



SONNMATT  
LUZERN

## Veranstaltungen & Aktivitäten

22. – 28. Dezember 2025

<b>Montag</b> 22. Dezember	16.15 – 17.00	Gymnastikraum	<b>PMR - Progressive Muskelentspannung nach Jacobson:</b> Entspannung durch Anspannung: Entdecken Sie den wohltuenden Effekt der Progressiven Muskelentspannung und nehmen Sie nach dem Üben ihren «gelösten» Zustand in den Abend mit. Sie üben im Sitzen oder Liegen.
	17.15 – 18.30	Salon	<b>Musikalische Happy Hour und Pianospiel</b> mit Raffaella Suter und ihren schönen Melodien
<b>Heiligabend</b> 24. Dezember	17.30	Salon	Das <b>Duo Strela</b> lädt Sie herzlich ein, Heiligabend musikalisch zu feiern! Lieder aus aller Welt, festliche Melodien auf dem Flügel und zusammen Singen tragen zu einer gemütlichen Stimmung der heiligen Nacht bei.  Marina Vasilyeva, Gesang und Flügel Valéry Burot, Gitarre
	ca. 20.00	Bibliothek	<b>Weihnachtliche Kurzgeschichten</b> erzählt von Philipp Oberholzer
<b>Weihnachten</b> 25. Dezember	10.30	Salon	<b>Weihnachtsmatinée</b> Am Weihnachtsmorgen erklingen sanfte Saiten der Harfe - festlich, heiter, doch auch still und nachdenklich. Klänge aus vergangenen Jahrhunderten verweben sich zu einem festlichen Gruss, der Herz und Seele damals wie heute berührt.  Vera Schnider, Harfe
	15.30	Grosses Sitzungszimmer	TV-Übertragung der weihnachtlichen Mitternachtsmesse



SONNMATT  
LUZERN

## Veranstaltungen & Aktivitäten

22. – 28. Dezember 2025

---

<b>Stephanstag</b> 26. Dezember	10.30	Salon	<b>Konzert zum Stephanstag</b> Dem neuen Jahr entgegen mit dem bekannten Trio:  Daniel Zihlmann, Tenor Claudio Oftinger, Violoncello Bettina Oftinger, Flügel
	17.15 – 18.30	Salon	<b>Musikalische Happy Hour und Pianospiele</b> Bruno Roelli spielt aus seinem breit gefächerten Repertoire.

---