

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

Bewegungsübungen am und mit dem Stuhl

60+
aktiv & fit

Sesselgymnastik

wöchentlich | max. 10 Teilnehmer

MO

Gelenke aufwecken

8.00 – 9.00 Uhr

DI

fit bis 100

8.00 – 9.00 Uhr

TRAIKIRCHEN | Josef-Ferschnerstr. 22

MI

**Gelenke aufwecken &
fit bis 100 (im Wechsel)**

8.00 – 9.00 Uhr

MÖDLING | Jakob-Thoma-Str. 24/10

DI

fit bis 100

17.00 – 18.00 Uhr

DO

Gelenke aufwecken

8.00 – 9.00 Uhr

BADEN | Pergerstraße 15

Infos | Anmeldung | Termine



02252 / 99 22 93

Anmeldung erforderlich

www.frau-michaela.at

info@frau-michaela.at

Michaela Frauenberger

Viktor Kaplan-Straße 5a | 2514 Traiskirchen (kein Parteienverkehr)