



REFORMIERTE KIRCHGEMEINDE  
JEGENSTORF URTENEN



Katholische Kirche Region Bern  
Pfarrei St. Franziskus Zollikofen

Erwachsene 60+ Urtenen-Schönbühl und Mattstetten

## **Seniorenachmittag 13. März 2025** um 14.00 Uhr im Zentrumssaal Schönbühl



### **Ernährung und Bewegung: Was ist wichtig zu wissen für Senioren**

Frau Ramona Stettler, dipl. Ernährungsberaterin und Fitnessinstructorin gibt Ideen, Tips und Anregungen, in denen Essen und Bewegung zur Freude in unserem Alltag wird.

**Nächstes Datum:** Theater «Suuberi Gselle» am 10. April 2025

**Kontakt:** Helene Tuba, Erwachsene 60+ | 031 852 14 85 |  
[helene.tuba@kirche-urtenen.ch](mailto:helene.tuba@kirche-urtenen.ch)