

Veranstaltungen & Vorträge

■ Rollatorcheck mit Parcours

In Kooperation mit dem Sanitätshaus Unterwagner, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, bei einem Rollatorparcours sich und ihren Rollator zu testen. Am Ende gibt es für jede/n eine kleine Urkunde. Bei einer abschließenden Tasse Kaffee oder einem Glas Wasser können Sie sich austauschen oder Fragen stellen.

Kommen Sie einfach vorbei. Nutzen Sie unseren Aufzug draußen neben der Treppe. (Wir stellen jemanden, der Ihnen notfalls behilflich ist.)

Bei gutem Wetter findet die Veranstaltung draußen statt, bei schlechtem Wetter drinnen im Saal.

Termin: Donnerstag, 01.08.2019 Zeit:
14:00 – 17:00 Uhr

Kosten: keine

Durchführung: Mitarbeiter des Sanitätshauses
Unterwagner

Anmeldung: Herr Lorenz, SCI:Moers, Tel.:
02841-9578-0

■ Was kann ich aktiv für Gesundheit und Fitness im Alter tun? (Zielgruppe: Frauen!)

Bei einer Tasse Kaffee laden wir Sie ein sich zu informieren, wie einfach es ist etwas für Ihre Fitness und Gesundheit zu tun. Egal an welche Probleme Sie denken – Sie haben es in der Hand diese zu vermeiden oder nicht aufkommen zu lassen. Vielleicht können Sie eine Operation sogar vermeiden oder entsprechend vorbereiten? Auch Ihre Krankenkasse unterstützt Sie dabei.

Nutzen Sie jetzt Ihre Möglichkeiten! Zur Auflockerung wird eine Stuhlgymnastik angeboten. Es lohnt sich! Es ist ganz einfach!

1. Termin: Dienstag, 10.09.2019 Zeit:
10:00 Uhr

2. Termin: Donnerstag, 19.09.2019
Zeit:
19:00 Uhr

Ort: Café Lyzeum, SCI:Volksschule,
Hanns-Albeck-Platz 2

Anmeldung: Ladyfitness-Gesundheitszentrum,
Tel.:02841-23152
(9:00 – 13:00 und 16:00 – 21:00 Uhr),
E-Mail: info@ladyfitness-moers.de

■ Lichtbildervortrag:

„Indien ein anderer Kontinent“

Während einer 5wöchigen Rundreise im November 2016 wurden interessante, wunderschöne und sehr persönliche Eindrücke gesammelt. Sie sind eingeladen daran teilzunehmen und dieses faszinierende Land kennen zu lernen. Pune, Neu Delhi, Jaipur, Agra (Taj Mahal), Benarès waren nur einige der Stationen.

1. Termin: Dienstag, 08.10.2019 Zeit:
10:00 – 12:00 Uhr

2. Termin: Dienstag, 22.10.2019
Zeit:
19:00 – 21:00 Uhr

Kosten: Es werden eventuell freiwillig Spenden für ein Projekt gesammelt.

Durchführung/Anmeldung: Dietmar Naczynski,
Tel.:02841-503486,
E-Mail: Dietmar@Naczynski.de

■ TanzCafé für Menschen mit und ohne Demenz

Musik ist Erinnerung, Bewegung, Freude und Bewegung mit anderen Menschen. Das Tanzen, die gemeinsame Bewegung steht an diesem Nachmittag im Mittelpunkt. Bringen Sie einen Partner oder eine Partnerin mit und genießen Sie den Nachmittag in angenehmer Atmosphäre.

Termin: Sonntag, 03.11.2019 Zeit:
15:00 – 17:00 Uhr

Kosten: 5,- € pro Person

Anmeldung: Sigrid Nickel-Bronner, Tel.:
02841-536638,
E-Mail: nikbro@web.de

