



VICINO LUZERN
In unserem Quartier alt werden

Mentaltraining im Alltag

Was ist Mentaltraining? Wie kann es im Alltag unterstützen? Kleine Tipps und Tricks für einen optimistischen Tag und viel Zeit für deine Fragen!

Wann: **Dienstag, 27. Oktober 2026**
Zeit: 14:00 – 15:00 Uhr
Wo: Vicino Würzenbach
Referent : **Fredy Blättler**
(betr. Mentor mit eidg. FA, Mentaka GmbH)

Alle sind herzlich willkommen!

Auskunft:
Vicino Würzenbach
Marianne Wyrsh
Würzenbachmatte 2 6006 Luzern
079 395 14 49

