S`VERA-BLÄTTLE

Mai 2019/Messe „Wernau erleben!“

Unsere Homepage hat nun einen neuen Namen: www.vera-in-wernau.de

Möchten Sie den Newsletter kostenlos abonnieren?
Dann schicken Sie mir eine Mail an vera@sozialstation-wernau.de.

VERA und NBH informieren!
Sicher durch die Nacht: Selbstverteidigung für Jedermann
Samstag, 01. 06. 2019, 9-13 Uhr, in der Pfarrscheuer
Der nächtliche Nachhauseweg kann Angst und Unsicherheiten auslösen. Es ist eine erschreckende Tatsache, dass häufig Frauen, ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen Opfer von Angriffen werden. In diesem Kurs lernen Sie unter anderem wie Sie potentielle Gefahren im Vorfeld erkennen und vermeiden können, die richtige Körpersprache und waffenlose Selbstverteidigung gegen die häufigsten Angriffe. Dieser Kurs richtet sich an alle Personen, gleich welchen Alters oder Geschlechts.
Kosten: 20 Euro pro Person
Verbindliche Anmeldung bei VERA unter Tel. 07153-9282288 bis spätestens Donnerstag, 30.05.2019.

VERA mobil!
Gewusst wie – leichter Umgang mit den Automaten der Deutschen Bundesbahn
Dienstag, 24.09.2019, 10-11.30 Uhr
Bahnhof Wernau

Ein Mitarbeiter der Deutschen Bundesbahn erklärt den Umgang mit und an dem DB-Fahrkartenautomaten. Es werden Fahrplaninformationen ausgedruckt, Tickets gekauft, Zahlungsoptionen geprüft und Tipps zum unkomplizierten Kauf von Tageskarten im VVS-Bereich gegeben. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung unter Tel.: 07153-9282288 ist unbedingt erforderlich bis spätestens Montag, 23.09.2019.

Natürlich sind wir auch auf der Messe „Wernau erleben!“ für Sie da!
Samstag, 25.05.2019 und Sonntag, 26.05.2019, jeweils von 11-18 Uhr im Eisstadion Wernau.

VERA – vernetzt und aktiv im Alter
Kirchheimer Straße 20, 73249 Wernau, Tel.: 07153-9282288, vera@sozialstation-wernau.de
www.vera-in-wernau.de

CAFÈ & MEHR

Immer am 1. Samstag des Monats
Mit hausgemachten Kuchen und Torten.
Lassen Sie sich von unserm kulturellen Programm überraschen!
Der Reinerlös kommt der „Stiftung Lebensfreude, Lebensqualität und Würde“ zu Gute.

Stiftung
Lebensfreude,
Lebensqualität und Würde

VERA mit dem TSV!
Rücken Fit für Senioren

mittwochs von 9.00 bis 10.00 Uhr mit Anette Dräger im Trainingsraum der Fitness Oase
Unter dem Motto „Bewegen statt Schonen“, wollen wir in der Trainingsstunde mit gezielten Übungen die Rumpfmuskulatur kräftigen und beweglich halten. Mit Übungen zur Lockerung, Dehnung und Entspannung lassen wir die Stunde ausklingen.

Gebühr für 10 Einheiten: 20 € für Mitglieder und 45 € für Nichtmitglieder.
Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.
Information und Anmeldung bei Anette Dräger Tel: 39379 oder Mail: verein@tsv-wernau.de

TSV WERNAU 1897

VERA beim WeSpenLauf 2019

Zum ersten Mal in der Geschichte des WeSpenLaufs konnten auch Menschen mit Rollatoren und Rolli auf der Strecke mit dabei sein und fleißig Runden sammeln für einen guten Zweck.

Vielen herzlichen Dank an alle, die mitgelaufen sind und an Herrn Schambier und seinem freundlichen und engagierten Team.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit und viel Freude bei unseren Veranstaltungen!

Andrea Albig, VERA-Koordinatorin
Tel.: 07153 - 9 28 22 88
Mail: vera@sozialstation-wernau.de