



Mittagstisch

Weil gemeinsam essen mehr Freude macht.

Mittagstisch PLUS:

Zuerst einen spannenden Vortrag hören und dann zusammen essen.

Tag	Datum, Zeit	PLUS-Thema
Montag	05.01.2026, 10.30 Uhr	Vortrag «Akteur sein im eigenen Alter», mit Barbara Burkhalter, Vitasen
Montag	19.01.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	02.02.2026, 10.30 Uhr	Tanzen mit Sandra Heger
Montag	16.02.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	02.03.2026, 10.30 Uhr	«Mit Schwung in den Frühling», mit Cécile Kessler, Pro Senectute
Montag	16.03.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	20.04.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	04.05.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	18.05.2026, 10.30 Uhr	Yoga mit Flavia Travaglini
Montag	01.06.2026, 12.00 Uhr	-
Montag	15.06.2026, 10.30 Uhr	«Lebensqualität trotz Hitze» mit Cécile Kessler, Pro Senectute