

**Donnerstag, 06.03.2025
ab 15:00 Uhr**

Lebensfreude trotz(t) Einschränkungen

Ob jung oder alt, jeden kann es treffen und man ist eingeschränkt
- ob in seiner Bewegung/Motorik oder seinem Geist.

An diesem Tag hat das Caritas-Netzwerk Mettmann
Frau Wegewitz (ME Sport), den Arzt Herrn Kober (Gesundheitszentrum
Florastraße) und Kim Cremer (Triathlet) zu seiner Auftaktveranstaltung des
Projektes 2025 eingeladen. Es erwartet Sie eine ca. 1,5 stündige, gemütliche
Runde mit einem offenen Gespräch.

Herr Kober wird etwas aus der medizinischen Sicht berichten,
Herr Cremer von seiner persönlichen Erfahrung zum Thema Sport mit
Einschränkungen und neuer Lebensfreude und Frau Wegewitz berichtet was
ME Sport alles anbietet, welche Möglichkeiten bestehen und zeigt ein paar
Übungen für zu Hause

Eine Anmeldung ist erforderlich
per Email an netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de
oder unter 02104 22761 (Anrufbeantworter).

**Haus der Begegnung
Vogelskamp 120 in Mettmann**