

Neu: Unser Angebot im Gemeindehaus der Bethlehemkirche in Tolkewitz im Februar



Jeden Mittwoch

09.00-10.30 Soziale Beratung für Senior*innen und Angehörige
(Beratung durch Dipl.-Sozialpädagog*innen)

Mittwoch am 14.02., 28.02. Beitrag / €

11.00-12.00 Handgymnastik mit Frau Storm 4,00

Donnerstag am 08.02., 15.02., 22.02., 29.02. Beitrag / €

10.30-11.30 Yoga für alle auch für Anfänger 6,00
mit Yogalehrerin Frau Sommer

Handgymnastik-Kurs

Möchten Sie Ihre Handgeschicklichkeit erhalten oder wieder etwas auf Trab bringen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Wir werden mit verschiedenen Materialien die „Feinmotorik“ Ihrer Hände mobilisieren. Mein Name ist Astrid Storm. Seit vielen Jahren bin ich als Ergotherapeutin und Seniorenbegleiterin tätig. Wir treffen uns Mittwoch den 14.02. und 28.02. jeweils für eine Stunde. Ich freue mich auf Ihr Kommen!

Yoga für alle und Anfänger

Marita Sommer nahm 2016 erfolgreich an einer Fachausbildung zur Yogalehrerin im Rahmen der Paracelsus-Seminare & Fachqualifikation in Dresden teil. Neben ihrer ca. 25jährigen Arbeit betreut Frau Sommer eine private Yogagruppe. Jetzt als Pensionärin freut sie sich einen Anfängerkurs beim Begegnungs- und Beratungszentrum der Ökumenischen Seniorenhilfe Dresden e. V. in den Gemeinderäumen der Bethlehemkirche übernehmen zu können.

Kontakt: Gemeindehaus der Bethlehemkirche, Marienberger Str. 65, 01279 Dresden-Tolkewitz, Tel: 0351 340 08 76



**Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden e.V.**

Mitglied im Diakonischen Werk der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens e.V.