

CURA–Sommerfest am Freitag, den 26. Juni 2026



10:00 **ERÖFFNUNG**

10:15– **Neue Perspektiven** mit Simone Schubnell

11:45 Wir lassen uns von der Natur inspirieren und zeichnen, malen und gestalten. Entweder draussen oder wir holen die Natur ins CURA und erhalten Inputs aus Kunstgeschichte oder Literatur. Dabei entstehen jeweils klein- und grossförmige Kostbarkeiten, welche unser Herz und Seele beflügeln können.

11:00– **Atem- und Körpertherapie** mit Ingrid Haupt

11:45 Einfache Körper- und Bewegungsübungen helfen den Atem ins Fliessen zu bringen und ihn bewusst wahrzunehmen. Dadurch können sich Verspannungen und Beschwerden lösen und Sie lernen aktiv an der Verbesserung Ihres Gesundheitszustandes teilzunehmen.

12:00– **Wir genießen eine schmackhafte Paella, grünen Salat, das gemeinsame Zusammensein und pflegen die Geselligkeit untereinander.**
13:30

14:00– **Konzert mit Svenja Valentin**

14:40 Svenja singt für uns live verschiedene zeitaktuelle Lieder

15:00– **Café Gemeinsam statt Einsam** mit Edith Ritter

16:30 Wir erleben Lebensfreude und fördern die Kreativität das Zuhören, das Verständnis und die Wertschätzung mit diversen Gemeinschaftsspielen für drinnen (Karten-, Brettspiele) und draussen (Boule, Federball, Frisbee, Kupp) gemütliches Beisammensein

17:00 **ENDE**

Wir freuen uns auf tolle Begegnungen