



Programm  
Juli -  
September  
2024

© ASB/A. Rieder

## Bunter Donnerstag

Einladung zum neuen Seniorentreff.  
Geselligkeit & Austausch in Barbis.

Wir helfen  
hier und jetzt.

  
Arbeiter-Samariter-Bund

## Einladung zum „Bunten Donnerstag“

Alle drei Wochen treffen sich künftig Seniorinnen und Senioren beim ASB Am Zoll in Barbis. Wir laden Sie herzlich ein, kostenlos und unverbindlich an unserem bunten Donnerstag von 17 - 19 Uhr teilzunehmen!

Gemeinsam bei Kaffee und Kuchen werden Kontakte geknüpft. Neben Unterhaltung und Geselligkeit gibt es hier auch Beratung und Information (zum Beispiel zu den Themen „Gesund im Alter/Prophylaxe“, Erkrankung, Angebote und Leistungen der Kassen u.v.m.), sportliche Bewegungsangebote (wie Hockerfitness, Sitztanz oder Tanztee), Spielenachmittage, Lesungen, Reisevorträge, Kreativangebote und mehr.

### 3. Quartal 2024

<b>4. Juli 2024</b>	Gemütliches Kennenlernen
<b>25. Juli 2024</b>	Hockerfitness (Bewegung und Fitness im Alter)
<b>15. August</b>	Ein positives Leben trotz Erkrankung (Vortrag und Austausch)
<b>5. September</b>	Kreativecke (heute werden wir kreativ und basteln/nähen/werkeln gemeinsam)

Wir freuen uns auf Sie. Gerne auch mit Anmeldung.

**Bei Fragen rufen Sie uns gerne an unter:**

**Tel 05524 99 73 712 (Susan Rexhausen).**

**ASB-Regionalverband Leine-Harz-Solling**  
**Tagespflegeeinrichtung Barbis**  
Am Zoll 7 | 37431 Barbis | [www.asb-lhs.de](http://www.asb-lhs.de)

