

Bewegungskoach werden

Zeit schenken und Freude bereiten

- Zusammen spazieren
- Alltagsbewegungen üben wie z.B. Treppensteigen, Aufstehen und Absitzen
- Trainieren von Kraft, Gleichgewicht und Beweglichkeit

Wir suchen freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Region!

Melden Sie sich zur kostenlosen Schulung an.

Durch Ihren Einsatz als Bewegungskoach bereichern Sie den Alltag eines älteren Menschen

Kontakt: Kim-Anja Jerjen, 032 626 59 70, kim.jerjen@so.prosenectute.ch
www.so.prosenectute.ch