

## Kontakt:

Gesundheitsamt des  
Saarpfalz-Kreises in Homburg

Am Forum 1  
66424 Homburg

Sozialer Dienst  
Dipl.-Sozialpädagogin Judith Bost  
Telefon: 06841 104-8365

Telefon: 06841 104-7242  
Telefax: 06841 104-7501  
E-Mail: sozialer-dienst@saarpfalz-kreis.de

## Wir sind erreichbar:

Montag - Donnerstag  
8.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 15.30 Uhr

Freitag  
8.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 15.00 Uhr  
sowie nach Vereinbarung

## Projektidee:

Bewegungskampagne  
„Ich bewege mich - mir geht es gut“  
der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in  
Rheinland-Pfalz



# Bewegungsangebote für ältere Menschen



ab 10. August 2021 • 14 Uhr  
im Blumengarten Bexbach





**Willkommen bei  
„Ich bewege mich – mir geht es gut“**

## **Bewegungs-Angebote für Ältere Menschen**

Ein bisschen fitter werden – das haben Sie sich eigentlich schon lange vorgenommen?

Mal wieder unter Menschen kommen – das wäre auch Ihr Wunsch?

Dann machen Sie einfach mit!

Das Programm bietet leicht zugängliche Bewegungsangebote für ältere Menschen im öffentlichen Raum in Begleitung einer geschulten Bewegungsbegleiterin.

„Ich bewege mich – mir geht es gut“ richtet sich an Ältere und Hochaltrige zur Förderung der Mobilität und Selbständigkeit aller Senioren, speziell aber auch für Menschen des vierten Lebensalters (80+).

**Wo:**  
Im Blumengarten Bexbach,  
Eingangsbereich beim  
Hindenburgturm



**Wann:**  
Ab 10. August 2021 jeden Dienstag

**Uhrzeit:**  
14:00 Uhr

**Info & Anmeldung:**  
Sozialer Dienst des Gesundheitsamtes  
des Saarpfalz-Kreises  
Telefon: 06841 104-8365  
06841 104-7242

