

# WAS UNS IM ALTER ANGEHT?



Referent\*innen informieren und sind offen für Fragen!

## Frühstück mal anders - 9. März 2024

- Gesundes Frühstück von 11 bis 13 Uhr
- Fit durchs Alter - was uns gut tut
- Ideenwerkstatt



## Kleiner Mittagstisch mal anders - 23. März 2024

- Gesundes Mittagessen von 12 bis 14 Uhr
- Senior\*innen-Mitmach-Aktion
- Informationen zu den Themen Entlastung im Alltag und Pflege



Anmeldung erforderlich bis jeweils  
drei Tage vor der Veranstaltung

### Anmeldung und Kontakt

Stefanie Böhmer  
Senior\*innen-Aktiv-  
Zentrum  
SPATS e.V.

Elmstraße 17a  
30657 Hannover  
☎ 0511 - 700 36 735  
✉ saz@spats-hannover.de

