

# ENTDECKEN SIE UNSERE AKTIVITÄTEN SPORT UND BILDUNG IM FEBRUAR UND MÄRZ 2021

**NEW**



=



- ⊕ 4 + 1 Outdoor-Aktivitäten (4 Teilnehmer + 1 Leiter/in)
- > Outdoor-Gymnastik
  - > Nordic Walking
  - > Spaziergänge: Dauer 45 – 60 Minuten

**NEW**

Unterstützung bei  
der **Anmeldung zur  
Corona-Impfung**



**Gymnastik-Programm im  
Fernseher:** auf dem Kanal Tele-  
Bilingue von Montag bis Samstag  
um 11 Uhr, auf dem Kanal 9  
am Dienstag und Donnerstag um  
10 und 15 Uhr

**NEW**

**Sorgentelefon:**  
bei uns können  
Sie sich  
aussprechen

⊕ Dieser Kurs ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil dieser in besonderem Masse altersspezifischen Beeinträchtigungen entgegenwirkt.

## INFOS UND ANMELDUNG

[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)  
**PRO SENECTUTE FREIBURG**  
Passage du Cardinal 18  
1700 Freiburg

[sportetformation@fr.prosenectute.ch](mailto:sportetformation@fr.prosenectute.ch)  
026 347 12 40  
026 347 12 93  
(direkte Nr. Sport, Bildung und Freizeit)