Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V.

Fortbildungsveranstaltungen

für Senior*innen und Interessierte

2. Halbjahr 2023

Ort:
HAUS PHÖBE
Alten- und Pflegeheim
Bühlstraße 44, 34414 Warburg - Rimbeck

Verantwortliche HPM:
Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury

Kursleitung, Information, Anmeldung (siehe Teilnahmebedingungen):
Carolin Reitemeyer, Tel. 05642 981714

Thema:	**Erinnerungen wecken... Gedächtnistraining für Senior*innen**
Info:	"Wer rastet, der rostet", diese Aussage betrifft nicht nur den Körper, sondern auch den Kopf. Wir möchten mit diesem Kurs Erinnerungen aus vergangenen Tagen wecken. Dazu werden alte Gegenstände oder Lieder sowie Anlässe zum Thema gemacht. Wir laden zum Austausch der eigenen Erfahrungen ein und schaffen einen Rahmen für Interaktion und Kommunikation. Verschiedene Übungen aktivieren das Gedächtnis, um die geistigen Fähigkeiten zu erhalten und zu fördern: das assoziative Denken, die Denkflexibilität, die Konzentration und die Strukturierungsfähigkeit, die Kreativität sowie die Wortfindung. Teilnahmegebühr 30,00 € für Bewohnende des Haus Phöbe kostenlos Wir bitten um Anmeldung unter 05642 981714
Tagungsort:	Haus Phöbe, Bühlstraße 44, D-34414 Warburg-Rimbeck
Kursleitung:	Reitemeyer, Carolin
Referent*in:	Reitemeyer, Carolin
Veranstaltungsart:	Veranstaltungsreihe
Beginn / Ende:	05.07.2023 / 13.12.2023 mittwochs
Uhrzeit von / bis:	10:00 Uhr bis 10:45 Uhr
Zielgruppe:	Ältere, Senior/inn/en
Teilnahmegebühr:	30,00 €

Thema:	**Wir spielen!**
Info:	Wir unternehmen verschiedene Aktivitäten in größerer Runde, wie z.B. Bingo, Kegeln, das Kugelspiel oder das Säckchenwurfspiel. Mit diesem Kurs wird nicht nur das Gemeinschaftsgefühl gefördert sondern auch die Koordination und Reaktion. Weiterhin wird das Konzentrations- und Entscheidungsvermögen gestärkt und die Feinmotorik trainiert. Weiterhin wird beim Bingo-Spielen das Zahlenverständnis erhalten. Darüber hinaus werden Erfolgserlebnisse vermittelt, da unsere Sieger der jeweiligen Spielrunde einen Wanderpokal erhalten. Teilnahmegebühr 30,00 € für Bewohnende des Haus Phöbe kostenlos Wir bitten um Anmeldung unter 05642 981714
Tagungsort:	Haus Phöbe, Bühlstraße 44, D-34414 Warburg-Rimbeck
Kursleitung:	Reitemeyer, Carolin
Referent*in:	Reitemeyer, C.; Steimel, R.
Veranstaltungsart:	Veranstaltungsreihe

Beginn / Ende:	03.07.2023 / 18.12.2023 montags
Uhrzeit von / bis:	15:00 Uhr bis 15:45 Uhr
Zielgruppe:	Ältere, Senior/inn/en
Teilnahmegebühr:	30,00 €

Thema:	**Bewegung und Entspannung**
Info:	In diesem Kurs steht die Bewegung im Vordergrund. Mit verschiedenen Übungen wird die allgemeine Beweglichkeit gefördert und das eigene Körpergefühl verbessert bzw. wieder hergestellt. Die Muskulatur wird gestärkt und das Herz-Kreislaufsystem angeregt. Die Lösung innerer Spannungen oder verkrampften Haltungen wird nicht nur durch die Bewegung gelöst, sondern auch durch verschiedene Entspannungs- und Meditationsübungen, die im Alltag jederzeit angewandt werden können. Teilnahmegebühr 30,00 € für Bewohnende des Haus Phöbe kostenlos Wir bitten um Anmeldung unter 05642 981714
Tagungsort:	Haus Phöbe, Bühlstraße 44, D-34414 Warburg-Rimbeck
Kursleitung:	Reitemeyer, Carolin
Referent*in:	Reitemeyer, Carolin
Veranstaltungsart:	Veranstaltungsreihe
Beginn / Ende:	07.07.2023 / 15.12.2023 freitags
Uhrzeit von / bis:	10:00 Uhr bis 10:45 Uhr
Zielgruppe:	Ältere, Senior/inn/en
Teilnahmegebühr:	30,00 €

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung:
Wir bitten um Anmeldung unter 05642 981714

Tagungsgebühr:
Ist vor Ort bar oder per EC-Karte zu bezahlen!