

**Mach mit,
bleib fit!**



HILFSWERK



Bewegung, Gedächtnisübungen und gemeinsames Erleben stärken Körper, Geist und Wohlbefinden.

Durch sanfte Übungen, geistige Impulse und kreative Aktivitäten fördern wir Gesundheit, Mobilität und Gemeinschaft – für ein aktives Miteinander im Alter.

» **Start am 7. September 2026 | 14:30 – 15:30 Uhr**
im Gemeinschaftsraum des WAV-Hauses
Hauptstraße 4, 3364 Neuhofen/Ybbs

Ich freue mich auf Sie!

Hilfswerk Amstetten

Silke Buchinger | T 0664 846 79 27

**1x/Monat
gemeinsam
aktiv**