

Einladung zur Veranstaltung des OV Kelkheim

Kelkheim, Mai 2025

Andreas Molsberger Vorsitzender  
Parkstr. 40, 65779 Kelkheim  
Telefon: 0172-8087327

E-Mail: [Andreas.Molsberger@vdk.de](mailto:Andreas.Molsberger@vdk.de)  
E-Mail: [ov-kelkheim@vdk.de](mailto:ov-kelkheim@vdk.de)  
Web: [www.vdk.de/hessen-thuringen](http://www.vdk.de/hessen-thuringen)

**Ansprechpartnerin für Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit:**

Regina Kuschka  
Vertreterin der Frauen  
E-Mail: [Regina.Kuschka@vdk.de](mailto:Regina.Kuschka@vdk.de)



Der Ortsverband Kelkheim ist ein kleiner Teil im Sozialverband VdK als größten Sozialverbands in Hessen und Thüringen. Gerne sind wir für Sie aktiv und bieten Ihnen die verschiedensten Veranstaltungen an. Als nächstes planen wir eine Veranstaltung „Digital im Alter“ gemeinsam mit dem MGV Sängerkunst Eppenhain. Aus Erfahrung wissen wir, wie schnell gerade unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger von der fortschreitenden Entwicklung auf dem Gebiet der Smartphones und Computer abgehängt werden. Darum beschäftigen wir uns nun mit dem Thema „Digital im Alter“.

Zur Auflockerung der Veranstaltung bieten wir wieder Übungen für die geistige Fitness an, um die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen. Die Atemübungen mit dem Stuhlyoga dienen der kontrollierten Sauerstoffzufuhr des Gehirns. Das achtsame Atmen verbessert die Hirnfunktion. Die Übungen fördern die Konzentration auf die Bewegungsabläufe und sollen den Geist zur Ruhe bringen.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, kommen Sie bitte am

**Freitag, 23.05.2025, ab 14:30 Uhr**

In den Mehrzweckraum der Turnhalle Eppenhain. **Vergessen Sie Ihr Handy nicht!**

Interessierte, die auch im fortgeschrittenen Alter Freude daran haben, mental aktiv zu bleiben, bitten wir, sich direkt bei [Regina.Kuschka@vdk.de](mailto:Regina.Kuschka@vdk.de) zu melden, damit wir einen Überblick bekommen, wie viel Interesse besteht. Gerne können Sie aber auch spontan zu der Veranstaltung kommen. Wir freuen uns über Jeden, der Interesse daran hat, einen unterhaltsamen Nachmittag in netter Gesellschaft zu verbringen.

*Sie sind noch kein Mitglied im VdK?* Kein Problem, wir erläutern Ihnen gerne die Vorteile einer Mitgliedschaft. Informationen über unsere Verbandsarbeit finden Sie auch im Internet unter: <https://hessen-thuringen.vdk.de/vor-ort/ov-kelkheim/>. Per E-Mail erreichen Sie uns unter [ov-kelkheim@vdk.de](mailto:ov-kelkheim@vdk.de).