



Lange mobil  
& sicher  
zu Hause



## Nur wer sich bewegt steht mitten im Leben (Martin Gehard Reisenberg)

- B**ewegung macht glücklich
- B**ewegung erhöht die Lebensqualität
- B**ewegung steigert die Ausdauer und die Balance
- B**ewegung gibt Sicherheit und kann Stürze vermeiden
- B**ewegung fördert soziale Kontakte
- B**ewegung gewinnt immer mehr an Bedeutung



Möchten Sie Ihre Zeit mal anders verbringen, melden Sie sich bei uns:  
ASB Sozialstation Vetschau  
Ute Richter  
Tel.: 035433/ 78424  
E-Mail: u.richter@asb-lv.de

**Erfolg hat drei Buchstaben: TUN**  
( Johann Wolfgang von Goethe )