

S paß
E mpathie
N eugier
I nteresse
O ffenheit
R uhe
E ngagement
N atürlichkeit
A ufmerksamkeit
N achsicht
I ndividualität
M otivation
A nteilnahme
T raining
I nteraktionen
O rientierung
N euorientierung



Steigerung von

- Lebensqualität und Vitalität
- körperlicher Fitness
- mentaler Gesundheit

durch:

geistige, körperliche und
motorische Förderung



Dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin
Dipl. Seniorenanimateurin
Therapiebegleithunde-Team
DEMENZ kompetent PROFESSIONELL
zertifizierte **MAKS**[®]-Therapeutin

Gruppen-Angebot

Bizent Traiskirchen, Arkadiaweg 1

60+
aktiv & fit

Gesundheit & Bewegung

wöchentlich | max. 10 Teilnehmer

MO

Gelenke aufwecken

8.30 – 9.30 Uhr

Musik für jedermann

10.00 – 11.00 Uhr

wer rastet, der rostet

15.00 – 16.00 Uhr

FR

reine Männersache

14.30 – 15.30 Uhr

fit bis 100

16.00 – 17.00 Uhr

Workshops

monatlich | max. 15 Teilnehmer

1.
DI

das Plaudertascherl

zuhören- erinnern- erzählen

9.30 – 11.00 Uhr

2.
DI

kreativ durch's Jahr

9.00 – 11.00 Uhr

Infos | Themen | Termine



02252 / 99 22 93

www.frau-michaela.at

info@frau-michaela.at