

# TELLIPOST

NR. 474 OKTOBER 2020 | 47. JAHRGANG

Mitteilungsblatt des Quartiervereins und des Gemeinschaftszentrums Tellli

## Wie weiter beim Kleintierzoo?



Bild: Sophie Stieger

### Kontakt:

Telligebaeudereinigung GmbH  
Neuenburgerstrasse 2  
5004 Aarau

Tel/Fax: 062 822 70 15  
Mobile: 076 392 70 15

Mail: [info@tellireinigung.ch](mailto:info@tellireinigung.ch)



## Telligebaeudereinigung GmbH

Ihr Partner für alle Reinigungen

### Dienstleistungen:

- Entsorgung
- Hauswartung
- Möbelmontage
- Umzug / Transport
- Umzugsreinigung
- Wohnungsreinigung

Web:

[www.telligebaeudereinigung.ch](http://www.telligebaeudereinigung.ch)  
[www.tellireinigung.ch](http://www.tellireinigung.ch)



# Köstlich und handgemacht.



**Jaisli-Beck** für feinsten Genuss

Buchs, City Märt und Telli Aarau  
[www.jaisli-beck.ch](http://www.jaisli-beck.ch)



**HEIDAK**<sup>+</sup>  
Spagyrik

## Reinste Naturkraft mit spagyrischen Essenzen

Bei Ihrem HEIDAK-Spezialisten  
erhalten Sie Ihre ganz  
persönliche Mischung.



HEIDAK  
SPAGYRIK  
Reinste Naturkraft

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

schön  
**gesund**

Drogerie im Telli

## INHALT | IMPRESSUM

## EDITORIAL

## INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Editorial	3
Gemeinsam die Zukunft in der Telli gestalten!	4
Stadttomaten in der Telli	6
Menschen in der Telli: Ka Marti	7
Stellenausschreibung	8
Mit Rhythmik die geistige und körperliche	
Mobilität trainieren	9
QV-Blog	11
Primarschule: Zeitreise mit Schmuggelware	13
KIFF-Blog	15
Rätsel	17
Veranstaltungen	19

## HERAUSGEBER

Quartierverein Telli, info@qv-telli.ch  
Gemeinschaftszentrum Telli, info@gztelli.ch

## AUFLAGE

2800 Exemplare. Wird kostenlos an alle Haushalte und Geschäfte des Telliquartiers abgegeben.

Die Tellipost kann abonniert werden.

10 Ausgaben kosten Fr. 30.–  
per Postversand

## REDAKTIONSTEAM

Ändu Feller, Claudia Gerber,  
Hansueli Trüb, Urs Winzenried,  
Stefan Worminghaus

## ANSCHRIFT | INSERATEVERWALTUNG

Redaktion Tellipost  
c/o GZ Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau  
info@gztelli.ch | Tel. 062 824 63 44

## REDAKTIONSSCHLUSS

am 15. des Vormonats

## ERSCHEINUNGSWEISE

10x jährlich, am letzten Mittwoch des Vormonats, Dezember | Januar und Juli | August erscheinen als Doppelnummern

## DRUCK

ZT Medien AG  
ztpriint – der Printbereich  
Schönenwerderstrasse 13, 5036 Oberentfelden

## Liebe Leserinnen, liebe Leser



Welcher Erziehungsstil hat Sie geprägt? Ein autoritärer, bei dem die Eltern sagten, «wo's lang geht» und Sie als Kind gefälligst zu gehorchen hatten? Waren Sie Kind in der Zeit der antiautoritären Bewegung und durften tun und lassen, was Sie wollten? Oder gehörten Ihre Eltern zu jenen, die den sogenannten «partizipativen» Erziehungsstil pflegten, bei dem man Sie nach Ihrer Meinung fragte, diese ernst nahm und Sie mit-

reden liess? «Partizipation», abgeleitet vom lateinischen «participare» (teilnehmen, Anteil haben), bedeutet, dass das Kind bzw. der Mensch sein Dasein mitgestalten und mitbestimmen darf. Zum Glück hat man heute erkannt, dass es nicht nur für uns Erwachsene sondern auch für die Kinder wichtig ist, das Zusammenleben mitzugestalten. Ich denke, es ist ein Grundbedürfnis jedes Menschen, ob Gross oder Klein, seine Ideen und Anliegen einbringen zu dürfen, aktiv an Prozessen mitzuwirken und Einfluss nehmen zu können.

In der Telli haben wir immer wieder die Möglichkeit dazu. Das aktuellste Beispiel ist die Neugestaltung des Kleintierzoo und dessen Umgebung. Im Rahmen der Sanierung der Blöcke an der Delfterstrasse wurde die Firma ITOBA beauftragt, Vorschläge für die neue Nutzung der Innen- und Aussenräume zu erarbeiten. Bereits haben mehrere Veranstaltungen stattgefunden, an denen Kinder und Erwachsene ihre Ideen, ihre Kritik, ihre Wünsche einbringen konnten. Im Oktober haben Sie nochmals die Möglichkeit, sich aktiv zu beteiligen. Nutzen Sie die Gelegenheit, an einem der Workshops mitzuwirken. In unserer Titelgeschichte erfahren Sie mehr dazu.

Die Entwicklung unseres Quartiers aktiv mitzuprägen ist auch möglich, wenn man sich im Vorstand des Quartiervereins engagiert. Dieser ist auf Menschen angewiesen, die bereit sind, einen Teil ihrer Freizeit herzugeben und mitzuhelfen, die Zukunft der Telli zu gestalten. Leider sind in letzter Zeit vermehrt Rücktritte, aber nur sehr wenige Eintritte im Vorstand zu verzeichnen, weshalb dieser dringend neue Mitglieder sucht. Helfen Sie mit, unser multikulturelles Quartier mitzugestalten, indem Sie sich für den Vorstand des Quartiervereins melden!

Wenn wir aktiv in Prozesse eingebunden sind, uns an der Lösungsfindung beteiligen dürfen, Einfluss nehmen können, übernehmen wir mehr Verantwortung und identifizieren uns mit dem Resultat. Auch Helmut Schmidt, der ehemalige deutsche Bundeskanzler, erkannte die Wichtigkeit der Partizipation: «Eine Gesellschaft, die sich wirtschaftlich und sozial nach vorne bewegen will, ist ohne Mitbestimmung und die dazugehörige Mitverantwortung nicht zu denken.» Nutzen wir darum die Chance der Mitwirkung, wo immer sich diese ergibt.

Claudia Gerber







wichtig, dass nicht bereits Bewertungen (insbesondere Kritik) der geäußerten Meinungen vorgenommen, sondern einfach möglichst viele Beiträge unfiltriert gesammelt wurden. Sehr rasch füllten sich die Tafeln, und hauptsächlich im Bereich «Visionen» waren bald viele sehr interessante Ansätze für die künftige Gestaltung der Innen- und Aussenräume zu lesen. Sehr oft wurde der Wunsch nach einem multifunktionalen Raum geäußert, in welchem sich alle Generationen und Ethnien treffen können, um gemeinsam Spiele zu spielen, zu basteln, Gymnastik zu betreiben und anderes mehr. Auf der Wunschliste standen auch der Betrieb eines Bistros und eines Werkraumes, das Errichten einer WC-Anlage oder die Installation eines Brunnens mit Trinkwasser. Im sportlichen Bereich wurden eine Pétanquebahn, ein Trampolin, Pingpongische und ein Tennisplatz als wertvoll erachtet. Der Bau eines Baumhauses und ein grosses Bassin für Kinder wurden ebenfalls als attraktiv bezeichnet. Selbstverständlich wurden auch ein allfälliger Weiterbetrieb des Kleintierzoos und die Verbesserung der

bestehenden Velowege thematisiert. Als lästige Störfaktoren wurden unter anderem der herumliegende Abfall, die mit Farbe verschmierten Wände, das Grillieren mit Holzkohle auf den Balkonen, der nicht beseitigte Hundekot oder die zum Teil wenig kinderfreundliche Einstellung von BewohnerInnen genannt.

Die Vertreter von ITOBA waren mit den Resultaten der Ideensammlung zufrieden. In den vier rund je 1,5 Stunden dauernden Veranstaltungen waren jeweils Frauen und Männer aus verschiedenen Altersgruppen zugegen. Die coronabedingten Einschränkungen waren kaum hinderlich und liessen spannende Diskussionen unter den Teilnehmenden durchaus zu. Getränke und kleine Snacks, die kostenlos konsumiert werden konnten, trugen dazu bei, dass die Gespräche unter den Anwesenden auch nach dem formellen Abschluss der Veranstaltungen noch weitergeführt wurden.

Als nächster Schritt findet Mitte Oktober mit allen Interessengemeinschaften und Institutionen, welche in der Telli aktiv sind, ein Workshop statt. Im Oktober sind jeweils am

frühen Abend mehrere Workshops unter dem Motto «Der Tellipark wird neu gestaltet – reden Sie mit» geplant, bei denen zusammen mit interessierten BewohnerInnen die Themenkreise «Natur», «Spiel», «Sport» und «Gemeinschaftsräume» vertieft und in Gruppen unter Beachtung der Corona-Schutzbestimmungen konkrete Vorschläge erarbeitet werden. Interessenten können sich bei ITOBA melden. Alle TelliangerInnen sind aufgerufen, sich aktiv am Erneuerungsprozess des Telliparks zu beteiligen: Nur wer seine Meinung einbringt, kann auch mitbestimmen.

Im Anschluss an diese Workshops werden die Ergebnisse im Rahmen der Mieterinformation zum Umbau vorgestellt und den Verantwortungs-trägern der Bauherrin AXA präsentiert. Sodann werden Landschaftsarchitekten den Auftrag erhalten, konkrete Vorschläge zu erarbeiten, die im Frühjahr 2021 an einer weiteren Veranstaltung vorgestellt werden, an welcher auch über das weitere Vorgehen informiert wird. Es ist erfreulich, dass die Anliegen und Wünsche der BewohnerInnen von der Bauherrin ernst genommen werden und in die Planung der künftigen Gestaltung des Telliparks einbezogen werden. Die TelliPost wird über die weitere Entwicklung des Projektes regelmässig berichten.

**Urs Winzenried**

Möchten Sie an einem Workshop der ITOBA zur Neugestaltung des Telliparkes teilnehmen?

Dann melden Sie sich unter:  
telli@itoba.ch oder 078 727 70 99



## Stadt-Tomaten in der Telli:



**Die Stadt-Tomaten**  
www.stadt-tomaten.ch



## Wer hat noch Tomatensamen zu verschenken?

Nachdem wir in den letzten Jahren Routine für die verschiedenen Anlässe gewonnen hatten, mussten wir dieses Jahr vieles neu denken. Die Frage, ob wir überhaupt aussäen sollten, war schnell geklärt, da wir es alle schade gefunden hätten, wenn das Projekt das ganze Jahr nicht hätte stattfinden können. Pikiert haben wir privat, und statt eines Setzlingsmarkts wurden die Tomaten mit dem Fahrrad verteilt. Auch die Degustation und die Samenbörse konnten nicht am Telfifest bzw. am Herbstmarkt stattfinden. Am Ersatzanlass Mitte September kamen trotzdem einige Interessierte, welche Tomaten probierten und Samen mit nach Hause nahmen. Es fehlen uns nun noch Samen von einigen Sorten: Andenhorn, Pedro, Del Nonno, gelbe Cherry und gezahnte Bühler-Keel. Falls



Sie diese Tomaten haben und für uns Samen gewinnen könnten, wären wir sehr froh, damit wir diese auch nächstes Jahr wieder anbieten können. Sie können jederzeit im GZ vorbeigebracht werden.

Die Tomaten können noch geerntet werden, bis der erste Frost auftritt. Haben Sie noch grüne Tomaten, gibt es Möglichkeiten zum Nachreifen. Nehmen Sie die grünen Tomaten vor dem Frost ab und legen Sie sie nebeneinander aus. Wo, spielt keine Rolle, Licht brauchen sie nicht zum Reifen, 10-13° C sind optimal. Es hilft, noch einen Apfel dazuzulegen, da das Ethylen den Reifeprozess unterstützt.

Geniessen Sie Ihre noch verbleibende Tomatenernte.

Weiterführende Informationen zum Projekt und zu den Anlässen werden wir rechtzeitig in der Telli-Post kommunizieren.

Ein Projekt von



Schweizerische Stiftung  
für die kulturhistorische  
und genetische Vielfalt  
von Pflanzen und Tieren

www.prospecierara.ch

In Kooperation mit



www.gztelli.ch

Mit Unterstützung von



# Maler Briner AG



Stefanie Briner · Mühlemattstrasse 91 · 5000 Aarau · T 062 824 60 50 · www.maler-briner.ch

## Wir gestalten Ihre Welt in Farbe.

Malerarbeiten · Naturofloor · Tapeten · Spanndecken

## REDAKTION TELLIPOST

Urs Winzenried | u.winzenried@hispeed.ch

## Menschen in der Telli: Ka Marti

Ka (Katharina) Marti ist eine äusserst vielseitige Frau mit «Power und Drive». Sie wohnt zusammen mit ihrem Partner Hans Rudolf Heller am Sengelbachweg 14 in der Alten Telli, und das lebhaftes Gespräch beim Besuch in ihrem schmucken Einfamilienhaus vergisst man nicht mehr.

Schon ihre Kindheit und Jugendzeit verbrachte die heute 61-jährige Ka Marti zusammen mit zwei Schwestern an der Römerstrasse in der Telli. Sie spielte gerne auf den Feldern des damaligen Bauernhofs der Schnyders, wo heute die «Staumauern» stehen. Sie besuchte in Aarau die Primar-, Bezirks- und Diplommittelschule und liess sich anschliessend am kantonalen Seminar in Brugg zur Kindergärtnerin ausbilden. Danach unterrichtete sie während fünf Jahren im Kindergarten Scheibenschachen. Ka Marti liebte seit jeher die Abwechslung im Leben und nahm gerne neue Herausforderungen an, was auch in ihrer beruflichen Karriere deutlich zum Ausdruck kommt. In zahlreichen zum Teil ganz unterschiedlichen Sparten konnte sie ihre Fach- und Sozialkompetenz und insbesondere ihr Geschick als Kommunikatorin und Moderatorin erfolgreich einsetzen. So arbeitete sie als Co-Leiterin des Jugendhauses Flösserplatz in Aarau, als freie Mitarbeiterin und Redaktorin bei Radio DRS 3 in Basel oder als Redaktorin/Moderatorin/Videojournalistin bei Tele M1 in Aarau, wo sie die beiden beliebten Sendegefässe «Tierisch» und «Gourmet-Tip» ins Leben rief. Nach einem Abstecker in die berufliche Selbstständigkeit als Geschäftsführerin einer eigenen Videoproduktions- und Kommunikationsfirma in Aarau erhielt sie das Angebot, als Kommunikationsbeauftragte des Departements Gesundheit und Soziales unter Regierungsrat Ernst Hasler



zu arbeiten. Nach vier Jahren im Staatsdienst wollte Ka Marti wieder vermehrt ihre kreative Ader ausleben und übernahm im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz die Redaktionsleitung und Moderation der Fernsehsendung «fit-tv» mit einem monatlichen Magazin auf allen regionalen Sendern der Deutschschweiz. Es folgten acht Jahre als Leiterin Kommunikation im Naturama in Aarau. Seit drei Jahren ist sie nun wieder als Klassenlehrperson am Kindergarten Goldern in Aarau tätig, womit sich ihr beruflicher Kreis auf schöne Weise geschlossen hat. Nebenberuflich war sie in mehreren Organisationen aktiv, so im Vorstand der «Dargebotenen Hand», in der Schulpflege von Küttigen, im Vorstand der Jugendberatung Olten oder im Lions Club Kettenbrücke Aarau. Ka Marti hat in ihrem abwechslungsreichen Berufsleben viel bewegt und dabei ihre Vielseitigkeit unter Beweis gestellt.

Ka Marti war und ist aber nicht nur Berufsfrau, sondern auch Mutter von zwei erwachsenen Söhnen, Tim und Mats, zu denen sie eine enge Beziehung pflegt. 1998, nach der Trennung von ihrem Ehemann Peter Fügli, hat sie gemeinsam mit ihm die Verantwortung für die Kinder übernommen und im Garten des Haupthauses einen Anbau

gebaut, damit die Söhne bei beiden Elternteilen aufwachsen konnten. Das war für die Familie nicht immer einfach, aber rückblickend eine gute Entscheidung.

Seit fast 25 Jahren wohnt sie nun am Sengelbachweg. Die zahlreichen Bilder an den Wänden im Haus zeugen von ihrem Interesse an Kunst und Kultur, und der wunderschöne Garten mit seiner Blumenpracht ist ein wahres Refugium. Ka Marti schätzt das Telli-Quartier mit seinen vielfältigen Vorzügen sehr, und sie kann sich einen Wegzug nicht vorstellen, höchstens einen späteren altersbedingten Umzug in eine Wohnung im Quartier. Ihre Liebe zur Telli zeigt sich unter anderem auch darin, dass sie die jährliche «Chindsgi-Reise» mit den Kindern von Goldern und Göni in die Telli unternimmt und den Kleinen ein für sie oft unbekanntes Quartier zeigt. Beeindruckt ist sie auch von der Arbeit des Gemeinschaftszentrums und des Quartiervereins, wo viel für das gute Zusammenleben gemacht wird. Als Bewegungsmensch ist sie täglich und bei jedem Wetter mit dem Fahrrad unterwegs, sie geht gerne in der Aare schwimmen, und der 7-jährige Hund Neo hält sie auch gehörig auf Trab. Ausserdem will der grosse Garten regelmässig gepflegt sein. Ka Marti besucht gerne Theateraufführungen, schätzt die gute Gastronomie in verschiedenen Lokalen von Aarau oder trifft Freunde in der Stadt.

Mit ihrem Partner unternimmt sie in einem kleinen Camper auch gerne ausgedehnte Reisen und lernt so fremde Menschen und Kulturen kennen.

Ka Marti: Eine langjährige Tellienerin mit einem spannenden und vielseitigen Leben, in dem sicher noch weitere Kapitel geschrieben werden.

**Urs Winzenried**

**GEMEINSCHAFTSZENTRUM TELLI**

Girixweg 12 | 5000 Aarau

062 824 63 44 | info@gztelli.ch



## Wir suchen

### Mitarbeiter/in Vermietung und Hauswartung 50–60%

Das Gemeinschaftszentrum (GZ) Telli befindet sich im Aarauer Telliquartier. Das GZ Telli fördert den sozialen und kulturellen Austausch und unterstützt Quartierbewohnerinnen und -bewohner darin, ein lebendiges, interkulturelles Quartier mitzugestalten. In den Bereichen Kinder- und Jugendarbeit, Integration und Altersarbeit führt das GZ Telli verschiedene Angebote durch und setzt Projekte mit Freiwilligen im Quartier um. Das GZ Telli ist Anlaufstelle für die Anliegen der Telligewohnerinnen und -bewohner und stellt zudem attraktive Räumlichkeiten für Angebote im Bereich Kultur, Bildung und Freizeit zur Verfügung.

Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir per 1. Januar 2021 oder nach Vereinbarung eine/n Mitarbeiter/in Vermietung und Hauswartung 50–60%.

#### Ihre Aufgaben:

Sie sind für die administrative Abwicklung von Raumvermietungen zuständig, decken einen grossen Teil der Schalteröffnungszeiten des GZ Telli ab und sind in dieser Zeit Ansprechperson für die Quartierbewohnerinnen und -bewohner. Im Bereich der Hauswartung werden Sie von einem Hauswart und einer Reinigungskraft im Auftragsverhältnis unterstützt. Sie planen und koordinieren die Einsätze und Aufgaben. Dabei übernehmen Sie ebenfalls Hauswartaufgaben wie Raumübergaben, Einrichten von Räumlichkeiten sowie Reinigungsarbeiten. Gemeinsam mit dem GZ Leiter entwickeln Sie den Bereich Vermietung und Hauswartung weiter. Zudem unterstützen Sie das GZ-Team bei einzelnen Projekten und Anlässen und übernehmen weitere administrative Arbeiten.

#### Sie bringen mit

- Ausbildung im kaufmännischen Bereich oder in der Hauswartung
- Selbstständige, strukturierte Arbeitsweise
- Gute EDV-Kenntnisse
- Erfahrung in der Einsatzplanung ist ein Plus
- Sie schätzen den Kundenkontakt und sind geübt im Umgang mit unterschiedlichen Menschen
- Sie sind flexibel und bringen die Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten sowie Wochenendeinsätzen mit

#### Wir bieten

- Ein abwechslungsreiches und interessantes Aufgabengebiet, das von der Kundenbetreuung über Büro-tätigkeiten bis zur Hauswartung reicht
- Möglichkeit zur Mitgestaltung und Weiterentwicklung Ihres Verantwortungsbereiches
- Ein motiviertes und kollegiales Team
- Arbeitsort in einem vielfältigen und dynamischen Quartier
- Anstellungsbedingungen, den Vorgaben der Stadt Aarau anlehnend

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung an:  
Gemeinschaftszentrum Telli, z.Hd. Andreas Feller, Leiter GZ Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau  
oder per Mail an: info@gztelli.ch

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage [www.gztelli.ch](http://www.gztelli.ch)  
Bei Fragen können Sie sich gerne an den GZ-Leiter Andreas Feller wenden, 062 824 63 44.



## BASICS IN RHYTHMIK

Martin von Arx | verein@seniorenrhythmik.ch

## Mit Rhythmik die geistige und körperliche Mobilität trainieren

Der grösste Wunsch älterer Menschen ist die Aufrechterhaltung der eigenen Mobilität und Unabhängigkeit. Über 87% der betagten 65- bis 85-jährigen Personen haben diesen Wunsch an erster Stelle genannt. Die Wahrnehmung, dass der natürliche Alterungsprozess zu einem Nachlassen unserer Kräfte und mit einem Abbau der geistigen und körperlichen Funktionen verbunden ist, steht in direktem Zusammenhang mit den Wunschkategorien der Senioren und Seniorinnen.

Zum Glück sind wir diesem Alterungsprozess nicht hilflos ausgesetzt, sondern können durch körperliches und geistiges Training viel zur Aufrechterhaltung unserer Bewegungs- und Betätigungsmöglichkeiten beitragen.

Regelmässige Wanderungen, Turnen, Krafttraining und Gedächtnistraining gehören für viele ältere Menschen zum Wochenprogramm. Die Frage «Was wirkt wirklich?» wurde in den letzten Jahren mehrfach wissenschaftlich untersucht. Dabei hat sich herausgestellt, dass die grösste Wirksamkeit bezüglich der Aufrechterhaltung der eigenen Mobilität darin besteht, die Hirn- und Körperfunktionen gleichzeitig zu trainieren (sog. Dual-Tasking). In den durchgeführten Studien hat

sich dabei die «Rhythmik nach Jaques-Dalcroze» als besonders wirksam erwiesen. Durch das Training des Zusammenwirkens der Hirnfunktionen und der Körpermotorik wurde in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen, dass sich nach 1-jährigem, regelmässigen Kursbesuch (wöchentlich 1 Lektion à 50 Minuten) das Sturzrisiko um die Hälfte reduziert.

### Was ist die Rhythmik nach Jaques-Dalcroze

Die nach ihrem Erfinder benannte Rhythmik nach Dalcroze basiert auf dem gleichzeitigen Training von Gehirn und Körperfunktionen. Die damit erlebbare Wechselwirkung zwischen musikalischen, körperlichen und emotionalen Erfahrungen ist deshalb von besonderer Art und unterscheidet sich daher erheblich von anderen Trainingsmöglichkeiten für ältere Menschen.

Zu am Klavier live improvisierter Musik werden in kleinen Gruppen oder allein zuerst einfache und mit der Zeit immer komplexere Bewegungsabläufe geübt. Die rhythmische Bewegungsform sensibilisiert den Menschen in seiner Ganzheit, entwickelt seine Wahrnehmung und fördert die geistige und körperliche Mobilität. Die Rhythmikübungen sind



so angelegt, dass sie Freude bereiten und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken.

Die ersten Seniorenkurse wurden in der deutschsprachigen Schweiz 2012 angeboten. Das stetig wachsende Interesse für dieses Angebot hat dazu geführt, dass zwischenzeitlich in verschiedenen Regionen der Schweiz rund 100 Kurse angeboten werden (siehe dazu [www.seniorenrhythmik.ch](http://www.seniorenrhythmik.ch)). Es gibt inzwischen eine Warteliste für Orte, welche diese Rhythmikkurse ebenfalls anbieten möchten, da noch zu wenig Lehrpersonen vorhanden sind. Eine Ausbildung zur Lehrperson findet zurzeit durch den Verein «Erwachsenen- und Seniorenrhythmik nach Dalcroze» im Gemeinschaftszentrum Telli statt. Sobald es genügend ausgebildete Lehrpersonen hat, wird auch in der Telli ein Kurs angeboten, sofern sich genügend Teilnehmerinnen und Teilnehmer anmelden.

Der Verein «Erwachsenen- und Seniorenrhythmik nach Dalcroze» und das Gemeinschaftszentrum laden Sie zu einer Information und einer Schnupperlektion ein. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Sturzprophylaxe mit Dalcroze-Rhythmik

<b>Wo:</b>	Gemeinschaftszentrum Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau
<b>Wann:</b>	Donnerstag, 8. Oktober 2020 / 15.30 Uhr
<b>Programm: 15.30 Uhr</b>	Vortrag Sturzprävention, Stürze vermeiden – Tipps
	Martin von Arx, Verein Erwachsenen- und Seniorenrhythmik nach Dalcroze
<b>16.10 Uhr</b>	Demolektion Rhythmik
	Helena Kroetzl, Musikpädagogin und Rhythmiklehrerin
<b>ca. 16.45 Uhr</b>	Ende der Veranstaltung

Wir achten auf die Einhaltung geeigneter Corona-Schutzmassnahmen.

# Adventsfenster in der Telli

**Liebe TellianerInnen, machen Sie mit bei unserem Adventsfensterprojekt?**

Wir möchten auch dieses Jahr vom 1. bis 24. Dezember etwas Farbe und Licht in die Fenster unseres Quartiers zaubern. Deshalb suchen wir Menschen, die Lust haben, ein Adventsfenster zu gestalten und abends zu eröffnen.



Sie schmücken Ihr Fenster nach eigenen Ideen und im Rahmen Ihrer Möglichkeiten. Das Motiv und die Gestaltung sind Ihnen überlassen. Wichtig ist nur, dass die Zahl des betreffenden Tages gut sichtbar ist.

Das Fenster soll vom Boden aus gut zu sehen sein, zum Beispiel im Wohnungs- oder Treppenhausfenster, im Eingangsbereich oder aussen am Balkon befestigt. Ihr Fenster leuchtet ab dem Eröffnungstag täglich bis Ende Jahr, ab Einbruch der Dunkelheit bis ca. 22:00 Uhr. Die Gestaltung der Eröffnung des Fensters ist Ihnen überlassen, beispielsweise mit ein paar Snacks und etwas zu trinken. Die Eröffnungen der Adventsfenster bieten den TellianerInnen die Möglichkeit, sich im Quartier zu treffen, auszutauschen und neue Bekanntschaften zu knüpfen. Alle sind herzlich willkommen!

Anmelden können Sie sich mit unterstehendem Talon beim GZ-Telli.  
GZ Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau / [info@gztelli.ch](mailto:info@gztelli.ch) / 062 824 63 44

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

.....  
**Anmeldetalon Adventsfenster (Anmeldeschluss 30. Oktober 2020)**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Für folgenden Tag möchte ich mein Fenster gestalten: \_\_\_\_\_

Um diese Uhrzeit werde ich mein Adventsfenster eröffnen: \_\_\_\_\_

Hier wird mein Adventsfenster sein: \_\_\_\_\_



## QUARTIERVEREIN TELLI

Hansueli Trüb | info@qv-telli.ch



## Der Vorstand braucht Verstärkung

Am 10. September fand die diesjährige, zweimal verschobene Mitgliederversammlung des Quartiervereins statt. Nicht nur Corona spielte uns ganz tüchtig ins Konzept. Die Versammlung war nur sehr spärlich besucht. Sowohl bei den Mitgliedern als auch am Vorstandstisch waren die Reihen gelichtet. Vom Vorstand liessen sich mehrere Mitglieder aus verschiedenen Gründen entschuldigen – und ob das dieses Jahr fehlende Fleischplättli einige Mitglieder vom Besuch abgehalten hat?

Dafür dauerte die Versammlung dann auch nur gerade eine gute Stunde. Alle Geschäfte wurden ohne Gegenstimmen gutgeheissen, Jas-meth Espinosa mit Dank aus dem Vorstand verabschiedet und Muna Al-Jabaji neu gewählt. Stefan Wyss stellte sich als Vertreter im Stiftungsrat des GZ zur Verfügung und wurde ebenfalls einstimmig gewählt. Etwas Sorgen bereitet dem Vorstand die Entwicklung der Kosten für die Telli-post. Wir haben einen steten Rückgang des Inseratevolumens zu verzeichnen, sodass das Defizit von Jahr zu Jahr grösser wird. Wenn unsere LeserInnen also jemanden kennen, der inserieren könnte oder selbst die Möglichkeit haben, für ihr Anliegen, für ihre Firma zu inserieren, wären wir sehr froh. Eine kurze Mitteilung ans GZ genügt.

Dem Vorstand stehen auch intern heisse Zeiten bevor. Für die nächste Jahresversammlung sind bereits zwei Rücktritte angekündigt. Wir brauchen also unbedingt Ersatz.

Deshalb unsere dringende Bitte an Sie alle: Melden Sie sich, wenn Sie sich für den Quartierverein engagieren können oder wenn Sie einen Tipp haben, wen wir anfragen könnten. Wir sind auf Sie angewiesen!

Üblicherweise liegt im Herbst einer Nummer der Telli-post ein Einzahlungsschein bei für alle, die im Frühling vergessen haben, den Jahresbeitrag einzuzahlen – oder nochmals einen kleinen Beitrag leisten möchten. In diesem Jahr fanden nur sehr wenige Anlässe statt, weshalb wir darauf verzichten, extra einen Einzahlungsschein beizulegen. Wer trotzdem noch einen Beitrag einzahlen möchte, kann dies gerne tun, auf unser PC-Konto IBAN CH60 0588 1044 0212 7100 2. Der Jahresbeitrag beträgt nach wie vor Fr. 15.–, für Familien Fr. 20.–, für juristische Personen Fr. 60.–.

Vielen Dank!

Hansueli Trüb



## Rhythmik für 60plus

**Dieses besondere Training zu live gespielter Klaviermusik stärkt Ihre geistige und körperliche Mobilität.**

Universitätsstudien haben gezeigt, dass die regelmässige Teilnahme das Sturzrisiko halbiert.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist für Frauen und Männer geeignet.

**Ort:** Gemeinschaftszentrum Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau

**Wann:** Jeden Donnerstag, 15.30 – 16.20 Uhr

**Kosten:** CHF 180.- / 10 Lekt. / Einstieg jederzeit möglich.

Leitung: Frau Helena Kroetzl, Musikpädagogin Tel. 062 871 02 10

Kleidung: Bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe oder Socken

Wir achten auf die Einhaltung geeigneter Corona-Schutzmassnahmen.

Schnupperlektion (gratis) auf Voranmeldung jederzeit möglich.

Weitere Infos unter: [www.seniorenrhythmik.ch](http://www.seniorenrhythmik.ch)



Verein für Erwachsenen-  
und Senioren-  
Rhythmik nach Dalcroze

# (Er)Leben in der Stadtbibliothek

---

## Aktuell im Oktober und November:

Ab dem 18. Oktober ist die Stadtbibliothek Aarau sonntags wieder von 10–16 Uhr geöffnet.

**IT-Café: Alte Handschriften, Drucke, Schweizer Zeitungen seit 1800 bis heute und mehr – digitale Quellen der Kantonsbibliothek**

Donnerstag, 1. Oktober, 9.00–10.30 Uhr

---

**Create&Play: Roboter bauen und programmieren**

Für Jugendliche von 8–14 Jahren

Mittwoch, 7. Oktober, 14.00–16.00 Uhr

---

**Shared Reading**

Dienstag, 13. Oktober

---

**Prix Chronos – Generationen lesen zusammen Bücher**

Startveranstaltung am Mittwoch, 21. Oktober, 18.00–19.00 Uhr

---

**Lose und Lego**

Geschichten hören und Lego® bauen für Kinder ab 6 Jahren

Freitag, 30. Oktober, 14.00–14.45 Uhr

---

**Gigampfe, Värslis stampfe**

Mittwoch, 4. November,

9.30–10.00 / 10.30–11.00 / 11.30–12.00 Uhr

---

**Gschichtezyt**

Geschichten hören und basteln für Kinder ab 4 Jahren

Samstag, 7. November

10.30–10.45 / 11.30–11.45 Uhr

---

**Create&Play: Roboter bauen und programmieren**

Für Jugendliche von 8–14 Jahren

Mittwoch, 18. November, 14.00–16.00 Uhr

---

**Waldgeschichte**

für Kinder ab 3 Jahren

Sonntag, 29. November, Ab 15.00 Uhr

## Shared Reading – Miteinander lesen. Ein Interview mit der Moderatorin Christine Dietiker

Interview: Till Imhof, Lernender Fachmann I&D, 2. Lehrjahr



Die Stadtbibliothek Aarau bietet zahlreiche Veranstaltungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Shared Reading – Miteinander lesen ist eine davon. Shared Reading wurde 1997 in Liverpool entwickelt und ist heute in Grossbritannien, Deutschland und der Schweiz verbreitet. Es richtet sich an Erwachsene jeden Alters. Christine Dietiker, ursprünglich Erwachsenenbildnerin und heute in der Stadtbibliothek Aarau zuständig für Kinderliteratur und

Facebook, ist eine der Moderatorinnen bei Shared Reading. Im Interview erzählt sie, was sie am gemeinsamen Lesen fasziniert.

### Till: Was ist Shared Reading?

Christine: Shared Reading ist eine Art Lesegruppe. Man liest gemeinsam einen Text und ein Gedicht und bespricht das Gelesene in der Runde. Anders als bei einer «normalen» Lesegruppe bereitet nur die Moderatorin die Texte vor. Die Teilnehmenden kennen sie vorher nicht.

### Wie bist du zu Shared Reading gekommen?

Ich bin an einem Sonntag beim Arbeiten in der Bibliothek darauf aufmerksam geworden. Nach einer kleinen Recherche zu Shared Reading merkte ich, dass mich diese Art von zusammen Lesen und der Austausch über Texte interessiert. Ich durfte eine Ausbildung zur Moderatorin besuchen und die Veranstaltung anschliessend übernehmen.

### Welches sind die Ziele von Shared Reading und an wen richtet es sich?

Ein bedeutendes Ziel ist es, Literatur allen Menschen zugänglich zu machen. Durch gemeinsames Lesen sollen die Teilnehmenden schöne Erinnerungen sammeln und Verbindungen schaffen können. Gerade für Menschen, die sich allein fühlen, ist dies ein wichtiger Effekt. Shared Reading kommt darum auch in Gesundheitseinrichtungen zum Einsatz. Willkommen sind alle, die Lust darauf haben.

### Welche Erfahrungen hast du bisher mit Shared Reading gemacht?

Ich habe gemerkt, dass man die Teilnehmenden am besten abholen kann, wenn man langsam und tief in den Text eintaucht. So kann auch ich als Moderatorin Teil der Gruppe werden. Es ist mir aber auch schon passiert, dass ich einen zu langen Text gewählt habe. Der Umgang mit mehreren ganz unterschiedlichen Meinungen kann herausfordernd sein.

### Wie ist Shared Reading in der Stadtbibliothek organisiert?

Ich bin die Hauptmoderatorin und lege zusammen mit der Geschäftsleitung die Termine fest. Für einige Termine suche ich dann noch eine weitere Moderationsperson. Die Daten legen wir früh fest und dann suchen wir passende Texte und Gedichte. Diese zu finden und vorzubereiten nimmt viel Zeit in Anspruch.

### Wie wählt ihr die Texte?

Dazu gibt es keine festen Regeln. Wichtig ist, dass der Text eine gewisse Dichte hat. Er darf durchaus ein wenig provokativ und anspruchsvoll sein.

Weitere Informationen unter [stadtbibliothek.ch](http://stadtbibliothek.ch)



## PRIMARSCHULE TELLI

Johannes Brunssen | johannes.brunssen@ksab.ch

## Zeitreise mit Schmuggelware



Geschichte zum Erleben und Spüren, mittendrin sein im «Früher», das war das Ziel des «Zyt-Sprungs», unserer Reise ins Mittelalter. Wie hat man gegessen, gelebt, gespielt – ohne Strom und

Plastik? Wie war man früher gekleidet? Und wie war das mit Schuhen für Kinder? Ein Luxus, den sich nicht alle leisten konnten – wie wir bald selbst zu spüren bekamen.

Zunächst zierten sich noch einige Kinder, als es darum ging, sich in mittelalterliche Gewänder zu hüllen. Aber kaum steckten sie drin, war die Stimmung wie auf Knopfdruck eine andere. Wir hatten die Reise durch die Zeitschleuse erfolgreich vollzogen.

Die alte Mühle in Küttigen (beim Mühlilade) diente der Klasse 2a dabei als hervorragende Kulisse.

Jeder packte mit an und alle waren mit Freude an der Arbeit. Es wurde Gemüse für die Suppe gerüstet, Kör-

ner wurden zu Mehl gemahlen, Teig geknetet und Brötchen über dem Feuer gebacken. Die Hühner sprangen umher und waren irgendwie immer mit dabei.

Aber wie macht man überhaupt Feuer – ohne Streichhölzer und ohne Feuerzeug? Woher bekommen wir das Wasser? Und wie macht man aus Schurwolle einen Faden? Auch das konnten die Kinder nicht nur in der Theorie lernen, sondern gleich selbst ausprobieren und erleben. Zudem konnten sie verschiedene einfache Spiele spielen und selbst Schmuck herstellen.

Zu verdanken haben wir die Zeitreise Silvia Aeschmann, selbst Primarlehrerin, die auch privat vom Mittelalter ziemlich begeistert ist und solche Zeitreisen für Schulklassen anbietet.

Coronabedingt wurden die mittelalterlichen Hygiene-Gepflogenheiten etwas den heutigen Vorgaben angepasst: Händewaschen mit Seife, Desinfektionsmittel-Schmuggel durch die Zeitschleuse und, nun ja, wir tranken aus angeschriebenen Plastikbechern. Doch auch das

trübte die Freude und den Spass an der Zeitreise in keinsten Weise. Und dem Mittelalter hätte – sind wir mal ehrlich – ein bisschen mehr Hygiene sicherlich nicht geschadet.

Glücklicherweise durften wir am Schluss wieder durch die Zeitschleuse zurückreisen und die eigenen Kleider und Schuhe wieder anziehen. Barfuss von Küttigen zurück bis in die Telli bei 35° C – das hätte vermutlich niemandem mehr Spass gemacht.

Johannes Brunssen





# KIFF

# AARAU

03.10  
**COLLIE  
HERB & THE  
MIGHTY  
ROOTS** CH

08.10  
**GÖTZ  
WIDMANN** DE

09.10  
**SOLACE.** CH  
**INVOKER** CH  
**NO KINGS  
NO SLAVES** CH

16.10  
**TROUBAS  
KATER** CH

16.10  
**SENSU** CH  
**TOMPAUL** CH

23.10  
**RAGGA-  
BUND** DE

25.10 | KINDERKONZERT  
**SILBERBÜX** CH

30.10  
**VOODOO  
JÜRGENS** AT

05.11  
**BÄNZ  
FRIEDLI** CH

06.11  
**LEECH** CH

TICKETS, AKTUELLES PROGRAMM &  
CORONA-EINLASSREGELN: WWW.KIFF.CH

«Selig ist der Ort und das Haus und der Platz  
und die Stadt und das Herz und der Berg  
und das Obdach und die Höhle und das Tal  
und das Land und das Meer und die Insel  
und die Au, wo Gottes gedacht und Sein Lob  
gepriesen wird.»

*Baha'u'llah*

Gebete und Texte für den Frieden  
zusammengestellt aus den Schriften der  
Religionen.

Sonntag, 27. September 2020, 17.00 Uhr  
im Gemeinschaftszentrum Telli,  
Girixweg 12, Aarau

Es laden ein: die Baha'i von Aarau  
Information: G. Shoemaker, 076 450 46 75

## FDP

Die Liberalen  
Bezirk Aarau

### LISTE 3

18. Oktober 2020

# Hanspeter Hilfiker

Als Aarauer Stadtpräsident

in den Grossen Rat

Die Wirtschaft sind wir alle.

2x

auf Ihre Liste

[hanspeter-hilfiker.ch](http://hanspeter-hilfiker.ch)



## KIFF AARAU

Pascale Diggelmann | pascale.diggelmann@kiff.ch

KIFF  
Blog

## Ein Hoch auf Aarau

Eine neue Saison bedeutet für das KIFF immer auch eine neue Grafikkampagne: Wie sollen das Monatsprogramm, die Monatsplakate und die Kommunikation auf den sozialen Medien in den nächsten zehn Monaten aussehen?

In der vergangenen Saison standen die Menschen, die im KIFF ein und ausgehen im Mittelpunkt: BesucherInnen, MitarbeiterInnen, MusikerInnen haben ihre liebsten Erinnerungen ans KIFF mit uns geteilt. Zehn davon wurden ausgewählt und als Grundlage für die monatlichen Visuals verwendet.

Dieses Jahr rücken wir unsere Heimatstadt ins Rampenlicht. Seit 30 Jahren ist das KIFF in Aarau zu Hause und hat sich in diesen drei Dekaden von der Kultur in der

Futterfabrik zum kantonalen Kulturleuchtturm entwickelt. BesucherInnen pilgern heute aus der ganzen Stadt, dem ganzen Kanton und manchmal auch aus der ganzen Schweiz ins KIFF, nur um eine bestimmte Veranstaltung zu besuchen. Einige davon sehen nicht viel mehr als den Bahnhof Aarau und die Telliblöcke, andere nutzen die Gelegenheit und gehen vor dem Konzert noch in der Aarauer Altstadt flanieren oder essen. Egal, ob die BesucherInnen Aarau neu entdecken oder hier schon lange leben – an einem Konzert im KIFF kommen sie alle hier zusammen, weil das Kulturhaus in Aarau beheimatet ist.

Genau aus diesem Grund werden diese Saison Fotos aus allen Ecken und Enden von Aarau unsere Kon-

zertsaison begleiten. Für alle, die Aarau wie ihre Westentasche kennen und doch vielleicht unter den Bildern das eine oder andere entdecken, das sie nicht zuordnen können. Und für alle, die noch nicht wissen, wie facettenreich Aarau eigentlich ist. Ein Hoch auf Aarau – das schöne Städtli, das hoffentlich noch lange unser Zuhause sein wird.

Pascale Diggelmann

Wir verlosen 2x2 Tickets für das Konzert von Götz Widmann am 8. Oktober! Schreib eine Mail mit Namen und Adresse an [presse@kiff.ch](mailto:presse@kiff.ch), wenn du an der Verlosung teilnehmen möchtest.

Infos & aktuelles Programm auf [www.kiff.ch](http://www.kiff.ch)

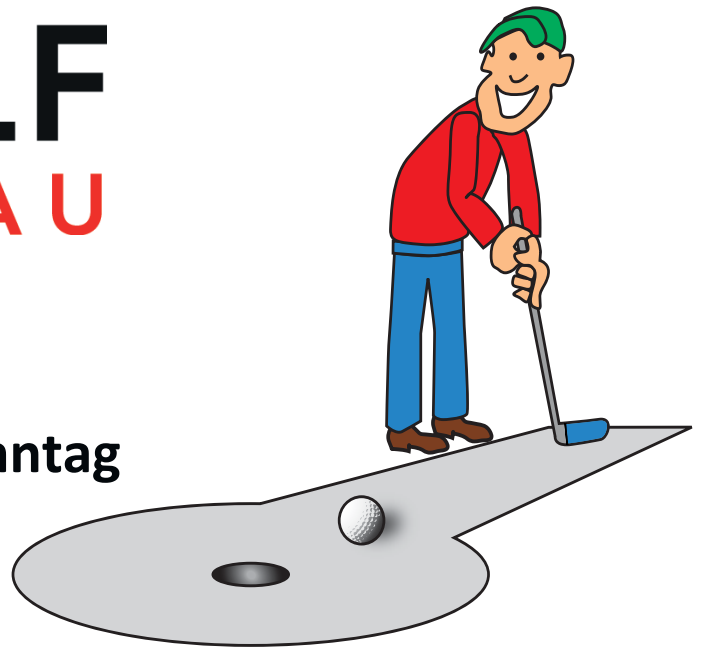


Coiffeur  
**CHANTAL**

**Rüt mattstrasse 8**

Chantal Auderset • Termin nach Vereinbarung  
062 534 57 61 oder 079 247 24 31

# MINIGOLF TELLI AARAU



## Öffnungszeiten:

**Mittwoch, Samstag und Sonntag**

**jeweils 13.00 – 20.00 Uhr**

Gruppen auch ausserhalb der Öffnungszeiten möglich. Reservation unter 062 824 63 44

Parkplätze (Sa, So) Nr. 201 – 223

[www.minigolf-aarau.ch](http://www.minigolf-aarau.ch)

## Kerzenziehen\*

### Aufgaben:

Anleiten und Unterstützen beim Kerzenziehen, Kasse verwalten

### Häufigkeit:

frei wählbar, Einsatzplan wird erstellt

### Einsatzzeit:

Anfang Dezember bis Weihnachten,  
pro Einsatz ca. 3-5 Stunden,  
ab 08.30-19.00 Uhr

## Tellipost\*

### Aufgaben:

Mitarbeit in der Redaktion der Quartierzeitung

### Häufigkeit:

1 Sitzung pro Monat, Aufwand für das Verfassen von Texten unterschiedlich

### Einsatzzeit:

Sitzung in der Regel am zweitletzten Mittwoch im Monat

## Freiwillige gesucht!

Wer hat Lust, sich für das Telliquartier zu engagieren? Bitte melden Sie sich im Gemeinschaftszentrum Telli, Girixweg 12, Aarau, [info@gztelli.ch](mailto:info@gztelli.ch), 062 824 63 44

Bei allen Einsätzen, die mit einem \* versehen sind, wird eine kleine Entschädigung bezahlt.



## Freiwillige in der Schule

### Aufgaben:

Unterstützen der Lehrperson bei der Betreuung von einzelnen Kindern oder Kindergruppen im Kindergarten oder Primarschulhaus Telli.

### Häufigkeit:

Ca. 2-4 Stunden pro Woche, Verpflichtung für 1 Semester

**Einsatzzeit:** Einsatzzeit in Rücksprache mit der Lehrperson

## Wortschatztraining

### Aufgaben:

Kindern im Kindergartenalter in Kleingruppen von ca. 5 Kindern spielerisch die deutsche Sprache vermitteln

### Häufigkeit:

1 Stunde pro Woche, Verpflichtung für ein Semester

**Einsatzzeit:** Werktags an einem Nachmittag im Gemeinschaftszentrum



## REDAKTION TELLIPOST | RÄTSEL

Stefan Worminghaus | raetsel@worminghaus.ch

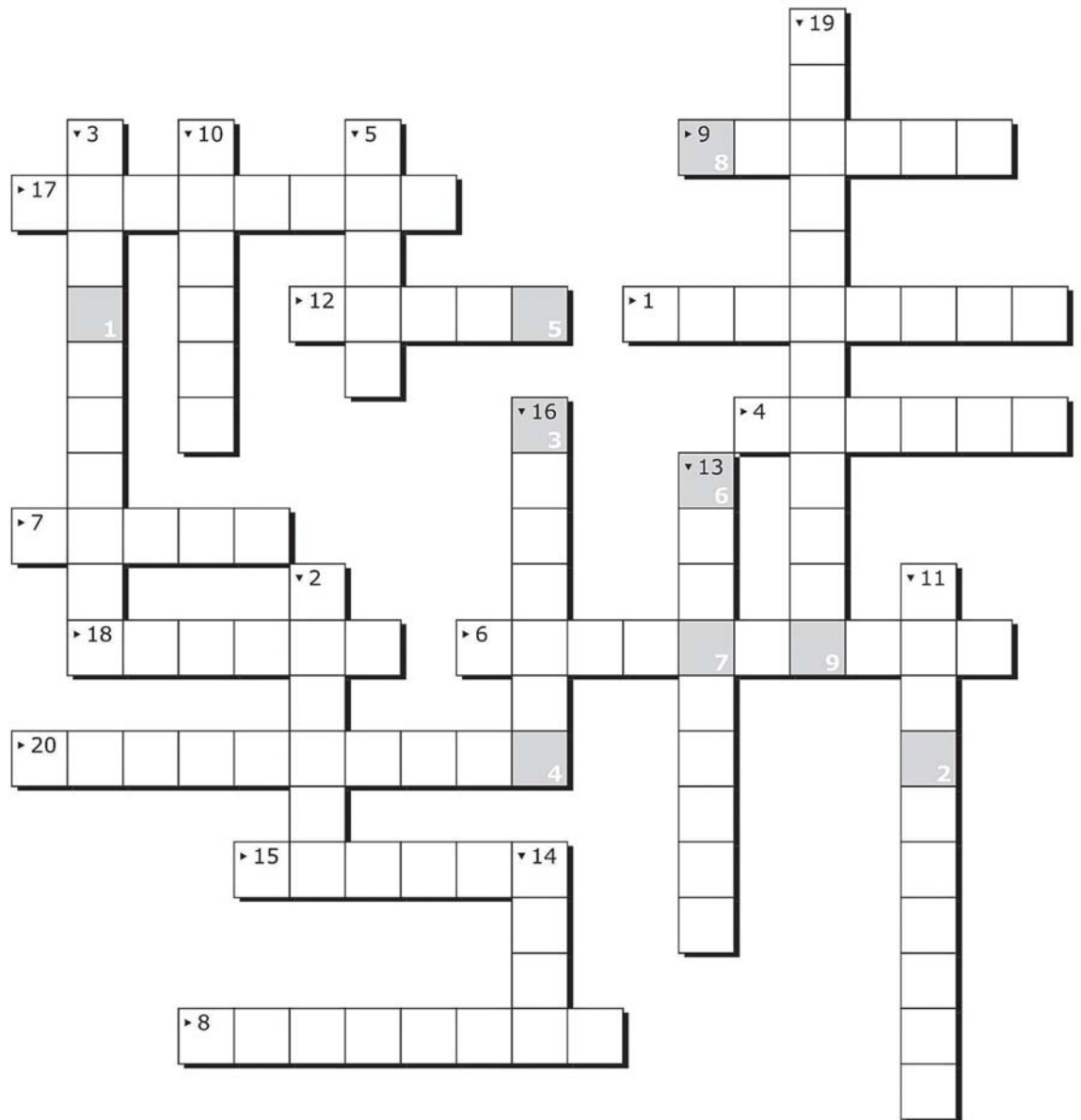
## Von Aarestrasse bis Zurlindensteg

Wer kennt sich aus in Aarau?

Die folgenden 20 Antworten haben alle einen direkten Bezug zu einem Strassennamen oder einer Ortsbezeichnung der Kantonshauptstadt.

### Fragen

1. Aargauer Sagensammler
2. Einheimischer Singvogel
3. Juragipfel mit Sendeturm
4. Sechsheiniger Gliederfüssler
5. Architekturpionierin aus Zürich
6. Partnerstadt von Aarau
7. Gesamtheit aller Pflanzen
8. Emmentaler Volksschriftsteller
9. Göttin der Morgenröte
10. Deutsche Adelsbezeichnung
11. Schweizer Pädagoge
12. Partnerstadt von Aarau
13. Freund der Weisheit
14. Zufluchtsort
15. Name einer Heiligen
16. Gemeinschaftlicher Grundbesitz
17. Aarauer Jugendfest
18. Handwerkzeug
19. Theaterstück von Tschechow
20. Physiker und Kantonsschulrektor



1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

### Verlosung Rätsel

Unter den Einsendungen des richtigen Lösungswortes verlosen wir drei Coop-Einkaufsgutscheine im Wert von Fr. 30.–, Fr. 20.–, Fr. 10.–.

Alle Preise werden von Coop gesponsert.

Lösungswort mit Name und Adresse per Post oder E-Mail schicken an:  
Gemeinschaftszentrum Telli, Girixweg 12, 5000 Aarau info@gztelli.ch

Einsendeschluss ist  
der 15. Oktober 2020

Lösungswort Rätsel  
September

**MIKROBIELL**

**Telli**  
EINKAUFSZENTRUM AARAU

## «7 Dinge, die Sie vor dem Todesfall vorbereiten sollten»



Corina Soncini, Geschäftsführerin der Firma «Dimovera», hält einen öffentlichen und kostenlosen Vortrag zu folgenden Themen:

- Was sollten Sie in Bezug auf Unfall, Krankheit und Todesfall unbedingt für sich und Ihre Angehörigen vorbereiten?
- Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament, Willensvollstreckung, etc. einfach und verständlich
- Aufgaben im Todesfall: Welche Aufgaben sind heutzutage im Todesfall durch die Angehörigen selbst zu erledigen? Und wie kann die Familie entlastet werden? **Alleinstehende sollten frühzeitig vorsorgen, da viele Aufgaben im Todesfall von keiner Amtsstelle übernommen werden.**

### Vortragsdetails:

- **Aarau:** Fr., 09.10.2020, um 14.30 Uhr im Bullingerhaus der ref. Kirchgemeinde Aarau, Jurastrasse 13
- **Lenzburg:** Do., 15.10.2020, um 14.30 Uhr im ref. Kirchgemeindehaus Lenzburg, Zeughausstrasse 9

Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Bei Fragen: Tel. 052 243 00 00 / [info@dimovera.ch](mailto:info@dimovera.ch)

Weitere Vortragsdaten unter: [www.dimovera.ch](http://www.dimovera.ch)

Information bzgl. Corona-Virus: Sämtliche Schutzmassnahmen werden eingehalten. Desinfektionsmittel und Schutzmasken (freiwillig) stehen bereit.


**ztprint**

die können mehr.

[ztprint.ch](http://ztprint.ch)

*Mit Herzblut und Leidenschaft die Ziele erreichen.*



Der Printbereich der ZT Medien AG 

## Gesund durch den Herbst

**medBASE<sup>+</sup>**  
APOTHEKE

Bleiben Sie auch im Herbst fit und profitieren Sie von attraktiven Vergünstigungen auf den HerzCheck<sup>®</sup>, die Ernährungsberatung und das Burgerstein Sortiment.

Medbase Apotheke Aarau Telli | Einkaufszentrum Telli | Tellistrasse 67  
5000 Aarau | T 062 824 84 64 | F 062 822 25 46 |  
[apotheke-aarau@medbase.ch](mailto:apotheke-aarau@medbase.ch) | [www.medbase-apotheken.ch](http://www.medbase-apotheken.ch)  
Montag-Freitag 9.00-19.00 Uhr | Samstag 8.00-18.00 Uhr

Lassen  
Sie sich  
beraten





## Veranstaltungen Oktober 2020

FR,	02.10.2020	09.30–10.15	Pro Senectute Gitarre, Auskunft B. Lüthy 079 330 52 95	GZ Telli
MI,	07.10.2020	19.15–20.15	Lachyoga, Gabriela Bruder, 076 480 16 68, info-lachyoga24@gmx.ch	GZ Telli
DO,	08.10.2020	12.00–14.00	Mittagstisch für SeniorInnen, Anmeldung: U. Urech, 079 613 11 33	GZ Telli
DO,	08.10.2020	15.30	Vortrag Sturzprävention, Demolektion Rhythmik für Senioren, seniorenrhythmik.ch	GZ Tell
DI,	13.10.2020	13.00–18.00	Mütter-/Väterberatung, Auskunft: M. Sutter, 062 723 05 42	GZ Telli
DI,	13.10.2020	15.00–17.00	Krabbelgruppe	GZ Telli
DO,	15.10.2020	20.00	Voices of Telli Chorprobe, Infos: Gaby Shoemaker: 076 450 46 75, www.tellichor.ch	GZ Telli
FR,	16.10.2020	09.30–10.15	Pro Senectute Gitarre, Auskunft B. Lüthy 079 330 52 95	GZ Telli
FR,	16.10.2020	19.00	Telligottesdienst	GZ Telli
MI,	21.10.2020	19.15–20.15	Lachyoga, Gabriela Bruder, 076 480 16 68, info-lachyoga24@gmx.ch	GZ Telli
SO,	25.10.2020	14.30	Silberbüx. Detektivkonzert ab 5 Jahren	KIFF
DI,	27.10.2020	13.00–18.00	Mütter-/Väterberatung, Auskunft: M. Sutter, 062 723 05 42	GZ Telli
DI,	27.10.2020	15.00–17.00	Krabbelgruppe	GZ Telli
MI,	28.10.2020	18.30–20.00	Vortrag mit anschliessender Podiumsdiskussion «Mein Beistand und ich – eine gute Ergänzung»	GZ Telli
DO,	29.10.2020	20.00	Voices of Telli Chorprobe, Infos: Gaby Shoemaker: 076 450 46 75, www.tellichor.ch	GZ Telli
FR,	30.10.2020	09.30–10.15	Pro Senectute Gitarre, Auskunft B. Lüthy 079 330 52 95	GZ Telli

### REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGEN

MO   DI   MI	15.00–18.00	Trefflokal für Kinder	Delfterstr. 36/37
MO	18.00–19.00	Pilates, Kontakt: www.bodytime.ch, 079 238 60 17*	GZ Telli
DI	14.00–16.00	Kegeln für SeniorInnen	GZ Telli
DI	18.15–19.15	Pilates für Männer (Okt.-April), Kontakt: www.bodytime.ch, 079 238 60 17	GZ Telli
DI	18.30–19.30	Pilates, Kontakt: www.bodytime.ch, 079 238 60 17*	GZ Telli
MI	08.45–09.45	Pro Senectute: Turnen für SeniorInnen, I. Bachmann, 062 822 82 93*	GZ Telli
MI	09.00–11.10	MuKi Deutschkurs MachBar, Rosa-Maria Rizzo, 062 823 24 28, www.mbb.ch	Jugendkulturhaus Flösserplatz
MI	10.00–11.00	Pilates / Power Yoga, Kontakt: www.bodytime.ch, 079 238 60 17*	GZ Telli
MI	12.10–13.00	Yoga, Christian Häfeli, 079 745 50 16, www.sarva.ch	GZ Telli
MI   SA   SO	13.00–20.00	Minigolfanlage. Auskunft. 079 852 07 82, www.minigolf-aarau.ch	Beim Hangartnerareal
MI	13.30–14.30	Männerturnen für Senioren, Pfarrer U. Waldmeier, 062 822 27 69*	Turnhalle Tellischulhaus
MI	18.00–21.00	Tai Chi, www.karateschule.ch	Turnhalle zeka
DO	09.30–10.30	Pro Senectute: Turnen für SpanierInnen, S. Moreno: 078 640 56 54*	GZ Telli
DO	18.00–18.45	Kinder-Yoga, www.karateschule.ch	Turnhalle zeka
DO	19.00–21.00	Qi Gong, www.karateschule.ch	Turnhalle zeka
DO	19.00–20.15	Karate, www.karateschule.ch	Turnhalle Tellischulhaus
DO	20.15–21.15	Kobudo, www.karateschule.ch	Turnhalle Tellischulhaus
FR	09.00–11.10	MuKi Deutschkurs MachBar, Rosa-Maria Rizzo, 062 823 24 28, www.mbb.ch	Jugendkulturhaus Flösserplatz
FR	09.30–10.30	Pro Senectute: Turnen für ItalienerInnen, 056 493 38 59*	GZ Telli
SA	09.30–11.10	Bonsai-Karate, www.karateschule.ch	Turnhalle zeka

\* während der Herbstferien (26.09.-11.10.20) keine Veranstaltung

Gemeinschaftszentrum Telli, 062 824 63 44, info@gztelli.ch

Öffnungszeiten: Dienstag–Freitag jeweils 14.00–18.00 Uhr

## Öffnungszeiten:

---

### Coop

Montag – Samstag 08.00 – 20.00 Uhr

---

### Denner

Montag – Freitag 09.00 – 20.00 Uhr

Samstag 08.00 – 20.00 Uhr

---

### Alle anderen Geschäfte

Montag – Freitag 09.00 – 19.00 Uhr

Samstag 08.00 – 18.00 Uhr

---

**Telli Aarau, Tellistrasse 67, 5004 Aarau**



Buslinie 2  
Aarau Bhf. <> Aarau, Tellizentrum



500 Kundenparkplätze

[www.telli-aarau.ch](http://www.telli-aarau.ch)