

Seniorenservicestelle



Adlergasse 1, Veranstaltungsraum

Anmeldung: Kärntner Seniorenbund

Telefon: 0463/20 33 70

E-Mail: office@seniorenbund-ktn.at

Montag bis Freitag von 08:00 bis 12:00 Uhr



»Einfach tun!

Dabei sein, mitmachen und vor allem Spaß haben, auch auf unseren Körper wollen wir nicht vergessen. Gedächtnistraining heißt, wir wollen die geistige Leistungsfähigkeit bewahren oder sogar verbessern! Und das in und mit der Gruppe, in einer lockeren Gemeinschaft. **JEDER ist willkommen!** Natürlich bei Kaffee und Kuchen!

Leitung: Annemarie Straßer

Kosten: 3 Euro pro Person und Einheit fürs Material

Termin: Dienstag 07. Oktober von 09:00 bis 11:00 Uhr – Bitte um Anmeldung.

„Herbst ist geworden!“ – Zeit, Erinnerungen auszutauschen: über den Sommer plaudern, vom Garten erzählen, besondere Erlebnisse teilen. Und wie fit bin ich eigentlich? Wort- und Gesellschaftsspiele



»How are you? WE MEET – WE TALK – WE LAUGH



Leichte Konversation in Englisch mit Elisabeth für den Haus- bzw. Urlaubsgebrauch.



Leitung: Elisabeth Riedl

Mitzubringen: gespitzte Ohren und Schreibutensilien

Kosten: Freiwillige Spende

**Termine: 17. September, 01., 29. Oktober
jeweils Mittwoch von 10:00 bis 11:00 Uhr – Bitte um Anmeldung.**

Trittsicher & aktiv **Kursreihe** zur Sturzprävention

Gewinnen Sie mehr Lebensqualität und Sicherheit durch diesen kostenlosen Kurs!

Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen stehen im Mittelpunkt der Kursreihe zur Sturzprävention. Stärken Sie Ihre Muskeln gezielt und verbessern Sie Ihre Selbsteinschätzung. Der Kurs ist für selbstständig lebende Personen ab 65 Jahren.

Kursdauer: 12 Wochen (einmal wöchentlich 50 Minuten)

Gruppengröße: 8 bis 10 Personen

Kursstart:

Datum: 16.09.2025 09.00-10.30 Uhr

Ort: KÄRNTNER SENIORENBUND LANDESGESCHÄFTSSTELLE

Bitte um Anmeldung! Anmeldeschluss: 31. August 2025

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von:



Umgesetzt durch:

