

## **Bewegt älter werden in Horst**

Der SV Horst Emscher 08 und die AWO haben sich zusammen getan und wollen die Aktion „Bewegt älter werden in Gelsenkirchen“ nun auch in Horst in die Tat umsetzen. Als Nachbarn haben sie Angebote entwickelt und nun geht es mit einem Vortrag zum Thema „Fit im Alter – durch Bewegung“ los. Dazu konnte Rita Wahl als Moderatorin gewonnen werden. Sie wird am Mittwoch, 11. Februar, um 10.30 Uhr im AWO Seniorenzentrum am Marie-Juchacz-Weg in das Thema einführen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ein weiteres Angebot zum fit bleiben und Spaß haben findet im Seniorenzentrum bereits an jedem 1. Donnerstag im Monat ab 15 Uhr statt, nämlich der Tanztee für Senioren mit Ricky Kunze. Der Eintritt dazu kostet 3 Euro. Info: ☎ 951930.