

## AKTIVE 50+ / KOOPERATION MIT DEM STADTSENIORENRAT



Volkshochschule

Crailsheim


In **Kooperation mit dem Stadt seniorenrat Crailsheim** bietet die vhs im Herbst/Winter 2018/19 folgende Kurse und Veranstaltungen an. Sofern eine Kursgebühr anfällt, erhalten Mitglieder des Stadt seniorenrats in der Regel einen Rabatt.

J 10414

### **Wohnen im Alter - Ideen und individuelle Möglichkeiten**

Beate Mayer, Architektin und Baubiologin

Montag, 5. Nov. 2018, 19 bis 21 Uhr

Treff  (vhs-Gebäude, Raum 01, EG, links)

EUR 7,50. Anmeldung erforderlich

J 10990

### **Namibia - Ein Land voller Kontraste Bildervortrag**

Janice Brownell-Langohr

Donnerstag, 31. Jan. 2019, 14:30 bis 16 Uhr

Treff  (vhs-Gebäude, Raum 01, EG, links)

Kostenfrei

J 10167

### **Historische Gastwirtschaften in Crailsheim Vortrag**

Folker Förtsch

Donnerstag, 15. Nov. 2018, 14:30 bis 16 Uhr

Treff  (vhs-Gebäude, Raum 01, EG, links)

Kostenfrei

J 20550

### **„Rote Lippen soll man küssen...“ Tänze im Sitzen und mehr**

Regine Carl

Donnerstag, 4. Okt. 2018, 14 bis 16 Uhr

vhs, Konvent

EUR 11,50 bzw. EUR 10,00 für Mitglieder des Stadt seniorenrats

Anmeldung erforderlich

J 30020

### **Demenzprävention durch Bewegung Körper und Geist brauchen Bewegung - auch bei Demenz**

Michaela Böhme,  
Übungsleiterin Fitness  
& Gesundheit für Ältere,  
Rehasportausbildung Neurologie

Donnerstag, 11. Okt. 2018,

19 bis 21 Uhr

vhs, Konvent

Kostenfrei



J 302110 / J 302115

### **Sturzprophylaxe auf dem Trampolin für Seniorinnen und Senioren**

Susi Buckel, Fitnesstrainerin

samstags, 9 bis 9:45 Uhr

Treff  (vhs-Gebäude, Raum 01, EG, links)

EUR 19,00 bzw. EUR 17,00 für Mitglieder des Stadt seniorenrats (bei 5 bis 6 Personen)

Anmeldung erforderlich

#### **Zwei Kurse:**

J 302110: Beginn: 6. Okt. 2018, 4-mal

J 302115: Beginn 19. Jan. 2019, 4-mal

J 30586

### **Essen im Seniorenalter Chinesische Gerichte - Lecker und gesund**

Sophie Zhao-Wornath

Samstag, 19. Jan. 2019, 10 bis 14 Uhr

Geschwister-Scholl-Schule, Schulküche

EUR 17,00 bzw. EUR 15,00 für Mitglieder des Stadt seniorenrats

Anmeldung erforderlich

J 50156

### **Smartphones und Tablets - Welches ist das richtige Gerät für mich?**

Manuel Kurz

Freitag, 12. Okt. 2018, 13:30 bis 16:45 Uhr

vhs, Raum 22

EUR 23,50 bzw. EUR 18,00 für Mitglieder des Stadt seniorenrates Crailsheim

Anmeldung erforderlich

**Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen an bei der vhs Crailsheim, Spitalstraße 2a, 74564 Crailsheim [www.vhs-crailsheim.de](http://www.vhs-crailsheim.de)**