

MECK

HERBST
PROGRAMM
2026
NR. 111

GEISSGASSE 17 5070 FRICK

SEPTEMBER

12.09.
Samstag

**MANUEL
STAHLBERGER**

Kleinkunst | "Es geht"

18.09.
Freitag

**JUNIOR
TSHAKA**

Reggae | World Music

27.09.
Sonntag

PÉTANQUE-TURNIER

Im MECK-Garten & Kulinarik

OKTOBER

17.10.
Samstag

**KATJA
BAUMANN**

Kleinkunst | "Das Schweigen der Helden"

18.10.
Sonntag

PÉTANQUE-TURNIER

Im MECK-Garten & Kulinarik

23.10.
Freitag

KARAOKE-ABEND

Jeder kann mitmachen - Talent ist optional!

30.10.
Freitag

**SUEHIRO
COMMANDER**

Drink & Draw | Surf | Reggae Dub | Kreativität

NOVEMBER

06.11.
Freitag

DER LUCHS

Filmclub Weltfilme | (CH)

08.11.
Sonntag

SUNNDIGS ZVIERI

Kostümparty und Kinderschminken | Familiennachmittag

14.11.
Samstag

URSUS WEHRLI

*Ein literarisch-theatrales Konzert |
„Heute habe ich beinahe was erlebt“*

26.11.
Donnerstag

**HIRSCHWAHN &
DIE FREISCHWIMMER**

Improvisations-Theater



BIO MARKT & CAFETERIA

Samstags, 9:00 – 12:00 Uhr

Frick



Gipf-Oberfrick



Medienpartner



stöckli
Landschaftsarchitektur

**TILIA
BAUMPFLAGE AG**
Frick



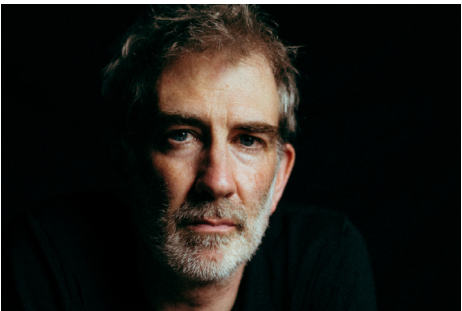
**AARGAUER
KURATORIUM**

MECK.CH

September

SA. 12.09.26 | 20:30 UHR
MANUEL STAHLBERGER

Kleinkunst | "Es geht"



Wir stehen am Buffet. Vieles wird zwar immer ähnlicher, aber es hat noch von allem. Aber wie war das eigentlich in der Steinzeit? Und war davor alles einfacher? Oder nur anders? Und werden Sachen leichter, weil sie die ganze Zeit beschleunigt werden? Es geht.

In seinem neuen Solo-Programm schöpft sich Manuel Stahlberger einen Teller voll und serviert uns das ganze Durcheinander in kleinen Happen, mit staubtrockenem Humor - wie wir es von Stahlberger auch gewohnt sind. Ein abendfüllendes Programm begleitet mit Diashows, Videos und Liedern

www.manuelstahlberger.ch

Bar ab 19:00 Uhr / Event: 20:30 Uhr
Reservation empfohlen* CHF 35. —

FR. 18.09.26 | 21:00 UHR
JUNIOR TSHAKA (CH)

Reggae | World Music



Junior Tshaka, charismatischer Gewinner des europäischen Reggae-Wettbewerbs, gehört seit Jahren zur Spitze der CH-Reggae-Szene.

Überzeugt von der universellen Sprache der Musik reist er seit über zwei Jahrzehnten durch Afrika, Südamerika, Asien und Europa. Mit seinen engagierten, verbindenden Songs berührt er das Publikum weltweit. Sieben Alben, über 600 Konzerte in 26 Ländern, mehr als 2 Millionen YouTube-Aufrufe sowie Kooperationen mit Reggae-Grössen wie Dub Inc., Sinsemilia und Tiken Jah Fakoly unterstreichen seinen internationalen Erfolg.

Seine sehr harmonischen Songs heben sich von jamaikanischen Produktionen ab und orientieren sich stärker am frankophonen Reggae - die ideale Formation für ein beschwingtes Off-Beat-Konzert im MECK!

Junior Tshaka: lead vocals, guitar | Shaïna D.: backing vocals | Dominic Montandon: keys | Armando Ribeiro: bass | David Longo: drums, backing vocals | Thomas Chaillan: guitar | Thierry Binbin Benguerel: percussion

Bar ab 20:00 Uhr / Konzert: 21:00 Uhr
Reservation empfohlen* CHF 35. —

SO. 27.09.26 | 13:30 UHR
PÉTANQUE-TURNIER

Im MECK-Garten & Kulinarik



Ein gemeinsamer Nachmittag zwischen Sommer und Herbst. Die heissen Tage sind vorbei - perfekt für einen gemütlichen Nachmittag voller Spielfreude, Spannung und dem Jubel über den ultimativen Treffer. Ein Anlass zum Begegnen, Geniessen und Zusammensein für alle, die Freude am Spiel haben.

Auch Anfängerinnen und Anfänger sind herzlich willkommen.

Anmeldung für das besondere Essen von Adi ist erforderlich.*

Bar & Einschreiben: 13:30 Uhr | Spielbeginn: 14:00 Uhr | Essen ab 17:00 Uhr

Mit Unterstützung von ArboVitis, feine Säfte und Weine.

EINTRITT FREI

Oktober

SA. 17.10.26 | 20:30 UHR
KATJA BAUMANN

Kleinkunst | "Das Schweigen der Helden"



Was geschieht, wenn sich ein altes Märchen in der heutigen Zeit verfängt? Wenn Helden sich weigern, ihre festgeschriebenen Rollen zu erfüllen?

Das Schweigen der Helden ist eine poetisch-humorvolle Märchenparodie über Liebe, Mut und die Kraft der eigenen inneren Stimme. Mit feiner Ironie, überraschenden Wendungen und berührender Ehrlichkeit erzählt das Stück von Figuren, die sich gegen ihre vorgezeichneten Wege stellen - und damit ihre Welt verändern.

www.katja-baumann.ch

Bar ab 19:00 Uhr / Event: 20:30 Uhr
Reservation empfohlen* CHF 35. —

SO. 18.10.26 | 13:30 UHR
PÉTANQUE-TURNIER

Im MECK-Garten & Kulinarik



Das Turnier der bunten Blätter. Ein Spielnachmittag im Zeichen des Herbstes - mit warmen Farben, guter Stimmung und viel Freude am gemeinsamen Spielen. Alle sind willkommen, auch Anfängerinnen und Anfänger.

Anmeldung für das anschliessende Herbstessen von Adi ist erforderlich.*

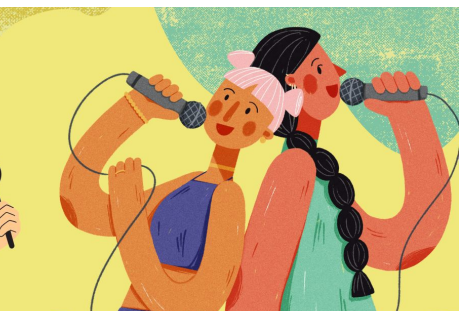
Bar & Einschreiben: 13:30 Uhr | Spielbeginn: 14:00 Uhr | Essen ab 17:00 Uhr

Mit Unterstützung von ArboVitis, feine Säfte und Weine.

EINTRITT FREI

FR. 23.10.26 | 19:00 UHR
KARAOKE-ABEND

Jeder kann mitmachen - Talent ist optional!



Nach dem Erfolg geht unser Karaoke-Abend bereits in die dritte Runde!

Ob Profi, Duschensänger*in oder einfach neugierig - schnapp dir das Mikrofon, sing deine Lieblingssongs und hab Spass. Mitmachen macht Freude, gute Stimmung ist garantiert und über den einen oder anderen schrägen Ton wird gemeinsam gelacht!

Bar und Karaoke ab 19:00 Uhr

CHF 10. —

FR. 30.10.26 | 20:00 UHR
DRINK & DRAW -
SUEHIRO COMMANDER (CH)

Surf | Reggae Dub | Kreativität



Ein gemütlicher Abend mit Konzert und Zeichnen.

Zwei Gitarren, Bass, Keys, Schlagzeug und Hall. Suehiro Commander schafft sich ein eigener Sound, zwischen Surf, Dub und Stoner-rock.

Möchtest du Zeichnen, dann bringe dein Skizzenbuch und Stifte, Pinsel oder Kreide mit. Und für alle andern gibt's am Collagentisch noch Futter für Spontanität.

Das Drink & Draw findet in Zusammenarbeit mit dem Kreuz Aarau statt. Der Kreativität beim Zeichnen und Zuhören ist keine Grenze gesetzt.

RNTS: Guitar | Holger: Guitar | Fäbu: Bass | Jörgeli: Orgel, Rhodes, Synthie | Pettr: Drums | BackYard: Riddims Dub

www.suehirocommander.ch
www.kreuz-aarau.ch

Bar und Zeichnen ab 20:00 Uhr
Konzert ab 21:00 Uhr

CHF 25. —

November

FR. 06.11.26 | 19:00 UHR
DER LUCHS (CH)

Filmclub Weltfilme

Im Herzen des Juras durchdringt ein Ruf den Wald. Die Silhouette eines eurasischen Luchses schleicht durch die Buchen und Tannen. Ein Männchen sucht sein Weibchen. Plötzlich erreicht ihn aus der Tiefe des Tals eine Antwort. So beginnt die Geschichte einer Luchsfamilie, die wir im Verlauf der Jahreszeiten begleiten werden.

Luchs ist der erste Film über die in der Wildnis lebenden Luchse und wurde vollständig im Neuenburger und Berner Jura gedreht.

Regie: Laurent Gislin (CH), 82 Minuten

Nach dem Film kann man an der Bar bei einem exklusiven Saft oder guten Glas Wein gemütlich über den Film sprechen.

Apéro ab 19:00 Uhr / Film: 19:30 Uhr

CHF 15. — INKL. APÉRO

SO. 08.11.26 | 15:00 - 17:30 UHR
SUNNDIGS ZVIERI

Kostümparty mit Kinderschminken



Ob Prinzessin, Pirat, Superheld oder Gruselmonster, jedes Kostüm ist auf der Party willkommen. Lasst uns gemeinsam einen lustigen und bunten Nachmittag mit Spiel und Spass verbringen.

Voranmeldung wünschenswert*

EINTRITT KOLLEKTE

SA. 14.11.26 | 20:30 UHR
URSUS WEHRLI

Ein literarisch-theatrales Konzert | „Heute habe ich beinahe was erlebt“



Ursus Wehrli liest aus seinem Tagebuch, hört Radio, sortiert Früchte und zeigt aussergewöhnliche Dinge. Ziemlich genau in dieser Reihenfolge.

An ungeraden Wochentagen macht er es aber manchmal auch genau andersrum. Geistreich, unspektakulär, absurd, lustig, anregend und überraschend.

Bar ab 19:00 Uhr / Event: 20:30 Uhr
Reservation empfohlen*

CHF 35. —

DO. 26.11.26 | 19:30 UHR
HIRSCHWAHN & DIE FREISCHWIMMER

Improvisationstheater



Loslassen. Eintauchen. Freischwimmen. Lass Dich mitnehmen in Geschichten, die im Moment entstehen und nur für diesen einen Augenblick existieren.

Die «Hirsche» aus Aarau begrüßen die «Freischwimmer» aus Baden als Gäste auf ihrer Impro-Bühne und laden zu einem Abend voller Überraschungen ein. Gemeinsam lassen sie aus Stichworten aus dem Publikum Geschichten entstehen - mit unerwarteten Wendungen, schrägen Figuren und Momenten, die zum Lachen und Staunen einladen.

Improvisiert - im Leben ganz selbstverständlich, auf der Bühne voller Magie.

www.hirschwahn.ch |
diefreischwimmer.wordpress.com

Bar ab 19:00 Uhr / Event: 19:30 Uhr
Reservation empfohlen*

CHF 25. — / 15. —

SAMSTAGS | 09:00 - 12:00
BIO MARKT & CAFETERIA

JEDEN SAMSTAG IM MECK
(03.10.26 - KEIN BIO MARKT)

*
RESERVATIONEN
062 871 81 88
INFO@MECK.CH