



مرحبا

Tung

Grüezi

ஹலோ

Zdravo

Ciao

Bonjours

Hola

Salut

Olá



HEKS  
EPER

## Café Mondo Rheinfelden

Gemütlich zusammensitzen und Informationen über das Älterwerden erfahren

### Informieren und Austauschen

- Haben Sie Fragen zu Gesundheit, Ernährung, AHV, Spitex, Wohnen im Alter...?
  - Sind Sie oder Ihre Lieben im Ausland geboren und kommen langsam ins Alter?
- Fachpersonen und Freiwillige unterstützen Sie vor Ort!

**Datum:** Dienstag, 8. Juni, 15:00 – 17:30 Uhr

**Thema:** Wie bleibe ich mental und körperlich gesund?

**Ort:** Seffel-Raum, Rotes Haus, Habich-Dietschy-Str. 1, Rheinfelden

**Fahrdienst:** Bestellen bei Silvia Bühler, 079 771 22 36 (kostenlos)

**Anmeldung:** [info@mitdabeifricktal.ch](mailto:info@mitdabeifricktal.ch) oder 078 210 51 55 (Tel./WhatsApp)

Die Teilnehmendenzahl ist auf 15 Pers. beschränkt, Corona-Schutzmassnahmen werden eingehalten.

Mit Kuchen  
und Getränk