

GEMEINSAM 65+

ERLEBEN | BEWEGEN | BEGEGNEN

Rheinfelden
2026



Gemeinsame Unternehmungen,
Spaziergänge und Begegnungsorte

Aktuelle Angebote für
Seniorinnen und Senioren

UNTERSTÜTZT DURCH



Rheinfelden
Lebenswert. Liebenswert.

spandruck

Honigfluss
Grafik. Design. Konzept.



Begegnen - Gemeinsam Zeit verbringen

Gemischter Chor

Silver Singers Fricktal

Treffpunkt

Röm. kath. Pfarreizentrum

"Treffpunkt"

Hermann-Keller-Strasse 10
4310 Rheinfelden

Dienstags 15:40 – 17:00 Uhr

Auskunft

Helen Maurer

061 811 18 28

21maurerhelen@gmail.com

Kontakt

Pro Senectute Aargau

Beratungsstelle Bezirk Rhf.

061 831 22 70

rheinfelden@ag.prosenectute.ch

ag.prosenectute.ch > Freizeit >
alle Freizeitangebote



Morgentreff bei Kaffee/Tee & Gipfeli/Kuchen

Judith Huggler

Treffpunkt

Atelier

Wassergasse 10

4310 Rheinfelden

Mittwochs 09:00 – 11:00 Uhr

Kontakt

Judith Huggler

079 617 02 47

jhuggler@bluewin.ch

filz-und-holz.ch



Mittagstisch

Reformierte Kirche Region Rheinfelden

Treffpunkt

Roberstenstrasse 22
4310 Rheinfelden

Freitags 12:15 Uhr
(Ausser Schulferien und
Feiertagsbrücken)

Anmeldung

Bis jeweils donnerstags 11:30 Uhr
unter 061 831 52 42 oder
sekretariat@ref-rheinfelden.ch
ref-rheinfelden.ch



Trauertreff Rheinfelden

Hospiz Aargau

Treffpunkt

Seffel-Raum Rotes Haus
Habich-Dietschy-Strasse 1
4310 Rheinfelden

Jeden 2. und 4. Dienstag im
Monat, 18:30 – 20:30 Uhr

Kontakt

Daniela Curchod
079 964 05 59
trauertreff@hospiz-aargau.ch
hospiz-aargau.ch



Café e Conversa

HEKS Alter und Migration Aargau

Treffpunkt

Online

1 x im Monat, Termine
auf Webseite

Kontakt

Liliana Bäckert

079 268 26 32

liliana.tinoco@heks.ch

integrationaargau.ch



Plauderkaffee

Gesundheitsforum Rheinfelden, Bistro Salmenpark

Treffpunkt

Bistro Salmenpark
Baslerstrasse 2
4310 Rheinfelden

Jeden 1. Donnerstag im Monat,
14:00 – 17:00 Uhr

Kontakt

Béa Bieber

079 351 15 59

bieber@teleport.ch

gesundheitsforum-rheinfelden.ch



Begegnungscafé

Reformierte Kirche Region Rheinfelden

Treffpunkt

Roberstenstrasse 22
4310 Rheinfelden

Letzter Donnerstag im Monat,
14:00 – 16:00 Uhr

Kontakt

Iris Reif

061 833 96 70

iris.reif@ref-rheinfelden.ch

ref-rheinfelden.ch



SfS Stammhock

SeniorInnen für SeniorInnen Rheinfelden

Treffpunkt

In einem Rheinfelder Restaurant

Details in der Lokalpresse oder
auf der Webseite

Kontakt

079 639 41 63

kontakt@sfs-rheinfelden.ch

sfs-rheinfelden.ch



Fasnacht im Salmenpark

Tertianum Salmenpark

Treffpunkt

Bistro Salmenpark

Baslerstrasse 2

4310 Rheinfelden

14.02.2026, 14:00 – 18:00 Uhr

Kontakt

061 525 01 00

salmenpark@tertianum.ch

tertianum.ch



Musikgenuss bei Kaffee & Kuchen

Tertianum Salmenpark

Treffpunkt

Bistro Salmenpark

Baslerstrasse 2

4310 Rheinfelden

11.03.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

Kontakt

061 525 01 00

salmenpark@tertianum.ch

tertianum.ch



Tanzcafé mit DJ Frölein Huli

Tertianum Salmenpark

Treffpunkt

Bistro Salmenpark
Baslerstrasse 2
4310 Rheinfelden

20.05.2026, 15:00 – 18:00 Uhr

Kontakt

061 525 01 00
salmenpark@tertianum.ch
tertianum.ch



Vorträge zu Themen "Gesundheit Ü60"

Gesundheitsforum Rheinfelden

Treffpunkt

Wechselnde Orte, siehe
Tagespresse oder Webseite

Kontakt

Béa Bieber
079 351 15 59
bieber@teleport.ch
gesundheitsforum-rheinfelden.ch



Freiwillig tätig sein; Einsatz zugunsten der Flüchtlinge

Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit

Treffpunkt

Hotel Drei Könige
Zürcherstrasse 9
4310 Rheinfelden

Termin nach Absprache

Kontakt

Markus Schröder
077 461 76 67
rheinfelden.ch





Bewegen - Aktiv und fit bleiben

Fitness und Gymnastik

Pro Senectute Aargau

Treffpunkt

Turnhalle Augarten
Waldhofstrasse 34
4310 Rheinfelden

Montags 16:15 – 17:15 Uhr

Auskunft

Beratungsstelle Bezirk Rhf.
061 831 22 70
rheinfelden@ag.prosenectute.ch
ag.prosenectute.ch > Freizeit >
alle Freizeitangebote



Walk to talk; Bewegung und Kontakte pflegen

Gesundheitsforum Rheinfelden

Treffpunkt

Auf der alten Rheinbrücke
Montags 18:30 – 19:30 Uhr

Kontakt

Béa Bieber
079 351 15 59
bieber@teleport.ch
gesundheitsforum-rheinfelden.ch



Kurs "Sicher stehen – sicher gehen"

Reha Rheinfelden, Kurszentrum Fit & Gesund

Treffpunkt

Reha Rheinfelden
Salinenstrasse 98
4310 Rheinfelden

Dienstags 08:30 – 09:25 Uhr
Termine und weitere Kurse
auf der Webseite

Kontakt

Reha Rheinfelden
Kurszentrum Fit & Gesund
061 836 57 88
fitundgesund@reha-rhf.ch
reha-rheinfelden.ch/fit-und-gesund



Kurs "Fit 60+"

Reha Rheinfelden, Kurszentrum Fit & Gesund

Treffpunkt

Reha Rheinfelden
Salinenstrasse 98
4310 Rheinfelden

Dienstags 09:30 – 10:25 Uhr
Termine und weitere Kurse
auf der Webseite

Kontakt

Reha Rheinfelden
Kurszentrum Fit & Gesund
061 836 57 88
fitundgesund@reha-rhf.ch
reha-rheinfelden.ch/fit-und-gesund



Sanfte Gymnastik

vitaswiss Sektion Rheinfelden

Treffpunkt

Turnhalle Schützenweg
Schützenweg 6
4310 Rheinfelden

Dienstags 16:30 – 17:30 Uhr

Kontakt

Heidi Lesiecki
061 831 34 10
vitaswiss.ch



Aktiv-Gymnastik

vitaswiss Sektion Rheinfelden

Treffpunkt

Turnhalle Schützenweg
Schützenweg 6
4310 Rheinfelden

Dienstags 20:00 – 21:00 Uhr

Kontakt

Heidi Lesiecki
061 831 34 10
vitaswiss.ch



Kurs "Yoga auf dem Stuhl"

Reha Rheinfelden, Kurszentrum Fit & Gesund

Treffpunkt

Reha Rheinfelden
Salinenstrasse 98
4310 Rheinfelden

Dienstags 19:15 – 20:10 Uhr
Termine und weitere Kurse
auf der Webseite

Kontakt

Reha Rheinfelden
Kurszentrum Fit & Gesund
061 836 57 88
fitundgesund@reha-rhf.ch
reha-rheinfelden.ch/fit-und-gesund



Fitness und Gymnastik

Pro Senectute Aargau

Treffpunkt

Turnhalle Robersten
Carl-Güntert-Strasse 2-14
4310 Rheinfelden

Mittwochs 15:45 – 16:45 Uhr

Auskunft

Beratungsstelle Bezirk Rhf.
061 831 22 70
rheinfelden@ag.prosenectute.ch
ag.prosenectute.ch > Freizeit >
alle Freizeitangebote



Wandern

Pro Senectute Aargau

Treffpunkt

Gemäss Programm auf der
Webseite

Donnerstags, Start von div.
Orten im Bezirk Rheinfelden

Auskunft

Beratungsstelle Bezirk Rhf.
061 831 22 70
rheinfelden@ag.prosenectute.ch
ag.prosenectute.ch > Freizeit >
Bewegung und Sport



Diverse Bewegungskurse

Pro Senectute Aargau

Treffpunkt

Gemäss Programm auf der
Webseite

Kurse

Everdance® - kreativ
Line Dance
Pilates
Yoga auf dem Stuhl
Zumba Gold®

Auskunft

Beratungsstelle Bezirk Rhf.

061 831 22 70

rheinfelden@ag.prosenectute.ch

ag.prosenectute.ch > Freizeit >
alle Freizeitangebote



Turn dich fit!

Gesundheitsforum Rheinfelden

Treffpunkt

Turnhalle Robersten
Carl-Güntert-Strasse 2-14
4310 Rheinfelden

Donnerstags 18:45 – 19:45 Uhr
(bis Ostern 2026, ausser
Schulferien)

Kontakt

Laurence Brugger

Laurence.Brugger@bluewin.ch

gesundheitsforum-rheinfelden.ch



Tanzen für Junggebliebene

AUREA – Kultur und Events

Treffpunkt

AUREA
Baslerstrasse 15
4310 Rheinfelden

Jeden 4. Dienstag im Monat
14:00 – 17:00 Uhr (ausser
Februar und Sommermonate)

Kontakt

Sabine Anderhub
079 654 50 34
Däni Anderhub
079 628 60 14
info@aurea-events.ch
aurea-events.ch



Natur-Resilienz-Training "kraftvoll durch die zweite Lebenshälfte"

Waldstaunen.ch

Treffpunkt

Waldparkplatz beim Forstwerkhof
Rheinfelden (nahe der Reha)

Kursstart: 20.03.2026 und
14.08.2026; 8x jeweils freitags
09:00 – 10:30 oder 14:00 – 15:30;
weitere Kurse auf der Webseite

Kontakt

Nadine Pietzonka
077 401 24 33
nadine.pietzonka@waldstaunen.ch
waldstaunen.ch



Achtsamkeitspfad

Gesundheitsforum Rheinfelden

Treffpunkt

Im Waldstück Weiherhalde
(hinter Golfplatz Rheinfelden)

Jederzeit nutzbar, mit 10
Stationen für Achtsam-
keitsübungen

Kontakt

Béa Bieber
079 351 15 59
bieber@teleport.ch

gesundheitsforum-rheinfelden.ch



Erleben - Miteinander unterwegs sein

Mitenand Nomittag

Röm.-Kath. Pfarrei Rheinfelden-Magden-Olsberg

Treffpunkt

Hermann-Keller-Strasse 10
4310 Rheinfelden

1 x im Monat,
Termine auf Webseite

Kontakt

Marie Hohl
061 836 95 56
marie.hohl@pfarrei-rheinfelden.ch
pfarrei-rheinfelden.ch



Seniorenausflug

Reformierte Kirche Region Rheinfelden

Treffpunkt

Roberstenstrasse 22
4310 Rheinfelden

10.06.2026, 08:00 – 18:00 Uhr
Info in der Kirchenzeitung und
auf der Webseite

Kontakt

Iris Reif
061 833 96 70
iris.reif@ref-rheinfelden.ch
ref-rheinfelden.ch



ALTERnativ Nachmittag

Reformierte Kirche Region Rheinfelden

Treffpunkt

Roberstenstrasse 22
4310 Rheinfelden

18.03.2026, 14:15 – 16:30 Uhr
Info in der Kirchenzeitung und
auf der Webseite

Kontakt

Iris Reif
061 833 96 70
iris.reif@ref-rheinfelden.ch
ref-rheinfelden.ch



Seniorennachmittag

Reformierte Kirche Region Rheinfelden

Treffpunkt

Roberstenstrasse 22
4310 Rheinfelden

09.12.2026, 14:00 – 16:30 Uhr
Info in der Kirchenzeitung und
auf der Webseite

Kontakt

Iris Reif
061 833 96 70
iris.reif@ref-rheinfelden.ch
ref-rheinfelden.ch



Kennen Sie schon unsere neue Broschüre "Älter werden in Rheinfelden"?



Die Broschüre ist per E-Mail (gesellschaft@rheinfelden.ch) oder telefonisch unter 061 835 51 77 bestellbar sowie direkt über den QR-Code elektronisch abrufbar.



Impressum

Das Jahresprogramm für Seniorinnen und Senioren erscheint einmal jährlich, jeweils im Januar.

Herausgeberin

Stadt Rheinfelden, Fachstelle Gesellschaft
Marktgasse 16, 4310 Rheinfelden
rheinfelden.ch



Simone Blaser
Fachstelle Gesellschaft
061 835 51 77
gesellschaft@rheinfelden.ch