

Ein **bunter Blumenstrauß** für **ältere Menschen**

## Mehr Mobilität und Lebensfreude im Alter



Der Kurs richtet sich an ältere Menschen, die sich geistig fit halten möchten sowie Spaß am Tanzen haben.

Haben Sie möglicherweise bereits altersbedingte Einschränkungen? Wünschen Sie sich mehr Geselligkeit im Alltag? Sind Sie interessiert und offen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Das Programm beinhaltet Tänze im Sitzen, Ganzheitliches Gedächtnistraining sowie stets auch Zeiten für das Wohlbefinden. Gemeinsam eine schöne Zeit verbringen und gleichzeitig etwas Wichtiges für die Gesundheit tun.

In Kooperation mit dem FZ St. Lambertus Appeldorn und der Familienbildungsstätte Kalkar.

**Donnerstag, 19.10.2023, 09:00-10:00 Uhr, 9 x**  
**Kalkar-Appeldorn; St.Lambertustr. 19; Kath. Pfarrheim**

Leitung: Rosa Wirges

Gebühr: 40,60 €

### **Anmeldung und Information**

[www.fbs-kalkar.de](http://www.fbs-kalkar.de)

Fon 02824 97660

oder im FZ St. Lambertus Appeldorn