

# Gesundheits- und Sicherheitstag im Heidberg

Freitag, 16. September 2022

9.00 – 12.30 Uhr

Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Thomas, Bautzenstr. 26

## „Von Kopf bis Fuß in Bewegung – machen Sie mit!“

**Begrüßung** um 9.30 Uhr,  
mit musikalischer Begleitung der **Ukulele-Band** des  
AWO-Wohn- und Pflegeheims Heidberg.

### Rally –Stationen

Beim Besuch von mindesten 5 Stationen erhalten Sie  
einen kleinen Gewinn!

- **Sitzend in Bewegung kommen**  
um 10.00 Uhr und 10.30 Uhr
- **Denken und Bewegen für Mobile** um 11.00 Uhr
- **Spiel und Spaß beim virtuellen Bowling**
- **Gesellschaftsspiele**, Geschicklichkeit & Konzentration
- **Denksport mit Sprichwörtern**
- **Taststation**
- **Kräuterkiste**
- **Geschmackssintest** mit alkoholfreien Cocktails
- **Hör-Memory**

12.00 Uhr **Gulaschsuppe** gegen Spende. **Ende** ca. 13.00 Uhr.

Alle Veranstaltungen finden unter Berücksichtigung der Abstands- und Hygieneregeln statt.  
Telefonische Auskunft erhalten Sie unter 0531 / 86 67 00 53, Nachbarschaftsladen Heidberg.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

Netzwerk »Gesund älter werden im Heidberg«

