



GUET ÄSSE
GUET ZWÄG
E GUETE Z'BASEL

MENÜ FÜR UNTER
10 CHF

DIE TISCHRUNDE FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

GUET ÄSSE GUET ZWÄG

E GUETE Z'BASEL



WIR KOCHEN FÜR DICH

Wir sind eine Gruppe von Seniorinnen und Senioren, die gerne kochen und in geselliger Runde essen. Gerne bewirten wir dabei eine kleine Anzahl Gäste. Unter dem Motto «guet ässe, guet zwäg» kochen wir für Gleichaltrige ein Menü, das sich alle leisten können.

WENN DU WILLST, KOCHST DU MIT

Wer will, ist herzlich eingeladen, mitzuhelfen beim Planen, Einkaufen und Kochen. Dafür musst du nicht meisterlich kochen können. Zusammen macht es auf jeden Fall Spass und man lernt nebenbei, wie man im Alter mit gutem Essen gesund bleibt.

GANZ WIE DU WILLST

Du bestimmst, wie du dabei sein möchtest.



MITESSEN

Ein gutes Menü zum günstigen Preis genießen. Die gesellige Tischrunde gibt es gratis dazu.



MITKOCHEN

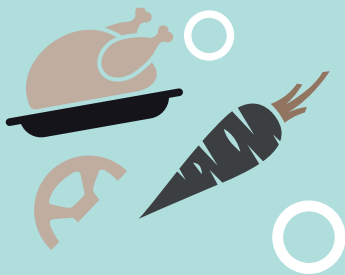
Gemeinsam planen, einkaufen, kochen und essen. Wir freuen uns über jede Verstärkung.



MITEINANDER

Lust auf mehr Geselligkeit? Wenn man möchte, bietet die Tischrunde die Gelegenheit, Leute für weitere Aktivitäten in ungezwungenem Rahmen kennenzulernen.

GUET ÄSSE GUET ZWÄG E GUETE Z'BASEL



EINFACH MAL AUSPROBIEREN

Am besten gleich anrufen, um die nächsten Termine zu erfahren und dich anzumelden.

Das erste Menü schenken wir dir gerne.

WO

Begegnungszentrum CURA,
Lukas Legrand-Strasse 22, 4058 Basel

WANN

An Montagen nach Absprache.
Den nächsten Termin erfährst du telefonisch
oder auf unserer Webseite.

KOSTEN

Menüpreise von CHF 6.- bis CHF 10.-

ZUM ANMELDEN UND BEI FRAGEN

079 899 80 75
www.gesundheit.bs.ch/eguetezbasel

