

**„Fit und Gesund in Oberricklingen“**

Der **Kommunale Seniorenservice** und das **Quartiersmanagement Oberricklingen Nord-Ost** bieten in Kooperation mit der Peter-Ustinov-Schuleein vielfältiges Programm rund um das Thema Gesundheit an.

**Programm ab 13:00 Uhr:**

* Gymnastikgruppe des KSHs (13:00 Uhr)
* Tanzschule Teichert (13:30 Uhr/15:00 Uhr)
* Vortrag: Auswirkungen von Hitzewellen auf die Gesundheit: Besonders ältere Menschen sind gefährdet – was kann man tun? (14:15 Uhr)

Weitere Aktionen:

* Grau und schlau: Selbstverteidigung
* Entspannung durch künstlerischen Ausdruck
* Der Enkeltrick – Prävention durch das Polizeikommissariat Ricklingen
* Beratungsangebot des Kommunalen Seniorenservice Hannover
* Ausstellung des Fachbereichs Sport zum Thema „Beweggründe“ (ganztägig

**Veranstaltungsort**: **Peter-Ustinov-Schule, Pyrmonter Str. 2, 30459 Hannover**

**Datum: 27.09.22**

**Zeit: 13:00-16:00 Uhr**

Die Teilnahme an dem Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen erhalten Sie beim Kommunalen Seniorenservice, Bianca Moldenhauer unter Telefon 168-43687 E-Mail: 57.22.9@Hannover-stadt.de