

Gemeinsam statt einsam



Aktiv Älterwerden

Leben heißt: in Bewegung bleiben! Das Präventionsprogramm Lima (Lebensqualität im Alltag) trägt gezielt zur Erhaltung und Verbesserung, der Selbständigkeit, der Beziehungsfähigkeit, der Gesundheit und sozialen Integration sowie eines sinnvollen Älterwerdens bei.

Trainingsanregungen in folgenden Bereichen:



Kursort:
Bürgerspital Aalen
Spritzenhausplatz 13, Aalen

Kurstermine:
12.02./ 19.02./ 26.02./ 12.03.2026, 9:00 - 11:30

Referentin: Christine Maddee

Weitere Informationen und Anmeldung
bis 1 Woche vor Kursbeginn unter
www.keb-ostalbkreis.de
Tel. 07361 3777 440 oder
info@keb-ostalbkreis.de

