



AWO Kreisverband Herne

Seniorenfrühstück

am Mittwoch, 25.10.23, um 10:00 Uhr.

Begegnungsstätte Breddestr.14 in 44623 Herne

Der AWO-Kreisverband Herne bietet ein Info-Frühstück für Herner Bürger*innen an. Wir alle möchten bis ins hohe Alter mobil und fit bleiben. Ulli Fiedel, als Betreuungsassistent bei der AWO-Tagespflege beschäftigt und Übungsleiter beim Stadtsportbund Bochum, zeigt uns, wie dass gelingen kann. Im Anschluss an das gemeinsame Frühstück gibt es praktische Übungen für den Erhalt der Beweglichkeit und wertvolle Tipps zur Sturzprophylaxe.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse!

**Anmeldung :
02323-95 24-0**

