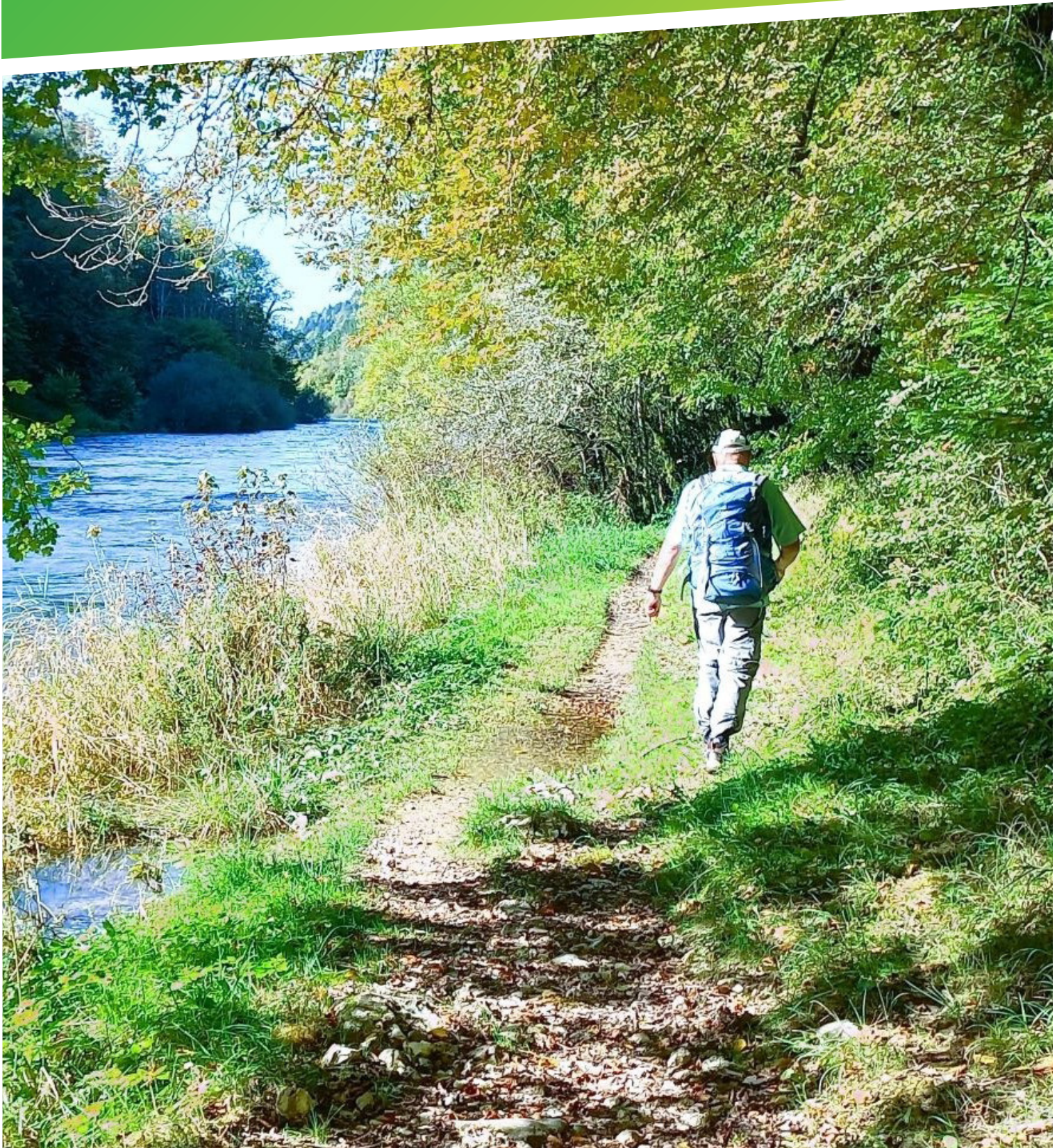


**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

# Pilgerwoche Jura 30.09. - 04.10.2024



# „Pilgern heisst: mit den Füßen beten“

Möchten Sie Ihren Alltag mal hinter sich lassen? Wollen Sie einige Tage unterwegs sein, ohne viel Ballast, nur das Notwendige auf dem Rücken? Mit dem Rhythmus seiner Schritte der inneren Mitte näher sein. Täglich anregende Impulse erhalten. Sich in einer kleinen Gruppe gut aufgehoben wissen. Dann kommen Sie mit uns auf eine Pilgerwanderung im Jura.

Fünf Tagesetappen:

Die Route führt auf Wanderwegen über Jurahöhen, durch die Ebene der Freiberge und entlang der Gewässerperle Doubs. Die tägliche Wanderzeit (ohne Pausen) beträgt jeweils ca 4 bis max. 5 Stunden.

## **1. Tag Kleinlützel - Delémont**

Vom Baselbiet gelangen wir über die Jurahügel nach Delémont, dem Hauptort des Kantons Jura. Übernachtung im „Centre Saint François“.

## **2. Tag Delémont - St-Ursanne**

Per Bus gelangen wir auf den nächsten Höhenzug. Der aussichtsreiche Weg führt bis hinunter nach St-Ursanne an den Doubs. Übernachtung im «Hotel-Restaurant de la Couronne».

## **3. Tag St. Ursanne - Soubey**

Die ganze Strecke verläuft durch wild-romantische Landschaften entlang des Doubs. Der Bus bringt uns zuletzt nach Montfaucon. Übernachtung im „Hotel De la Gare“.

## **4. Tag Montfaucon - Etang de la Gruère - Tramelan**

Der Weg führt durch die Jura-Freiberge, über ausgedehnte Weiden und sanfte Anhöhen bis nach Tramelan. Übernachtung im „Hotel CIP«

## **5. Tag Tramelan - Mt.Soleil (St.-Imier)**

Nach einem Aufstieg wandern wir den ganzen Tag auf Jurahöhen bis zum Mt.Soleil, dem Schlusspunkt der Woche. (Funiculaire nach St-Imier/ St-Imier ab 15.45, Wil an 18.25)

# Pilgerwanderung Jura

Montag, 30. September bis  
Freitag, 04. Oktober 2024

- Anreise** Die Anreise erfolgt individuell.  
Wil ab 07.18, via Zürich, Basel, Laufen - Busankunft  
Kleinlützel Frohmatt um 10.13
- Treffpunkt** Montag, 30.9.2023 um 10.15 Uhr, Bushalt «Kleinlützel  
Frohmatt».
- Ausrüstung** Stabile Schuhe, Sonnen- und Regenschutz (Durchfüh-  
rung bei jeder Witterung), geeigneter Rucksack (Gewicht  
inkl. Proviant 8 bis max. 10kg).  
Wichtig: sich auf das Notwendige beschränken!
- Leitung** Urs Meier, Pilgerbegleiter E JW, [ursm8730@gmail.com](mailto:ursm8730@gmail.com) /  
[www.pilgern-meditation.ch](http://www.pilgern-meditation.ch) / +41 79 509 08 29  
Thomas Ebnetter, Co-Leiter
- Kosten** CHF 720.00 exkl. Reisekosten umfasst 5 Tage Reiselei-  
tung plus 4 Übernachtungen mit Frühstück.  
Zusätzlich selbst zu bezahlen: Nachtessen sowie Ta-  
gesproviant, An- und Abreise, Bus unterwegs.
- Versicherung** Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden
- Informations-  
treffen** Für Interessierte findet am 10. Juni 2024, 10.00 Uhr  
bei der Pro Senectute, Obere Bahnhofstrasse 36, Wil ein  
Treffen statt. Ein Besuch dieser Veranstaltung ist nicht  
Bedingung für die Teilnahme.
- Anmeldung** Anmeldungen bei Pro Senectute,  
Linda Schmollinger, 071 913 87 84 oder  
[linda.schmollinger@sg.prosenectute.ch](mailto:linda.schmollinger@sg.prosenectute.ch)  
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt.  
Anmeldeschluss 30.07.2024

# Dienstleistungen

## Hilfe und Betreuung zu Hause

- Haushilfe
- Betreuung und Begleitung im Alltag
- Entlastung von pflegenden Angehörigen
- Einfache pflegerische Tätigkeiten
- Mahlzeitendienst Toggenburg

## Begegnung und Austausch

- Turn- und Wassergymnastik
- Wander-, Velo- und Tanzgruppen
- Computer- und IT-Kurse
- Kreativkurse
- Sprach- und Bildungsangebote

## Information und Beratung

- Finanzen, Gesundheit, Wohnen, Lebensgestaltung, Recht
- Administrativer Dienst
- Steuererklärungsdienst
- Vorsorgedokumente (Docupass)
- Vorträge und Veranstaltungen

## Mitarbeit und Partizipation

- Freiwilligenarbeit im Rahmen eines Sozialzeit-Engagements

## Anlaufstelle für Altersfragen

Pro Senectute Wil & Toggenburg · 071 913 87 87  
wil@sg.prosenectute.ch · www.sg.prosenectute.ch  
Obere Bahnhofstrasse 36 · 9500 Wil  
Bahnhofstrasse 83a · 9240 Uzwil  
Rickenstrasse 28 · 9630 Wattwil

