



**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	09.07.24, 10.30 Uhr	Lachen ist gesund mit Gabriela Imhof, RealisAction
Dienstag	23.07.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	13.08.24, 10.30 Uhr	Erfrischendes an Sommertagen leicht Essen und Trinken – gesund bewegen mit Cécile Kessler, Pro Senectute
Dienstag	27.08.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	10.09.24, 10.30 Uhr	Bewegen mit Geri Loosli
Dienstag	24.09.24, 12.00 Uhr	
Dienstag	08.10.24, 10.30 Uhr	Tanzen mit Sandra Heger, Tanzlehrerin
Dienstag	22.10.24 12.00 Uhr	
Dienstag	12.11.24 10.30 Uhr	Zwiebelzöpfe flechten mit Hansueli Jampen
Dienstag	26.11.24 12.00 Uhr	
Dienstag	10.12.24, 10.30 Uhr	Besondere Tage – Besondere Rituale 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	09.07.24, 10.30 heures	Rire c'est bon pour santé avec Gabriela Imhof, RealisAction
Mardi	23.07.24, 12.00 heures	
Mardi	13.08.24, 10.30 heures	Se rafraîchir durant la canicule mager et boire légèrement - bouger consciencieusement avec Cécile Kessler, Pro Senectute
Mardi	27.08.24, 12.00 heures	
Mardi	10.09.24, 10.30 heures	Bouger avec Geri Loosli
Mardi	24.09.24, 12.00 heures	
Mardi	08.10.24, 10.30 heures	Danser avec Sandra Heger, prof. de Danse
Mardi	22.10.24, 12.00 heures	
Mardi	12.11.24, 10.30 heures	Nouer des tresses d'oignons avec Hansueli Jampen
Mardi	26.11.24, 12.00 heures	
Mardi	10.12.24, 10.30 heures	Jours particuliers - Rituels particuliers 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**