

13.09.2019

## **Neues Programm des Vital-Zentrums liegt vor**

Das neue Programm des Vital-Zentrums in Oggersheim, Raiffeisenstraße 24, für die Monate Oktober bis Dezember 2019 liegt vor. Mit verschiedenen Veranstaltungen und Kursen will das Team des Vital-Zentrums ältere Menschen dabei unterstützen, ihr Leben aktiv zu gestalten.

So sorgt das Gedächtnistraining am 17. Oktober und am 14. November 2019, jeweils von 15 bis 16 Uhr, für die Steigerung der Gedächtniskapazität. Um sich fitter und gesünder im Alltag zu fühlen, bietet das Vital Zentrum außerdem zahlreiche Bewegungsangebote. Von Tanzen, Gymnastik, Fitness bis zu Tai Chi Chuan und Qi Gong ist alles dabei. Alle Angebote können unkompliziert ausprobiert werden. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Für alle, die Lust auf gemeinsames Essen haben, gibt es wieder ein Frühstücksangebot am 15. Oktober und ein Mittagsessen am 24. Oktober. Am 29. November von 14 bis 17 Uhr lädt das Vital-Zentrum zum Adventsbasar ein. Aktuelle Wintermode präsentiert eine Modenschau am 4. November.

Die Programmhefte liegen im Stadthaus Nord bei der Seniorenförderung, im Vital-Zentrum und beim Bürgerservice aus.

Fragen beantwortet Christine Kneesch von der Seniorenförderung, Telefon 0621 504-2716, oder E-Mail [christine.kneesch@ludwigshafen.de](mailto:christine.kneesch@ludwigshafen.de)