

Vortrag „**GESUND und FIT** beim Älterwerden“

- Wie halte ich mich gesund & fit beim Älterwerden?

Loni Adler spricht unter anderem die Themen Ernährung, Gesundheit und Bewegung (Blutdruck, Gehirn, Gelenke) an.

Mittwoch, **23.10.19** von **15.00 - 16.00 Uhr**

.....

Vortrag zum Thema: „**Seniorensicherheit**“

- Die Stadt Bad Homburg und die Polizeidirektion Hochtaunus bilden gemeinsam – im Rahmen der Sicherheitsinitiative KOMPASS – **Sicherheitsberater für Senioren** aus.

Diese sollen über unterschiedliche Aspekte der Kriminalität - und wie man sich davor schützen kann – aufklären.

Aufmerksames Verhalten und gute Information können nicht alle kriminellen Handlungen verhindern.

Um es den Betrügern jedoch zu erschweren, möchte **Frau Dogs** interessierte Senioren **über diverse Tricks der Diebe und Betrüger informieren**.

Es wird u.a. über Gefahren an der Haustür, am Telefon, im Internet und über Gefahren unterwegs gesprochen.

Mittwoch, 20.11.19 von **15.00 - 17.00 Uhr**

.....

Kosten: Keine

Zwecks Planung bitten wir um **Anmeldung** bis jeweils 3 Tage vor Veranstaltungsbeginn per Telefon oder E-Mail:

Telefon: 06172 - 390 985

E-Mail: veranstaltung-gartenfeld@bad-homburg.de