

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.

Ansprechpartnerin:
Dorothea Wilken-Nöldeke

Flämische Straße 6-10
24103 Kiel

Tel: 0431-94294

Fax: 0431-94871

gesundheit@lvgfsh.de
www.lvgfsh.de

Hinweis:

Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

Bilder: PANORAMO-Fotolia.com, Wolfgang Jagstorff-Fotolia.com, seventyfour-Fotolia.com

Das „Zentrum für Bewegungsförderung“ bei der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. wird gefördert vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein.

Bewegung

im Norden



In Kooperation mit:

ERFAHRUNG. NÄHE. KOMPETENZ.
Diakonie
Altholstein

anna:
anlaufstelle nachbarschaft

Die gemeinnützige Stiftung setzt sich für Kieler jenseits des gesetzlichen Renteneintrittsalters, die auf die Unterstützung anderer angewiesen sind, ein.

Das Ziel der Stiftung ist es, möglichst vielen bedürftigen alten Kielern direkt und unbürokratisch zu helfen. Dafür engagieren wir uns in konkreten Einzelfall-Hilfen und in vielfältigen Projekten.



Karl-Heinz-Howe-Simon-Fiedler-Stiftung
Die Stiftung für Kieler. Mehr Lebensqualität im Alter.

EINLADUNG **„Komm mit ... zum Spaziergang!“**



Einladung zur Teilnahme am Spaziergang

- ⇒ **in Kiel-Suchsdorf**
- ⇒ **mittwochs um 10.30 Uhr**


Landesvereinigung
für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.


Karl-Heinz-Howe-Simon-Fiedler-Stiftung
Die Stiftung für Kieler. Mehr Lebensqualität im Alter.

„Komm mit ... zum Spaziergang!“

Spazieren gehen tut einfach gut:

- ⇒ gemeinsam bewegen
- ⇒ Neues entdecken
- ⇒ Abwechslung haben
- ⇒ frische Luft atmen
- ⇒ reden und lachen
- ⇒ Gesundheit fördern
- ⇒ Energie „tanken“
- ⇒ gute Laune bekommen
- ⇒ Natur erleben

**Wir laden Sie herzlich ein,
gemeinsam mit Gleich-
gesinnten und Begleitung in
Kiel spazieren zu gehen!**

Wann finden die Spaziergänge statt?

Termine sind:

31. Juli 2019

7. August 2019

14. August 2019

21. August 2019

28. August 2019

4. September 2019

jeweils um 10.30 Uhr

**Wie lange dauert ein Spazier-
gang?** Für einen Spaziergang sind
ca. 45 Minuten eingeplant.



Wo treffen wir uns?

Treffpunkt ist der Amrum-
ring 2 in 24107 Kiel-Suchsdorf
(vor der Bücherei)

Wer begleitet uns?

Frau Karin Trauzold

**Was muss mitgenommen
werden?** Festes Schuhwerk
und wetterfeste Kleidung, bei
Bedarf ein Getränk.

Muss ich mich anmelden?

Kommen Sie einfach zum
Treffpunkt.

Welche Kosten entstehen?

Das Angebot ist für sie
kostenfrei.