement ist wichtig und wird von Allen sehr geschätzt!

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme und sichere Ihnen absolute Vertraulichkeit zu.

**Manuela Kohli-Wild**  
Fachverantwortliche für Altersfragen

# Wiederkehrende Anlässe zwischen Januar und Juni 2025



Täglich, ab 11.30 Uhr

## Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen

Kosten: Menü inkl. Suppe, Salat und Dessert CHF 18.50  
Wahlmenü mit fleischloser Variante, Wochenhit und  
weitere Menü-Alternativen.  
Menüplan: [www.pflege-siebnen.ch/wohnen-leben/essen-trinken](http://www.pflege-siebnen.ch/wohnen-leben/essen-trinken)  
Reservation: erwünscht unter Tel. 055 450 31 06



## Chor 60+ Ausserschwyz

Jeden Montag, ausser  
in den Schulferien

Probelokal: Sek 1 March (Schulhaus), Siebnen  
Zeit: jeweils Montag, 09.15 Uhr  
Präsident: Pius Egli, Tel. 055 410 10 07  
Dirigent: Stefan Meyer, Tel. 055 422 07 10



## Senioren-z'Mittag im Restaurant Rössli Schübelbach

Jeden 2. Dienstag  
im Monat

Ort und Zeit: Restaurant Rössli um 11.30 Uhr  
Anmeldung: direkt im Restaurant Rössli, Tel. 055 440 46 66  
Kontakt: Marianne Schalch, Tel. 055 440 56 81

# Wiederkehrende Anlässe zwischen Januar und Juni 2025



## **Jass- und Spielnachmittag für Jung und Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Jeweils Dienstag  
(siehe Programm)

Ort und Zeit:

Magnusstübli, 13.00/13.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Kontakt:

Margrit Hasler, Tel. 055 444 17 48/079 578 78 38

Astrid Diethelm, Tel. 079 535 76 01



## **Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach**

Jeden Mittwoch, ausser  
in den Schulferien

Lektionen:

1. Gruppe: 13.15 bis 14.15 Uhr

2. Gruppe: 14.30 bis 15.30 Uhr

Ort:

Turnhalle im Schulhaus Gutenbrunnen, Schübelbach

Kontakt:

Angie Dürst, Tel. 055 440 34 04/Agnes Züger, Tel. 055 440 32 40

Ruedi Schnyder, Tel. 055 440 18 36/Barbara Zaugg, Tel. 055 440 22 09



## **Seniorenturnen**

Jeden Mittwoch, ausser  
in den Schulferien

Ort und Zeit:

Turnhalle Stockberg-Schulhaus Siebnen, 15.30 bis 16.30 Uhr

Kontakt:

Frau Romy Schwendeler, Tel. 055 440 19 31

# Wiederkehrende Anlässe zwischen Januar und Juni 2025



Jeden 2. Donnerstag, (gerade Wochen)

## **Spiel-Nachmittag im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen Spielen, Jassen und Plaudern im Kafi Stockberg in Siebnen**

Zeit:

14.00 Uhr

Kontakt:

Rita Müller, Tel. 055 440 35 84, Frauengemeinschaft Siebnen



Jeden 1. Donnerstag

## **Mittagstisch in Restaurants in Buttikon**

Alle Daten ohne Gewähr.

Ort und Zeit:

in dem jeweiligen Restaurant um 12.15 Uhr

Bitte jeweils das Eingesandte  
im Marchanzeiger beachten.

Anmeldung:

in den jeweiligen Restaurants

Kontakt:

Frau Heidi Pulfer, Tel. 055 444 16 29

Veranstalter:

Pro Senectute Buttikon



Jeden 3. Freitag im Monat

## **Bewegungscafé in Siebnen**

Ort und Zeit:

Nordring 20, 8854 Siebnen von 14.00 – 16.00 Uhr

Anmeldung:

keine Voranmeldung nötig

Kontakt:

055 450 25 10

Veranstalter:

Stiftung Lebensqualität Schweiz

Das Bewegungscafé ist der Ort für pflegende Angehörige und all jene, die sich mit den eigenen Bewegungsmöglichkeiten auseinandersetzen wollen. Egal ob vorbeugend oder bei konkreten körperlichen Herausforderungen (Gangunsicherheit, Gleichgewicht, Treppensteigen oder andere Einschränkungen im Alltag) lohnt sich ein Besuch.

## Frauengemeinschaft Siebnen

### **Donnerstag, 27. Februar, 11.30 Uhr** **Senioren Nachmittag im Foyer Stockberg Siebnen**

Die Gestalten der Gebrüder Grimm treiben ihr Unwesen im Foyer. Wir sind gespannt welche Räuber, Prinzen, Zwerge, Aschenputtels und Fabelwese bei uns auftauchen. Für alle diese Figuren wird in der Hexenküche ein Essen geschmort, im Holzofen Kuchen gebacken und im Kupferkessi Kaffee gebraut. \*ä glatti Bandi\* zupft auf ihren Instrumenten und lässt die Mäuse tanzen.

Anmeldung bitte bis 17. Februar an die Oberhexe, Tel. 055 440 35 84.

---

### **Spiel-Nachmittag im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Spielen, Jassen und Plaudern im Kafi Stockberg in Siebnen.

Zeit: 14.00 Uhr, jeden 2. Donnerstag (gerade Wochen)

Kontakt: Rita Müller, Tel. 055 440 35 84

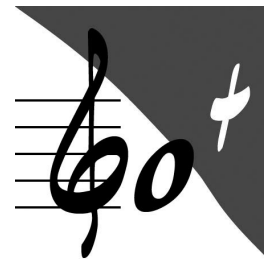
Die Aktivitäten der Frauengemeinschaft Siebnen sind unter dem entsprechenden Monat nochmals aufgeführt.



# CHOR 60+ AUSSERSCHWYZ

«Ein Leben ohne singen ist möglich, aber sinnlos»

Präsident: Pius Egli, Pfäffikon: Auskunft, Tel. 055 410 10 07  
Dirigent: Stefan Meyer, dipl. Schul- und Kirchenmusiker,  
Einsiedeln: Tel. 055 422 07 10  
Probelokal: Sek 1 March (Schulhaus), Äussere Bahnhofstrasse 45,  
8854 Siebnen-Wangen  
Probezeit: jeweils Montagmorgen, 09.15 Uhr bis ca. 10.45 Uhr,  
ausser in den Schulferien



Senioren-Radler Kanton Schwyz

[www.seniorenradler.ch](http://www.seniorenradler.ch)

Der Verein wurde 2006 gegründet. Aktuell zählen wir 120 Mitglieder, organisiert in den Gruppen Ausser-schwyz und Innerschwyz. In unserem Verein sind Radlerinnen und Radler ab 60 bis über 80 Jahren aktiv. Wir wollen unsere Fitness erhalten, die Freude am Radfahren teilen und die Geselligkeit pflegen. Als kantonaler Verein gehören wir zur Abteilung Breiten- und Erwachsenensport von Schwyzer Sport und sind Mitglied bei Swiss Cycling Regionalverband Schwyz und beim Sportverband des Kanton Schwyz, Schwyzer Sport.

**Das Jahresprogramm 2025 ist online unter [www.seniorenradler.ch](http://www.seniorenradler.ch) ersichtlich.**



## krebsliga zentralschweiz

Die Krebsliga Zentralschweiz berät, unterstützt und informiert Menschen mit und nach Krebs und ihre Nahestehenden. Sie setzt sich gezielt für Prävention und Früherkennung von Krebs ein und fördert die unabhängige Krebsforschung in der Region.

An fünf Beratungsstellen, darunter in Lachen, Tel. 055 442 89 70 bietet die Krebsliga Zentralschweiz ihre Dienste an. [www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)

## EVANGELISCH-REFORMIERTE KIRCHGEMEINDE DER MARCH

**Folgende Altersausflüge werden im 1. Semester 2025 organisiert:**

- **Mittwoch, 14. Mai**
- **Dienstag, 24. Juni** (Halbtagesausflug)

Auskunft und Anmeldung bei: Lukas Dettwiler, Tel. 055 451 20 65, 078 684 86 20 oder [lukas.dettwiler@ref-march.ch](mailto:lukas.dettwiler@ref-march.ch)

# Regionalbibliothek March

Glernerstrasse 7, 8854 Siebnen  
[www.regionalbibliothekmarch.ch](http://www.regionalbibliothekmarch.ch)

## Öffnungszeiten:

Dienstag: 08.30 – 10.00 Uhr

Mittwoch: 17.00 – 19.00 Uhr

Freitag: 16.30 – 18.30 Uhr

Seit über 35 Jahren führt der «Bibliothek Verein in Siebnen» die Regionalbibliothek March. Wir alle arbeiten unentgeltlich. Wir bieten der Märcbler Bevölkerung ein breites, aktuelles Bücherangebot für alle Altersklassen an. Dabei berücksichtigen wir auch Leserwünsche. Bei den Büchern für Erwachsene präsentieren wir ein aktuelles Angebot zu verschiedensten Stoffkreisen. Wer den Jahresbeitrag von Fr. 50.– bezahlt, kann ein ganzes Jahr lang gratis Bücher ausleihen. Einzelausleihe ist möglich. Mehr über uns und unsere Bibliothek erfahren Sie auf unserer Homepage.

Kommen Sie doch einmal in unserer Bibliothek vorbei, wir beraten Sie gerne.

**Das Bibliotheksteam des Bibliothek Verein**



**Bibliothek Verein**  
**in Siebnen** Vorstand BVS



**Bon** für eine  
**Gratisausleihe**

# Die Jugend ist ein Geschenk der Natur, aber das Alter ist ein Kunstwerk.

## **KISS Genossenschaft March**

KISS – die Begleitete Nachbarschaftshilfe

Freiwillige helfen einander in der Nachbarschaft. Dies stärkt den Zusammenhalt und macht Freude. Die Freiwilligen können ihre eingesetzten Stunden gutschreiben. Alle Genossenschaftler sind Gebende und Nehmende und begegnen sich auf Augenhöhe. Dies führt zu hoher Zufriedenheit und Anerkennung bei den Mitgliedern. Ziel ist, dass Menschen aller Generationen die Betreuung benötigen, durch Nachbarschaftshilfe möglichst lange zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können.

KISS arbeitet schweizweit am Aufbau der 4. geldfreien Vorsorgesäule. KISS bedeutet «Keep it small and simple». Eine überschaubare Gruppe von sich vertrauenden Menschen (small) geben und nehmen auf einfache unbürokratische Art (simple) Unterstützung. In der Genossenschaft vor Ort wird Gemeinschaft gelebt. Dort treffen sich die Engagierten und Interessierten, tauschen Erfahrungen und Wissen aus, unterstützen sich gegenseitig, entwickeln Ideen und Zusammengehörigkeit.

Die Fachpersonen für Geschäftsleitung und Koordination begleiten die Gebenden und Nehmenden und vermitteln, wenn nötig, Einsätze und Dienstleistungen zwischen Mitgliedern. Dies garantiert hohe Qualität. Weitere Informationen über KISS oder die KISS-Cafés erhalten Sie über unsere Homepage oder die Regionalzeitung.

# Abschied von Heidi Pulfer und Ida Ruoss, Buttikon

## Liebe Seniorinnen, Senioren und KollegInnen

Aus eigener Erfahrung wisst ihr, dass nichts so sicher ist wie Veränderung, auch bei uns Aktiven Senioren.

Während einigen Jahren, bei Heidi während sehr vielen Jahren, organisierten wir Aktivitäten für unsere Mitmenschen im Pensionsalter. Wir freuten uns, wenn Frauen und Männer mit langer Lebenserfahrung Kontakt fanden mit Gleichaltrigen. Es ermutigte uns, wenn sie unseren Einladungen folgten zu Lotto, Vorträgen, Ausflügen, Besichtigungen, Grillieren, Gesprächsrunden, Lesungen oder zum Singen. Gemeinsam lernten wir liebenswerte Menschen in dieser Lebenssituation besser kennen, schätzen und erlebten gute Stunden.

Allen möchten wir einen herzlichen Dank aussprechen, besonders jenen lieben Menschen, die mit Musik, Vorträgen oder anderer Hilfe die Angebote überhaupt ermöglichten. Zufriedene Gesichter beim Ade sagen waren wie Sonnenstrahlen für uns. Jetzt haben wir uns entschlossen dieses ehrenamtliche Engagement Jüngeren zu übergeben. Wir hoffen aber, dass wir Vielen von euch weiterhin spontan begegnen im Alltag.

**Alles Gute für die Zukunft!**

Mit herzlichen Grüßen  
**Heidi Pulfer und Ida Ruoss, Buttikon**

# SeniorenAKTIV

## Aktive Senioren Siebnen

**Lottonachmittag, Montag, 17. März und Montag, 12. Mai 2025**

Ort und Zeit: jeweils im Foyer Stockbergschulhaus, Siebnen, 14.00 Uhr

Kontakt: Aktive Senioren Siebnen, Dominik Schuler, Glarnerstrasse 72, 8854 Siebnen,  
Tel. 079 248 59 89

## Bewegungscafé

Jeden 3. Freitag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr

Das Bewegungscafé ist der Ort für pflegende Angehörige und all jene, die sich mit den eigenen Bewegungsmöglichkeiten auseinandersetzen wollen. Egal ob vorbeugend oder bei konkreten körperlichen Herausforderungen (Gangunsicherheit, Gleichgewicht, Treppensteigen oder andere Einschränkungen im Alltag) lohnt sich ein Besuch.

Es geht nicht um Können bzw. Nicht-Können oder um sportliche Herausforderungen. Unterstützt von einem Coach der Wirkstatt LQ suchen Sie gemeinsam nach individuellen, neuen Möglichkeiten, um alltägliche Aktivitäten zu bewältigen. Wir lernen gemeinsam, unsere Beweglichkeit zu erhalten.

Anschliessend können Sie sich bei Kaffee und Zvieri mit anderen BesucherInnen des Bewegungscafés austauschen.

**Sie können ohne Voranmeldung das Bewegungscafé besuchen.**

Hier finden Sie uns: Wirkstatt LQ, c/o stiftung lebensqualität, Nordring 20, 8854 Siebnen, Tel. 055 450 25 10



# Das Jahrgänger Treffen



Das Jahrgänger Treffen ist für Ur-Gemeindemitglieder und solche, die beginnen, ihre Wohngemeinde zu entdecken; neue Bekanntschaften zu schliessen oder vergessene Kameradschaften aufleben zu lassen. Bereits in einigen Gemeinden haben sich diese Jahrgänger Treffen erfolgreich etabliert. In Wädenswil, in Hünenberg oder in Freienbach; dort nennen sie sich «Stamm», «Club 66» oder «Treff». Jedes Jahr kommt ein weiterer dazu, welcher jeweils von einem oder zwei Gruppenmitgliedern selbständig organisiert wird. Diese organisieren u.a. regelmässige Höcks oder Ausflüge.

Am 7. November 2024 war es soweit, 84 (!) Frauen und Männer mit Jahrgang 1957 und 1958 sind der Einladung zum ersten Treffen im Restaurant Traube gefolgt und haben Interessen bekundet, einen Treff auch in der Gemeinde Schübelbach neu zu organisieren und zu etablieren.

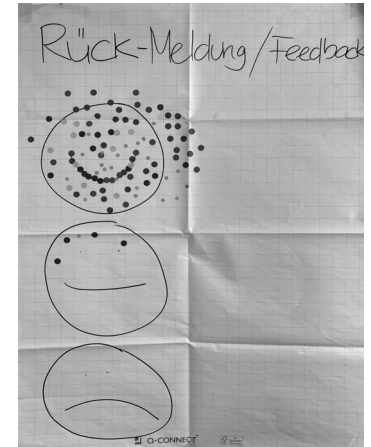
Der erste 57-Treff / 58-Treff findet am Dienstag, 21. Januar 2025, 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr in der Cafeteria BSZ Schübelbach statt.

**Manuela Kohli-Wild**

Fachverantwortliche für Altersfragen

Tel. 055 450 56 86 oder

[manuela.kohli@schuebelbach.ch](mailto:manuela.kohli@schuebelbach.ch)





**Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe,  
Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 13. / 20. / 27.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum  
Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Jass- und Spielnachmittag für Jung und  
Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Dienstag, 14. / 28.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Senioren-z'Mittag im Restaurant  
Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 14.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach,  
Gutenbrunnen**

Mittwoch, 08. / 15. / 22. / 29.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg-  
Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 08. / 15. / 22. / 29.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe





**Mittagstisch in Buttikon,  
Restaurant Traube, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstagmorgen 10.00 Uhr,  
direkt unter Tel. 055 440 77 00

Donnerstag, 09.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Spiel-Nachmittag im Wohn- und  
Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 09. / 23.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 17.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**57er/58er Treff, 14.00 bis 15.00 Uhr**

Cafeteria BSZ Stiftung Schübelbach,  
Tel. 055 450 56 86

Dienstag, 21.



**Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe,  
Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 03. / 10. / 17.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum  
Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Jass- und Spielnachmittag für Jung und  
Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Dienstag, 11. / 25.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Senioren-z'Mittag im Restaurant  
Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 11.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach,  
Gutenbrunnen**

Mittwoch, 05. / 12. / 19.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg-  
Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 05. / 12. / 19.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



**Mittagstisch in Buttikon,  
Bistro 94, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstag 8.00 Uhr,  
Petra Lehmann, Tel. 055 444 18 94

Donnerstag, 06.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Senioren-Nachmittag im Foyer  
Stockberg Siebnen, 11.30 Uhr**

Anmeldung bis 17. Februar, Rita Müller,  
Tel. 055 440 35 84

Donnerstag, 27.

---



**Spiel-Nachmittag im Wohn- und  
Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 06. / 20.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 21.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



**Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe,  
Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 10. / 17. / 24. / 31.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Lottonachmittag, Foyer  
Stockbergschulhaus, Siebnen, 14.00 Uhr**

Montag, 17.

---



**Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum  
Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Jass- und Spielnachmittag für Jung und  
Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Dienstag, 11. / 25.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Senioren-z'Mittag im Restaurant  
Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 11.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach,  
Gutenbrunnen**

Mittwoch, 12. und 26. (19. Feiertag)  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg-Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 12. und 26. (19. Feiertag)  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



## **Mittagstisch in Buttikon, Restaurant Traube, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstagmorgen 10.00 Uhr,  
direkt unter Tel. 055 440 77 00

Donnerstag, 06.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



## **Spiel-Nachmittag im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 06. / 20.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



## **Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 21.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

# **Raumpaten – Gemeinsam für eine saubere Gemeinde!**

Sie interessieren sich für die Umwelt und möchten aktiv etwas gegen Littering tun? Dann werden Sie Teil unseres Raumpatenschaftsprojekts! Seit sechs Jahren setzen sich bereits sechs motivierte Raumpaten in unserer Gemeinde für die Sauberkeit im öffentlichen Raum ein und leisten dabei jährlich rund 1500 Stunden wertvolle Arbeit. Jetzt suchen wir weitere engagierte Freiwillige, die uns unterstützen wollen.

## **Was sind die Aufgaben als Raumpate?**

Als Raumpate betreuen Sie ein festes Gebiet in der Gemeinde und sorgen dafür, dass es sauber bleibt. Mit Greifzange, Kübel und Abfallsack ausgestattet, können Sie selbst bestimmen, wann und wie oft Sie im Monat im Einsatz sind. Das Ziel sind 20 Einsatzstunden pro Monat. Sie sind dabei nicht nur für die Sauberkeit zuständig, sondern auch im Austausch mit der Bevölkerung, die unsere Raumpaten bereits gut kennen.

## **Warum mitmachen?**

Gemeinsam setzen wir ein Zeichen gegen Littering und tragen aktiv zur Verschönerung unserer Gemeinde bei. Sie helfen nicht nur der Umwelt, sondern sind auch Teil eines Projekts, das den Zusammenhalt in der Gemeinde stärkt. Machen Sie mit, werden Sie Raumpate und bringen frischen Wind in unser Projekt!

Interessierte dürfen sich gerne bei Job-Coach Luigi Grob, Tel. 055 450 56 86 oder beim Umweltschutzbeauftragten Mathias Pfister, Tel. 055 450 56 16 für weitere Infos melden.

## **Seniorinnen und Senioren werden älter und fühlen sich jünger**

Die Schweizer werden immer älter. Über 65-Jährige machen einen steigenden Anteil der Bevölkerung aus. Die Lebenserwartung steigt und nach der Pensionierung besteht die Aussicht auf einige gesunde Lebensjahre, die aktiv genutzt werden können. Subjektiv fühlen sich ältere Menschen erst mit 80 Jahren als alt.

**Das soziale Alter geniesst einen höheren Stellenwert, als das kalendarische Alter.**

### **Die neue Qualität des Alterns**

Die heutigen Seniorinnen und Senioren besitzen nicht nur eine höhere Lebenserwartung als frühere Generationen; sie sind in der Regel auch gut ausgebildet und mehrheitlich finanziell abgesichert. Zudem bleiben sie zu einem grossen Teil relativ lange gesund. Viele ältere Menschen sind persönlich oder sozial aktiv und tragen so zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei. Sie entsprechen deshalb nicht mehr dem herkömmlichen defizitären Bild des Alterns, das mit dem Abbau körperlicher und kognitiver Fähigkeiten, Inaktivität, sozialem Rückzug, Einsamkeit sowie Bedürftigkeit und Abhängigkeit assoziiert wird. Dies zeigt sich auch bei der eigenen Einschätzung der älteren Menschen: Der subjektiv gefühlte Beginn des «Alt seins» hat sich von durchschnittlich 69 Jahren (in den 1990er Jahren) auf rund 80 Jahre erhöht.

### **Freiwilliges Engagement**

Knapp ein Viertel der 65- bis 74-Jährigen und ein Zehntel der über 74-Jährigen ist im Rahmen organisierter Freiwilligenarbeit in Vereinen und Institutionen aktiv. 40% bzw. 20% engagieren sich auf informelle Weise freiwillig. Dieses Engagement wird häufig für andere ältere Personen oder für die Betreuung von (Enkel-) Kindern geleistet. Falls Sie Interesse haben, sich für unsere ältere Bevölkerung in der Gemeinde Schübelbach einzusetzen, freuen wir uns darüber und unterstützen Sie gerne – Ihr freiwilliges Engagement ist wichtig und wird geschätzt.

Unsere Helferinnen und Helfer werden am 24. April 2025 zu einer «Gummeli-Teilete» eingeladen. Die Einladungen werden rechtzeitig von der Fachverantwortlichen für Altersfragen verschickt.

**Freiwilligenarbeit ist eine Vitaminbombe für die Seele – sie stärkt nicht nur die Gemeinschaft, sondern verleiht auch dem eigenen Leben einen extra Kick!**

**Manuela Kohli-Wild**  
Fachverantwortliche für Altersfragen



**Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe,  
Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 07. / 14.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum  
Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Jass- und Spielnachmittag für Jung und  
Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Dienstag, 08. (mit Mittagessen) / 22.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Senioren-z'Mittag im Restaurant  
Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 08.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen  
Buttikon-Schübelbach, Gutenbrunnen**

Mittwoch, 02. / 09. / 23. (16. Halle besetzt)  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg-  
Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 02. / 09. / 16. / 23.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe





**Mittagstisch in Buttikon,  
Bistro 94, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstag 8.00 Uhr,  
Petra Lehmann, Tel. 055 444 18 94

Donnerstag, 03.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



**Spiel-Nachmittag im Wohn- und  
Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 03.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



**Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 18.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



**Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe,  
Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 12. / 19. / 26.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



**Lottonachmittag, Foyer  
Stockbergschulhaus, Siebnen, 14.00 Uhr**

Montag, 12.



**Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum  
Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe



**Senioren-z'Mittag im Restaurant  
Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 13.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe



**Tagesausflug der reformierten Kirche March**

Kontakt: Lukas Dettwiler, Tel. 055 451 20 65 oder  
078 684 86 20

Mittwoch, 14.



**Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach,  
Gutenbrunnen**

Mittwoch, 14. / 21. / 28.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg-Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 14. / 21. / 28.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



## **Jass- und Spielnachmittag für Jung und Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Sommerpause bis 14.10.2025

---



## **Mittagstisch in Buttikon, Restaurant Traube, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstagmorgen 10.00 Uhr,  
direkt unter Tel. 055 440 77 00

Donnerstag, 08.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe

---



## **Spiel-Nachmittag im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 01. / 15.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

---



## **Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 16.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Chor 60+ Ausserschwyz, Chorprobe, Sek 1 March, Siebnen**

Montag, 2. / 16. / 23. / 30.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Mittagstisch im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Voranmeldung erwünscht unter Tel. 055 430 31 06

Täglich  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe



## **Senioren-z'Mittag im Restaurant Rössli Schübelbach**

Anmeldung bitte direkt im Restaurant Rössli,  
Tel. 055 440 46 66

Dienstag, 10.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe



## **Halbtagesausflug der reformierten Kirche March**

Kontakt: Lukas Dettwiler, Tel. 055 451 20 65 oder  
078 684 86 20

Dienstag, 24.



## **Seniorenturnen Buttikon-Schübelbach, Gutenbrunnen**

Mittwoch, 04. / 11.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Seniorenturnen, Turnhalle Stockberg- Schulhaus, Siebnen**

Mittwoch, 04. / 11. / 18. / 25.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Jass- und Spielnachmittag für Jung und Alt im Magnusstübli, Buttikon**

Sommerpause bis 14.10.2025



## **Mittagstisch in Buttikon, Bistro 94, 12.15 Uhr**

Anmeldung bis Donnerstag 8.00 Uhr,  
Petra Lehmann, Tel. 055 444 18 94

Donnerstag, 05.  
Infos siehe  
wiederkehrende Anlässe



## **Spiel-Nachmittag im Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen**

Donnerstag, 12. / 26.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe



## **Bewegungscafé in Siebnen**

Freitag, 20.  
Infos siehe wiederkehrende Anlässe

# Hohe Geburtstage wurden im Foyer der Stockberghalle gefeiert

## Jubilaren Feier von Mittwoch, 6. November 2024 im Foyer, Stockberghalle Siebnen

Im festliche geschmückten Foyer wurden Jubilarinnen und Jubilaren ab 80 Jahren geehrt.

Mehr als 90 Gäste (Jubilar/Innen mit Begleitung) folgten der persönlichen Einladung. Der Gemeindepräsident Othmar Büeler, der Gemeinderat Patrick «Suti» Suter, die Fachverantwortliche für Altersfragen, Manuela Kohli-Wild sowie die Mitglieder der Kommission für Altersfragen hiessen die Anwesenden herzlich willkommen.

Die Gäste wurden mit einem feinen Mittagessen, inkl. Vorspeise und Dessert vom eingespielten Koch- und Service-Team von Maria-Louise Huber verwöhnt. Ein besonders fröhlicher Moment war es, als die Schulkinder des Kinderchor Region Obermarch die Herzen der Gäste mit vorgetragenen Liedern erfreute. Auf der Gitarre von Irene Bendel begleitet, sangen die Kinder Lieder für die Gäste, welche mit Begeisterung zuhörten, mitsummten und mitsangen.

In der Gemeinde Schübelbach lässt es sich gut alt werden. Der Gemeindepräsident ehrte die anwesenden Gäste, mit 97, 96, 95 und 90 Lebensjahren.

Auch im Jahr 2025 wird die Fachverantwortliche für Altersfragen, Manuela Kohli-Wild, wieder eine Jubilaren Feier zu Ehren der älteren Bevölkerung organisieren. Die Einladungen werden rechtzeitig verschickt und in der nächsten Agenda 65+ publiziert.





# Wichtige Adressen

## **Fachstelle Altersfragen (65+)**

Die Anlaufstelle für Fragen rund um's Alter; für ältere Menschen, Angehörige und Bezugspersonen. Persönliche Beratungsgespräche können telefonisch oder per E-Mail vereinbart werden. Die Beratungen sind kostenlos und an die Schweigepflicht gebunden. Manuela Kohli-Wild, Tel. 055 450 56 86 / manuela.kohli@schuebelbach.ch.

## **Wohnen im Alter**

- Alters- u. Pflegeheim Obigrueh, Eisenburgstrasse 3, 8862 Schübelbach, Tel. 055 450 22 00, [www.aph-obigrueh.ch](http://www.aph-obigrueh.ch)
- Wohn- und Pflegezentrum Stockberg Siebnen, Tel. 055 450 31 00, [www.pflege-siebnen.ch](http://www.pflege-siebnen.ch)

## **Fahrdienste**

- rollmobil March-Höfe, Tel. 041 811 75 74, Fahrdienst für Menschen im Rollstuhl
- Rotkreuz-Fahrdienst, SRK Schwyz, Tel. 041 811 75 74 oder KISS Genossenschaft March, Tel. 079 680 71 58

## **Mahlzeitendienste**

- CasaGusto, Auskunft und Bestellung Tel. 058 451 50 50, Menu Auswahl: [www.casa-gusto.ch/shop](http://www.casa-gusto.ch/shop)
- Mahlzeitendienst Spitex Obermarch, Tel. 055 450 48 70, [info@spitex-obermarch.ch](mailto:info@spitex-obermarch.ch)

## **Spitex und Entlastungsdienste**

- Spitex March AG, Wägitalstrasse 22, 8854 Siebnen, Tel. 055 450 48 80
- Rotkreuz-Notruf, Schweizerisches Rotes Kreuz, Wägitalstrasse 22, 8854 Siebnen, Tel. 055 450 77 00

## **Pro Senectute Kanton Schwyz**

- Standort Ausserschwyz, Hintere Bahnhofstrasse 3, 8853 Lachen, Beratung Tel. 055 442 65 55, Kurse Tel. 055 442 65 56, [www.sz.prosenectute.ch](http://www.sz.prosenectute.ch)

**Krebsliga Zentralschweiz** Beratungsstelle Lachen, Tel. 055 442 89 70, [www.krebsliga.info](http://www.krebsliga.info)

**Mitenand – Hand in Hand** Begleitdienst für Schwerkranke und Sterbende, Tel. 076 724 28 22

**Malreden** Verein Silbernetz Schweiz, Aebistrasse 14, 3012 Bern, [www.malreden.ch](http://www.malreden.ch), Hotline 0800 890 890

**KISS Genossenschaft March** Begleitete Nachbarschaftshilfe, Kernteam, [www.kiss-march.ch](http://www.kiss-march.ch) oder 079 680 71 58

**Raumpatenschaft der Gemeinde Schübelbach** Umweltschutzbeauftragter Mathias Pfister, Tel. 055 450 56 16 oder Job Coach, Luigi Grob, Tel. 055 450 56 96