S`VERA-BLÄTTLE

Juni / Juli 2020

VERA bewegt!
Yoga für Senioren
Beweglichkeit, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer stärken und deren Abbau verlangsamen: Werden Sie beweglicher, schmerzfreier und ausgeglichener durch Yoga. Die Übungen sind leicht und Sie bestimmen das Tempo und die Intensität selbst. Im Vordergrund steht die Konzentration auf sich selbst und eine bewusste Atmung. Alle Übungen können auch auf dem Stuhl ausgeführt werden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit, ein Getränk, ein festes Sitzkissen, eine Decke und eine Matte.

Die Kursleiterin, Frau Eva Schackmann, ist zertifizierte Kundalini-Yogalehrerin.

Beachten Sie bitte folgende Corona-Schutzmaßnahmen: Kommen Sie schon umgezogen zur Yogastunde. Halten Sie stets 1,5 Meter Abstand zu anderen Personen.

Immer freitags von 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr vom 19. Juni bis 14. August 2020 (8 Mal, nicht am 17.07.2020) im Studio am Stadtplatz. Kosten für Mitglieder 48 € und für Nichtmitglieder 96 €.

Informationen und Anmeldung bei Eva Schackmann unter: eschacky@t-online.de oder verein@tsv-wernau.de oder unter Telefon: 07153 – 55 03 23 oder Telefon: 0171-5690480.

Beide Veranstaltungen finden in Kooperation mit dem

TSV WERNAU 1897

statt.

VERA
vernetzt und aktiv im Alter

VERA mobil!
Gewusst wie – leichter Umgang mit den Automaten der Deutschen Bundesbahn
Dienstag, 22.09.2020,
9-10 Uhr oder 10-11 Uhr oder 11-12 Uhr am Bahnhof Wernau
Eine Mitarbeiterin der Deutschen Bundesbahn erklärt Ihnen 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 Donnerstag, 17.09.2020.

VERA – für Männer!
Der Männerschuppen – das Angebot für dementiell veränderte Männer kann während der Corona-Pandemie nicht stattfinden. Wir starten im September 2020 wieder. Wir informieren Sie im Newsletter, auf unserer Homepage und in der Tages- bzw. Wochenpresse!

Deutsche Fernsehlotterie
macht mehr als glücklich

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

VERA – bewegt!

Das s´BUSLE fährt auf Grund der aktuellen Corona-Gefährdung bis auf weiteres nicht.

s'Busle
Wernauer Seniorenbus

Seniorenausflug der Katholischen Kirchengemeinde am Mittwoch, 16. September

Abfahrt um 8.00 Uhr vor St. Erasmus / 8.15 Uhr vor St. Magnus

Zuerst geht es nach Wiblingen um dort mit einer Führung die Höhepunkte barocker Zimmermannskunst zu bestaunen. Nach einem gemeinsamen Mittagessen geht es um 13.30 Uhr weiter nach Ulm. Dort begleitet uns ein Stadtführer durch die Gassen des Gerber- und Fischer-Viertels. Weiter führt der Weg zum berühmten Ulmer Münster, dessen Kirchturm der höchste der Welt ist. Nach der ausführlichen Besichtigung des Münsters gibt es eine schöne Kaffeepause am Münsterplatz im Café Tröglen. Gegen 17.30 Uhr geht es wieder zurück nach Wernau.

Anmeldung ab sofort bei Frau Renate Kappenmann, Frau Elli Jauß oder der Katholischen Kirchengemeinde. Unkostenbeitrag: 40,00 Euro / Person einschließlich Busfahrt, Führung in Wiblingen und Ulm.

Haben Sie Fragen? Oder möchten Sie unseren kostenlosen Newsletter abonnieren? Dann rufen Sie mich an (07153-9282288) oder schreiben Sie mir: Andrea.Schmid@keppler-stiftung.de!

Besuchen Sie unsere Homepage, um mehr zu erfahren: www.vera-in-wernau.de

VERA informiert!

Katholische Sozialstation Wernau

Immer mehr Menschen wünschen sich in den eigenen vier Wänden gut alt zu werden. Dabei möchten wir sie unterstützen! Mit Leistungen aus pflegerischem und hauswirtschaftlichen Bereich unterstützen wir Senioren bei der selbstbestimmten Gestaltung ihres Alltags. Zusammen mit dem Seniorenzentrum St. Lukas sowie weiteren Netzwerkpartnern und Dienstleistern in Wernau können wir ein breitgefächertes Angebot an Dienstleistungen der ambulanten und stationären Alten- und Krankenpflege anbieten.

Katholische Sozialstation Kirchheim

Für eine maßgeschneiderte Hilfe, nah am Menschen. Wir beraten Sie gerne bei Fragen zu unserem Angebot, zu Finanzierung von Pflegeleistungen und zu allen Diensten und Leistungen für Ihr Leben zu Hause.

Sprechen Sie uns an unter 07153-39951. Ihr Ansprechpartner sind Frau Birgit Fleischmann (Pflegedienstleitung) oder Herr Milos Stanisavljevic (stellvertretende Pflegedienstleitung)

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit!
Bleiben Sie gesund.

Andrea Schmid, VERA-Koordinatorin
Tel.: 07153 - 9 28 22 88
Andrea.Schmid@keppler-stiftung.de