



# Gsunds Ässe für dehei

## Der Mahlzeitendienst der Stiftung Obesunne

Das Angebot richtet sich an ältere Menschen in Arlesheim, für die das Kochen infolge gesundheitlicher Beschwerden ausgeschlossen oder zu anstrengend ist. Wir bringen die Mittagessen täglich von Montag bis Freitag zu den Kundinnen und Kunden nach Hause.

**Anmeldungen bis spätestens  
um 10 Uhr am Vortag unter  
Telefon 061 705 07 09**

Wir liefern Ihre Mahlzeit kalt, Sie wärmen sie zu Ihrer Essenszeit – so bleibt die Qualität der Speisen erhalten.



Wo Menschen für Menschen da sind  
Stiftung Obesunne • [www.obesunne.ch](http://www.obesunne.ch)



Sie wählen die Wochentage von Montag bis Freitag, wir liefern Ihnen zwischen 9.00 und 11.00 Uhr die kalten Mahlzeiten nach Hause. Stornierungen sind am Vortag auch für einzelne Mahlzeiten möglich. Sie können das Essen in der Mikrowelle wärmen. Es besteht auch die Möglichkeit, bei uns eine Wärmeplatte zu beziehen. Die Mahlzeiten können in der von uns gelieferten Box direkt auf die Platte gestellt und gewärmt werden.


Alle Tagesmenüs werden in der Küche der Stiftung Obesunne zubereitet, auf speziellem Geschirr angerichtet und durch freiwillige Helferinnen und Helfer zu Ihnen nach Hause geliefert. Die leeren und von Ihnen gereinigten Behälter nehmen wir bei der nächsten Lieferung zurück.




## 4-Gang-Tagesmenü CHF 19.50

Sie können zwischen folgenden Kostarten wählen:

- **Normalkost**
- **Diabeteskost** (Abklärung mit der Leitung Küche)
- **Vegetarische Kost**
- **Schonkost** (keine blähenden Lebensmittel)



Ein Wochenmenüplan steht nicht zur Verfügung. Sie erhalten von der Stiftung Obesunne eine Monatsrechnung per Post. Stornierungen, die nicht am Vortag gemeldet werden, müssen wir in Rechnung stellen.



Freiwillige AutofahrerInnen sind willkommen! Für weitere Informationen oder Fragen zum Mahlzeitendienst gibt Jonas Hubeli, Leiter Services, gerne Auskunft:  
jonas.hubeli@obesunne.ch oder 061 705 07 20