

“KÖRPER - GEIST - SEELE”

Präventionskurs für Menschen ab 60 Jahren

Eine Kooperation mit der vhs Volkach I Gerolzhofen zum Projekt
“Mental gestärkt im Alter - Gesundheitsförderung 60+”

Gerolzhofen

Das Altern meistern

11.03.26

14 -15:30 Uhr

“Das Leben ist endlich - einen Umgang mit dem eigenen Tod finden”

23.09.26

15:30 - 17 Uhr

“Neue Kontakte aufbauen”

07.10.26

15:30 - 17 Uhr

“Den Alltag positiv (er)leben”

Gerolzhofen

In Bewegung kommen und bleiben

14.04.26

17 - 18:30 Uhr

“Im höheren Lebensalter in Bewegung kommen”

21.04.26

17 - 18:30 Uhr

“Bewegung trotz Schmerzen”

28.04.26

17 - 18:30 Uhr

“In Bewegung bleiben”

Der Kurs ist für Sie kostenfrei!

Sie können an einem oder auch an mehreren Terminen teilnehmen.

Die Anmeldung läuft über die vhs Volkach I Gerolzhofen

www.vhs-vo-geo.de

info@vhs-vo-geo.de

Telefon: 09382-99603

gefördert von:



In Kooperation mit:

