

Senioren-Informationen

Arthrose – dagegen kann jeder etwas tun!



Am 21. März 2022 um 14.30 Uhr
in der Gässlesstube, Schulstraße 8

Vortrag und Salbenherstellung im Rahmen der Gesundheitsreihe mit Andrea Kreuzer-Ruch und Bernadette Englisch



Arthrose ist eine typische Erkrankung im Alter. Aber auch jüngere Menschen leiden unter Schmerzen in den Gelenken. Im Vortrag geht es nach einer kurzen Einführung in das

Thema Arthrose, um Möglichkeiten unsere Gelenke geschmeidig und schmerzfrei zu halten. Neben Ernährungsempfehlungen werden auch Auflagen, Wickeln und Fasten vorgestellt.

Im Anschluss können Sie selbst einen gut verträglichen Schmerzsalbentherapeutikum herstellen.

Es gelten die aktuellen Corona Regeln.

Gemeinde Ehningen
Gemeinwesenarbeit für Senioren
Ina Binnewerg, Telefon 07034/257503
seniorenarbeit@gemeinde-ehningen.de



Wer älter wird,
der wird nicht aufhören
zu spielen. Aber wer aufhört
zu spielen, der wird älter.
G. B. Shaw

Spielen macht Freude und hält
jung – deshalb laden wir alle spiel-
freudigen Seniorinnen und Senio-
ren herzlich ein zur Veranstaltung

Spiele am Freitag

- Wann: Freitags
von 14.00 – 16.30 Uhr,
25. März
- Wo: in der Gässles-Stube im
Haus am Pfarrgarten,
Schulstraße 8, Ehningen
- Wer: Senioren der Generation
50+
- Was: Brettspiele, Kartenspiele,
Ratespiele... Eigene Spiele
können gerne mitge-
bracht werden



Möchten Sie mit
dem „Ehninger
Bürgerbus“ zur
„Spiele am-Frei-
tag“ kommen? Anmeldung spä-
testens bis zum Vortag bei Frau
Seebe Tel.: 121124

Spielleitung: Günter Bachmann,
07034-6457484

Fitness für die grauen Zellen

Bringen Sie Ihr Gedächtnis in Schwung, verbunden
mit einem gemütlichen Kaffeenachmittag.

Uhrzeit: 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr
Ort: Gässles-Stube,
Haus am Pfarrgarten

Sie sind herzlich eingeladen zu folgenden Terminen:

22.03.2022
05.04.2022

Möchten Sie mit dem „Ehninger Bürgerbus“ zur „Fitness
für die grauen Zellen“ kommen? Anmeldung spätestens
bis zum Vortag bei Renate und Dieter Kreuzer Tel.: 943236



PC Lernwerkstatt

Wir bieten Ihnen kostenlose Hilfe und
Beratung bei PC, Tablet und Smart-
phone Themen & Problemen.

Liebe Besucher der PC Lernwerkstatt,
unsere nächsten Öffnungszeiten ohne Anmeldung
sind donnerstags am 10. und 24. März von 14.00
bis 16.30 Uhr in der Gässlesstube, Haus am Pfarr-
garten, Schulstr. 8.

Ihr PCLW Team.
Beachten Sie bitte die aktuellen Corona Regeln.

Fragen? / E-Mail Kontakt:
pc-lernwerkstatt@gemeinde-ehningen.de

Sie finden uns auch im Veranstaltungskalender der
Gemeinde Ehningen und in den sozialen Netzw-
erken auf Facebook, Instagram & Twitter.