***Digi-Move together***

Fühlen Sie sich oft abgeschlagen und sind von den Corona-Einschränkungen genervt? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Die **SHG Move & Smile – inkl. Selbsthilfegruppe für seelische und körperliche Gesundheit** lädt ein, um das neue Angebot ***Digi-Move together*** vorzustellen.

Bewegung stärkt die geistige und körperliche Fitness. Sie holt Menschen weg von den Sorgen, in die Vitalität. Wir bieten einen Einblick in ein wöchentliches Angebot von Bewegung und Gespräch gefördert von der **AOK**.

**Termin**: Mo, 27.09.2021, 15-17 Uhr
**Hybridveranstaltung**: in Präsenz und digital

Bésuch – die Tanzschule, Am Helweg 9, 31655 Stadthagen
**Anmeldung**: shg-moveandsmile-gesundheit-inklusiv@gmx.de und Selbsthilfe-kontaktstelle Tel: 05722 9522-20 (Mi 14-17, Do 11-15, Fr 9-13), Mail: selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de.

**Teilnehmerzahl:** 10 (um Anmeldung wird gebeten)