

Veranstaltung Regionale Kommission für Altersfragen

Beweglich mit Kopf, Hand und Herz



**15. Oktober 2025, um 14.00 Uhr
im Saal des Wohn- und Pflegeheimes
St. Niklaus in Koppigen**

Änni Keller von Koppigen zeigt uns, wie wir gemeinsam aktiv bleiben.

- **Mit dem Kopf:** Gedächtnistraining, neue Impulse und Austausch halten den Geist wach.
- **Mit der Hand:** Kreative Aktivitäten und praktische Übungen bringen Geschick und Freude.
- **Mit dem Herz:** Gemeinschaft, Gespräche und Lachen schenken Lebensfreude und Zusammenhalt.

Anschliessend sind alle herzlich zu
Kaffee und Kuchen eingeladen.