



Events

Mai & Juni 2025

Residenz Stadtpark



Liebe Leser und Leserinnen

Der Winterpullover ist endlich im Sommerschlaf, die Sonnencreme feiert ihr Comeback und die Grillzange liegt schon nervös in der Ecke - es ist Zeit für zwei Monate voller Spass, Sonne und unvergessliche Erlebnisse!

Ob Konzerte, Feste oder sportliche Herausforderungen - hier finden Sie alles, was Ihr Herz begehrt. Also schnappen Sie Ihre Sonnenbrille, markieren Sie die Highlights im Kalender und machen Sie sich für eine grossartige Zeit bereit!

Lassen Sie uns den Frühling verabschieden und den Sommer gebührend einläuten - mit jeder Menge guter Laune und vielleicht dem ein oder anderen kühlen Getränk in der Hand.

Herzlichst

David Spengler, Leiter Technik & Sicherheit



Yoga auf dem Stuhl

EINS MIT DEM KÖRPER

Selin Öksüz taucht mit Ihnen in die Welt des Yogas ein.

In entspannter Atmosphäre können Sie Energie tanken und die wohltuende Wirkung des Yogas erleben. Mit sanften Übungen wird Ihre Beweglichkeit gefördert, die Muskulatur gestärkt und Verspannungen sanft gelöst.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Freitag, 2./9./16./23./30. Mai, 15.30 Uhr
Gym



Nordic Walking

FIT DURCH DEN FRÜHLING

Die frische Luft, die blühende Natur und die ersten warmen Sonnenstrahlen laden zum wöchentlichen Nordic Walking ein. Zusammen mit der Remove Praxis, lernen Sie die Sportart besser kennen.

Das regelmässige Walking fördert die Bein- und Oberkörpermuskulatur, Ausdauer und Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems. Probieren Sie es aus.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Montag, 5./12./19./26. Mai, 9.30 Uhr
Treffpunkt Lobby



Andacht

RAST DER WOCHE

Die reformierte Andacht wird geleitet von Pfarrerin Manuela Schäfer. Musikalisch wird dieser Anlass von Robert Metzger begleitet.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Mittwoch, 7. Mai, 15.30 Uhr
Palmengarten



Yoga auf dem Stuhl

EINS MIT DEM KÖRPER

Selin Öksüz taucht mit Ihnen in die Welt des Yogas ein.

In entspannter Atmosphäre können Sie Energie tanken und die wohltuende Wirkung des Yogas erleben. Mit sanften Übungen wird Ihre Beweglichkeit gefördert, die Muskulatur gestärkt und Verspannungen sanft gelöst.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Mittwoch, 7./14./21./28. Mai, 10.30 Uhr
Gym



Gymnastik

ENERGIEVOLL IN DEN TAG

In dieser Stunde werden Sie mit Barbara Tuma, Physiotherapeutin, Ihre Muskeln und Gelenke dehnen, bewegen und kräftigen. Beginnen Sie den Donnerstagmorgen mit Gymnastik und starten Sie energievoll in den Tag.

Niveau I um 9.30 Uhr

Niveau II um 10.15 Uhr

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Donnerstag, 8./15./22. Mai
Gym



Mama's Tag

BLUMEN VERWELKEN, MOMENTE BLEIBEN

Jedes Jahr am zweiten Sonntag im Mai feiern wir unsere Mamas und lassen sie hochleben. Und um Mama einen ganz besonderen Tag zu schenken, haben wir nach Ideen gesucht, wie man ihr eine besondere Freude bereiten kann - mit viel Zeit!

Ob ein gemeinsames 3-Gang-Mittagessen oder 3-Gang-Abendessen in der Zentrale - Hauptsache wir verbringen Zeit mit ihr und verwöhnen sie.

Reservation im Restaurant Zentrale erforderlich, Tel. 058 268 24 10.

Das Mittag- und Abendessen ist für unsere Bewohner kostenlos. Getränke nach Konsumation

Preis für Gäste CHF 46.-

Sonntag, 11. Mai
Mittagessen von 11.30 bis 14.00 Uhr
Abendessen von 18.00 bis 22.00 Uhr
Restaurant Zentrale



Konzert

SERENADE DER SAITEN

Kateryna Timokhina, Violine und Spyros Konidaris, Gitarre, begleiten Sie diesen Nachmittag auf eine bezaubernde musikalische Reise, in der sich die Klänge der Violine harmonisch mit den Tönen der Gitarre vereinen.

Es wird ein abwechslungsreiches Programm mit Werken von Nicolo Paganini, Jean Baptiste Loeillet, Astor Piazzola und weiteren Künstler gespielt.

Lassen Sie sich von einem Nachmittag voller musikalischer Höhepunkte verzaubern.

Zum Vortrag sind externe Gäste gerne willkommen.

Donnerstag, 15. Mai, 16.00 Uhr
Lobby



Gesundheitsvortrag

DIE BLASE

Die Blase hat in unserem Körper eine wichtige Funktion. Sie sammelt die giftigen Substanzen, welche die Niere für uns filtert und dient somit als Zwischenspeicher für unseren Urin.

Doch was, wenn die Blase verrücktspielt und es zu einer über- oder unteraktiven Blase kommt? Erfahren Sie von unserer Residenzärztin, Rakel Kaiser-Diogo was Sie dagegen tun können.

Zum Vortrag sind externe Gäste gerne willkommen. Anmeldung erforderlich, Tel. 058 268 24 00. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Donnerstag, 22. Mai, 15.00 Uhr
Ustra



Lesung

EINE REISE DURCH DIE JAHRESZEITEN

Am heutigen Nachmittag stehen die Monate Mai & Juni im Mittelpunkt von Gabriela Leutwilers Lesung. Der Mai schenkt uns die ersten sommerlichen Sonnenstrahlen und bildet eine Brücke zum Juni. Der Sommer ist da - mit warmen Temperaturen, üppigen Blumen und lauen Abenden.

Gabriela Leutwiler wird uns die beiden Monate dieser blühenden Jahreszeit mit Gedichten, Kurztexten und weiteren literarischen Werken näher bringen.

Zur Lesung sind externe Gäste gerne willkommen. Anmeldung erforderlich, Tel. 058 268 24 00. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Mittwoch, 28. Mai, 15.00 Uhr
Ustra



Nordic Walking

LOS GEHT`S!

Die frische Luft und die blühende Natur laden zum wöchentlichen Nordic Walking ein. Zusammen mit der Remove Praxis, lernen Sie die Sportart besser kennen.

Das regelmässige Walking fördert die Bein- und Oberkörpermuskulatur, Ausdauer und Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems. Probieren Sie es aus.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Montag, 2./16./23./30. Juni, 9.30 Uhr
Treffpunkt Loby



Konzert

DIE SENIORIKER

Das regionale Orchester „Die Senioriker“ wurde im September 2004 gegründet und besteht aus 23 Musikerinnen und Musikern.

Das symphonische Orchester aus Streichern und Bläsern spielt unter der Leitung von unserer Bewohnerin Anja Wettstein unterhaltsame Musik aus allen Stilepochen.

Besuchen Sie das Konzert in der Reformierten Kirche in Uster. Es erwartet Sie eine grosse musikalische Bandbreite und eine bemerkenswerte Klangqualität.

Dienstag, 3. Juni, 15.00 Uhr
Reformierte Kirche Uster



Yoga auf dem Stuhl

EINS MIT DEM KÖRPER

Selin Öksüz taucht mit Ihnen in die Welt des Yogas ein.

In entspannter Atmosphäre können Sie Energie tanken und die wohltuende Wirkung des Yogas erleben. Mit sanften Übungen wird Ihre Beweglichkeit gefördert, die Muskulatur gestärkt und Verspannungen gelöst.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Mittwoch, 4./11./18./25. Juni, 10.30 Uhr
Gym



Andacht

RAST DER WOCHE

Die katholische Andacht wird geleitet von der diakonischen Mitarbeiterin Kristina Eberitzsch.

Musikalisch wird dieser Anlass von Helmut Nowak, Piano begleitet.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Mittwoch, 4. Juni, 15.30 Uhr
Palmengarten



Gymnastik

ENERGIEVOLL IN DEN TAG

In dieser Stunde werden Sie mit Barbara Tuma, Physiotherapeutin, Ihre Muskeln und Gelenke dehnen, bewegen und kräftigen. Beginnen Sie den Donnerstagmorgen mit Gymnastik und starten Sie energievoll in den Tag.

Niveau I um 9.30 Uhr

Niveau II um 10.15 Uhr

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Donnerstag, 5./12./19./26. Juni
Gym



Yoga auf dem Stuhl

EINS MIT DEM KÖRPER

Selin Öksüz taucht mit Ihnen in die Welt des Yogas ein.

In entspannter Atmosphäre können Sie Energie tanken und die wohltuende Wirkung des Yogas erleben. Mit sanften Übungen wird Ihre Beweglichkeit gefördert, die Muskulatur gestärkt und Verspannungen gelöst.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz.

Anmeldung an der Réception erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Freitag, 6./13./20./27. Juni, 15.30 Uhr
Gym



Pfingstaperitif

MATINÉE

„Alles aufgehende hat seine Zeit, zu Pfingsten ist die Natur bereit“ - *Autor unbekannt*

Wir laden Sie herzlich ein, am Pfingstmontag mit uns auf die schönen Dinge und alles, was der Monat Juni für uns bereithält, anzustossen.

Das Matinée wird von Larissa Baumann musikalisch umrahmt.

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz und kostenlos.

Montag, 9. Juni, 10.30 Uhr
Lobby



Interessentenanlass

HERZLICH WILLKOMMEN!

Bei kleinen Köstlichkeiten des Hauses gewähren wir Ihnen, geschätzte Interessenten, einen vertieften Einblick in unserer Residenz. Nach einer kurzen Präsentation und der darauffolgenden Hausbesichtigung sind wir gerne für persönliche Fragen zu Ihrer Anmeldung da.

Anmeldung erforderlich. Tel. 058 268 24 00

Dienstag, 17. Juni, 15.00 Uhr
Lobby

Lesung

DER KOSMOS SCHWEIZER LITERATUR

„Seine Lesungen sind Kult“. - *Hessischer Rundfunk*

Der Bündner Autor, Arno Camenisch kehrt in die Residenz Stadtpark zurück und kreiert für uns einen Blumenstrauss aus verschiedenen Texten mit einem frischen und lebendigen Mix.

Er liest ein „Best of“ aus seinen Büchern und Spoken Word Texten. Mit der gleichen Originalität, mit der Camenisch seine Wort- und Bildersprache kreiert, trägt er auch seine Texte vor - in seinem unvergleichlichen, melancholisch-humorvollen „Camenisch-Sound“.

Zur Lesung sind externe Gäste gerne willkommen. Anmeldung erforderlich, Tel. 058 268 24 00. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.

Donnerstag, 19. Juni, 15.00 Uhr
Ustra



Midsummer-Party

LITTLE ITALY

Eine Sommernacht in Italien - ein wunderschöner Traum. Aber wissen Sie, was noch schöner ist? - ein Hauch von Italien, gewürzt mit einer Prise Jazz & Swing bei uns in der Residenz. Italia meets NYC - oder besser gesagt, „Little Italy.“

Geniessen Sie an langen Tafeln italienische Antipasti, Pasta, Secondi und Dolce sowie die Band „the color of jazz“ und tauchen Sie in „Little Italy“ ein!

Ein Anlass für die Bewohner der Residenz. Der Anlass ist exkl. Getränke kostenlos.

Das Mittagessen entfällt!

Der Anlass findet nur bei schönem Wetter statt. Verschiebedatum ist der Donnerstag, 26. Juni 2025.

Dienstag, 24. Juni, 18.30 Uhr
Terrasse Zentrale



Zum Geburtstag im Juni

von Wilhelm Busch

Nein, mir gefällt am besten
Das, was der Sommer bringt,
Wenn auf belaubten Ästen
Die Schar der Vöglein singt.

Wenn Rosen, zahm' und wilde,
In vollster Blüte stehn,
Wenn über Lustgefilde
Zephire kosend wehn.

Und wollt' mich einer fragen,
Wann's mir im Sommer dann
Besonders tät behagen,
Den Juni gäb' ich an.

