

Termine im Februar 2024 in SIGENA Mögeldorf

Offener SIGENA Treff jeden Mittwoch, 14 – 16 Uhr

Ein offener Treff für alle Nachbarn zum:

- Gemeinsam Kaffee trinken und Kuchen essen
- Sich mit Ihren Nachbarn unterhalten, Spiele spielen und neue Menschen kennen lernen
- Ihre Ideen einbringen, was in Ihrem SIGENA-Treff stattfinden kann
- Nutzen Sie unser Bücher-Tausch-Regal!

Veranstaltungsreihe Ernährung

- 07.02. „5 a day“, Obst, Gemüse und die Vitamine
- 14.02. „Fett macht Fett“, oder wie?
- 21.02. „Low carb“ oder Vollkorn? Zucker, Nudeln und das liebe Brot.
- 28.02. Proteine für die Muskeln

Mittagstisch dienstags von 12 bis 13 Uhr

Bitte bis Donnerstag der Vorwoche verbindlich anmelden. Regulärer Preis: 5,00€, Ermäßigung möglich

Gymnastik inklusiv

Jeden Donnerstag von 10:00 - 11:00 Uhr. Gern zum Schnuppern vorbei kommen.

Frauengruppe

Am 24.02. sind von 14:00-18:00 Uhr wieder alle interessierten Frauen eingeladen mit zu plaudern und zu essen.

Kontakt:

Franka Schelter-Erfurt

Montag - Donnerstag im SIGENA Nachbarschaftstreff

oder telefonisch unter: 0911/58793 334.

Beratungstermine nach Vereinbarung.

