



Residenz Au Lac
daheim sein



Mittagstisch

Weil gemeinsam essen mehr Freude macht.

Mittagstisch PLUS:

Zuerst einen spannenden Vortrag hören und dann zusammen essen.

Tag	Datum, Zeit	PLUS-Thema
Dienstag	09.01.24, 10.30 Uhr	Bewegung positiv erlebt mit Cécile Kessler, Pro Senectute
Dienstag	23.01.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	13.02.24, 10.30 Uhr	Qigong mit Pia Schibler, Qigong-Lehrerin
Dienstag	27.02.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	05.03.24, 10.30 Uhr	Glücksgefühle und Enttäuschungen gehören zum Leben mit Cécile Kessler, Pro Senectute
Dienstag	19.03.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	09.04.24, 10.30 Uhr	Tanzen mit Sandra Heger, Tanzlehrerin
Dienstag	23.04.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	14.05.24, 11.00 Uhr	Yoga mit Flavia Travaglini, Yogalehrerin
Dienstag	28.05.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	04.06.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	18.06.24, 10.30 Uhr	Lebensfreude & Resilienz mit Cécile Kessler, Pro Senectute

Kontakt / Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Residenz Au Lac, Restaurant

Tél. 032 328 29 00, Aarbergstrasse 54

2503 Biel/Bienne, restaurant@residenz-au-lac.ch

In Zusammenarbeit mit

**PRO
SENECTUTE**



Residenz Au Lac
daheim sein



Repas de midi

Le plaisir de partager un repas.

Repas de midi PLUS:

Écouter d'abord une présentation passionnante, puis manger ensemble.

Jour	Date, heure	PLUS-Thème
Mardi	09.01.24, 10.30 heures	L'activité physique vécue de manière positive avec Cécile Kessler, Pro Senectute
Mardi	23.01.24, 12.00 heures	
Mardi	13.02.24, 10.30 heures	Qigong avec Pia Schibler, prof. de Qigong
Mardi	27.02.24, 12.00 heures	
Mardi	05.03.24, 10.30 heures	Les sentiments de bonheur et les déceptions font partie de la vie avec Cécile Kessler, Pro Senectute
Mardi	19.03.24, 12.00 heures	
Mardi	09.04.24, 10.30 heures	Danser avec Sandra Heger, prof. de Danse
Mardi	23.04.24, 12.00 heures	
Mardi	14.05.24, 11.00 heures	Yoga avec Flavia Travaglini, prof. de Yoga
Mardi	28.05.24, 12.00 heures	
Mardi	04.06.24, 12.00 heures	
Mardi	18.06.24, 10.30 heures	Joie de vie et résilience avec Cécile Kessler, Pro Senectute

Contact / Nous prenons volontiers note de votre réservation! En partenariat avec

Residenz Au Lac, Restaurant

Tél. 032 328 29 00, Rue d'Aarberg 54

2503 Biel/Bienne, restaurant@residenz-au-lac.ch

**PRO
SENECTUTE**