



Fachstelle Alter

REGION GANTRISCH



«INFOMESSE 60PLUS»

SAMSTAG, 12. SEPTEMBER 2026

10 UHR BIS 13:30 UHR

**AULA DES SEKUNDARSCHULHAUSES
LINDENGÄSSLI 19, RIGGISBERG**

Vielseitige Informationsstände, spannendes
Rahmenprogramm, interessante Workshops
rund ums Thema Alter.



Fahrdienst: bitte melden Sie sich beim
Samariterverein Riggisberg Thurnen, 031 511 00 14

«INFOMESSE 60PLUS»

PROGRAMM

10.00 Uhr

Eröffnung der InfoMesse 60plus



Ab 10.00 Uhr

- **vielseitige Informationsstände rund ums Thema Alter**
- **Handyberatung:** Jugendliche unterstützen Sie bei Fragen und Schwierigkeiten rund ums Handy, nicht vergessen das Handy mitzubringen!
- **verschiedene Verpflegungsmöglichkeiten**



10.15 – 11.00 Uhr

body'n brain: Mit Spass zu mehr Leistung- ein spielerisches Bewegungsprogramm zur Förderung der Gehirnvernetzung.
Leitung: Jeanine Finochiaro



11.15 – 12.00 Uhr

Musik-Bewegung-Lebenslust: Impulse für körperliche und geistige Beweglichkeit in jedem Alter.
Leitung: Marlène Hulliger



12.15 –13.00 Uhr

Tabuthema: Sterben, Tod und Trauer

Sie sind unliebsame Begleiter durchs Leben, und werfen Fragen auf.

Heidi Burri, die Präsidentin des Vereins WABE (Wachen und Begleiten von Sterbenden) und Katharina Friederich, Leiterin des Trauercafés Riggisberg, wissen, wie ernst das Thema ist. Sie machen es möglich, mit einer gewissen Leichtigkeit Antworten zu finden.



13.30 Uhr

Ende der Veranstaltung

Fachstelle Alter Region Gantrisch, 3126 Kaufdorf

078 422 15 93 (Termin nach Vereinbarung)

www.fachstellealtergantrisch.ch