

# Programm für Seniorinnen & Senioren



von der  
**Fachstelle für Gesundheits-  
und Seniorenberatung**

**Liebe Seniorinnen und Senioren  
der VG Wirges!**

Die Mitarbeiterinnen der Fachstelle für Gesundheits- und Seniorenberatung möchten Ihnen an dieser Stelle das Programm für die nächsten Monate vorstellen.

Wir laden Sie herzlich zu Informationsveranstaltungen, Workshops und Ausflügen ein, welche wir gerne gemeinsam mit Ihnen erleben möchten.

Wir haben versucht, verschiedenste Themengebiete zu berücksichtigen und freuen uns darauf, Sie kennenzulernen!

Natürlich stehen wir auch weiterhin täglich von 09.00 bis 12.00 Uhr telefonisch für Ihre Fragen rund um die Themen Gesundheit und Alter zur Verfügung.

Wir besuchen Sie auf Wunsch bei Ihnen zu Hause, besprechen Ihre Themen und vermitteln bei Bedarf an weiterführende Hilfen.

Rufen Sie einfach an, wir beraten unabhängig und unkompliziert.

Ihre *Olga Findling* und *Sarah Werner*

**Anmeldung  
& Kontakt:**

**Tel. 02602 689-444**  
**[gesundheits-seniorenberatung@wirges.de](mailto:gesundheits-seniorenberatung@wirges.de)**



# Seniorenprogramm 2023

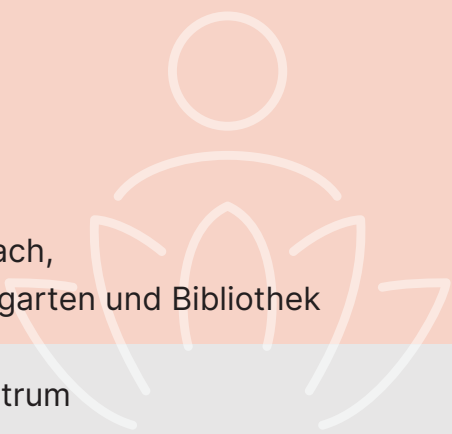
Mai

- 13. Mai** Gesundheitsmesse der VG Wirges  
Bürgerhaus Wirges  
Information - Kontakte - Fachvorträge - Vernetzung
- 25. Mai** Workshop  
Heike Klein, Yogaraum Montabaur  
YogaWalking in der Natur
- 30. Mai** Informationsveranstaltung  
„Essen mit Genuss - Gesunde Ernährung für ältere Menschen“  
Andrea Schweizer-Waser, AOK Rheinland-Pfalz/Saarland



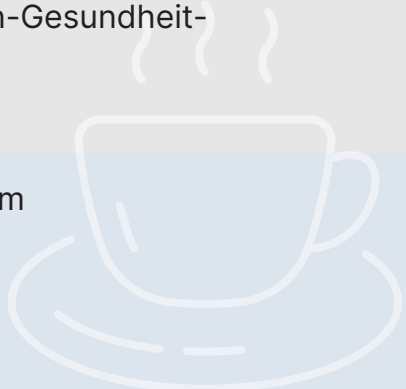
Juni

- 01. Juni** Café International ev. Gemeindezentrum  
Austausch – Beratung – Vernetzung
- 29. Juni** Workshop  
Heike Klein, Yogaraum Montabaur  
YogaWalking in der Natur
- 30. Juni** Ausflug Benediktinerabtei Maria Laach,  
Führung durch die Abtei mit Klostergarten und Bibliothek



Juli

- 13. Juli** Café International ev. Gemeindezentrum  
Austausch – Beratung – Vernetzung
- 14. Juli** Fit in Erster Hilfe für Senioren  
Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Westerwald e.V.  
Rathaus Wirges
- 15. Juli** 1. Westerwälder Behinderung-Senioren-Gesundheit-  
Sport-Messe  
Bürgerhaus Wirges



August

- 3. August** Café International ev. Gemeindezentrum  
Austausch – Beratung – Vernetzung
- August** Informationsveranstaltung  
„Der Weg zum Pflegegrad“  
Pflegestützpunkt Wirges/ Wallmerod

*Ausschneiden  
und vormerken!*

