Bewegung für Körper und Geist

Immer wieder neue geistige und körperliche Anforderungen - das trotz(t) der Demenz!
Die Übungsstunden trainieren Koordination, Konzentration, Lern-u. Merkfähigkeit. Durch Bewegung profitieren wir von verbesserten Stoffwechselfunktionen.
Nicht Perfektion, sondern Spaß in der Gruppe und das Spiel mit der eigenen Geschicklichkeit ist das Ziel. So entstehen auch neue persönliche Kontakte und beim gemeinsamen Lachen werden wir zusätzlich mit Glückshormonen belohnt.

Wann? **Immer am Mittwoch (bis 21.02.2018)**
um 10.30 – 11.30 Uhr

Kursgebühr: 3€ pro Stunde, bitte Schuhe mit hellen Sohlen mitbringen
Im Anschluss offener Mittagstisch um 12.00 Uhr im Vereinslokal vor Ort

Wo? **Klemens-Fink-Zentrum, Babenbergerring 1**
96049 Bamberg/Südwest
Barrierefreier Zugang, Bushaltestelle Waizendorfer Str., Linie 908

Wer? **Alle älteren Menschen, die sich gerne bewegen, auch mit Bewegungseinschränkungen**
Kursleitung: Frau Ottilie Ochs, ärztl. gepr. Gesundheits- und Ernährungsberaterin und Kursleiterin Demenz Prävention

Wir freuen uns auf Sie!

Info und Anmeldung:

Frau Anja Münzel: 0174/6352894

www.caritas-stadt-bamberg.de

Quartiers-management

Stadtviertel-Projekt
Babenberger Viertel/Südwest

60 Jahre | Deutsche Fernsehlotterie
macht mehr als glücklich

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bay. Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände und durch die private Pflegeversicherung gefördert.

Bewegung für Körper und Geist

Immer wieder neue geistige und körperliche Anforderungen - das trotz(t) der Demenz!
Die Übungsstunden trainieren Koordination, Konzentration, Lern-u. Merkfähigkeit. Durch Bewegung profitieren wir von verbesserten Stoffwechselfunktionen.
Nicht Perfektion, sondern Spaß in der Gruppe und das Spiel mit der eigenen Geschicklichkeit ist das Ziel. So entstehen auch neue persönliche Kontakte und beim gemeinsamen Lachen werden wir zusätzlich mit Glückshormonen belohnt.

Wann? **Immer am Mittwoch (bis 21.02.2018)**
um 10.30 – 11.30 Uhr

Kursgebühr: 3€ pro Stunde, bitte Schuhe mit hellen Sohlen mitbringen
Im Anschluss offener Mittagstisch um 12.00 Uhr im Vereinslokal vor Ort

Wo? **Klemens-Fink-Zentrum, Babenbergerring 1**
96049 Bamberg/Südwest
Barrierefreier Zugang, Bushaltestelle Waizendorfer Str., Linie 908

Wer? **Alle älteren Menschen, die sich gerne bewegen, auch mit Bewegungseinschränkungen**
Kursleitung: Frau Ottilie Ochs, ärztl. gepr. Gesundheits- und Ernährungsberaterin und Kursleiterin Demenz Prävention

Wir freuen uns auf Sie!

Info und Anmeldung:

Frau Anja Münzel: 0174/6352894

www.caritas-stadt-bamberg.de

Quartiers-management

Stadtviertel-Projekt
Babenberger Viertel/Südwest

60 Jahre | Deutsche Fernsehlotterie
macht mehr als glücklich

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bay. Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände und durch die private Pflegeversicherung gefördert.