

## Anmeldung

Ich möchte mich für das kostenfreie Programm „Das tut mir gut! – Gemeinsam aktiv und gesund älter werden“ anmelden.  
Ich möchte in folgender Gemeinde teilnehmen:

Ich bin dabei!

- **Bad Rodach** (AWO Bürgertreff, Kirchgasse 4, Dienstag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 21.02.2017)
- **Coburg** (AWO Seniorenbegegnungsstätte, Oberer Bürglaß 3, Mittwoch, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 22.02.2017)
- **Ebersdorf** (AWO Bürgertreff, Frohnlacher Straße 31, Montag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 20.02.2017)
- **Großheirath** (Alter Kindergarten, Bachstraße 4, Dienstag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 21.02.2017)
- **Rödental** (Seniorenwohnkonzept, Gemeinschaftsraum, Schlesierstr. 20, Montag, 15:00 bis 17:00 Uhr, Start: 27.02.2017)

Name .....

Straße .....

PLZ, Ort .....

Telefon .....

E-Mail .....

Datum ..... Unterschrift .....



Bitte senden Sie Ihre vollständig ausgefüllte Anmeldung per Post, Fax oder E-Mail an Frau Sandra Nold von der Hochschule Coburg. Die Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite des Anmeldeformulars. Anmeldeschluss ist der 10. Februar 2017.

Sie können sich auch im Internet unter [www.hs-coburg.de/tut-mir-gut](http://www.hs-coburg.de/tut-mir-gut) anmelden.



## Das Forschungsprojekt *GeWinn*

„GeWinn – Gesund älter werden mitWirkung“ ist ein Forschungsprojekt, das von der Hochschule Coburg in Kooperation mit der Hochschule Magdeburg-Stendal umgesetzt wird. Es hat zum Ziel, das Wohlbefinden und die Lebensqualität von Menschen ab 60 Jahren zu fördern. Im Rahmen des Forschungsprojektes wurde das Gruppenprogramm „Das tut mir gut! – Gemeinsam aktiv und gesund älter werden“ entwickelt, das im Februar 2017 startet. Dabei werden Menschen ab 60 Jahren dazu befähigt, aktiv etwas für ihr eigenes Wohlbefinden zu tun.

**Haben Sie noch Fragen? Bitte rufen Sie uns an.  
Ihre Ansprechpartnerinnen sind:**

**Frau Sandra Nold**  
Telefon: 09561 317 531  
E-Mail: [sandra.nold@hs-coburg.de](mailto:sandra.nold@hs-coburg.de)



**Frau Alvia Killenberg**  
Telefon: 09561 317 561  
E-Mail: [alvia.killenberg@hs-coburg.de](mailto:alvia.killenberg@hs-coburg.de)



Weitere Informationen zum Forschungsprojekt „Gesund älter werden mitWirkung“ finden Sie ab Januar 2017 auf unserer Homepage:  
[www.gesund-aelter-werden-mit-wirkung.de](http://www.gesund-aelter-werden-mit-wirkung.de)

### Kooperationspartner



# Das tut mir gut!

## Gemeinsam aktiv und gesund älter werden



### Das Programm zum Forschungsprojekt

*GeWinn*  
Gesund älter werden mitWirkung

# Das tut mir gut! – Gemeinsam aktiv und gesund älter werden



Wir tun uns etwas Gutes



Wir planen gemeinsam Aktivitäten



Wir lassen uns das Tablet zeigen



Wir mischen uns ein

Das kostenfreie Programm „Das tut mir gut! – Gemeinsam aktiv und gesund älter werden“ für Menschen ab 60 Jahren startet im Februar 2017 und läuft bis März 2018. Es besteht aus 19 Treffen à 1,5 bis 2 Stunden. Die ersten 11 Treffen finden alle zwei Wochen und die weiteren 8 Treffen einmal im Monat statt. Das Besondere ist, dass die Gruppen von erfahrenen Bürgerinnen und Bürgern ab 60 Jahren angeleitet werden.



In Coburg findet „Das tut mir gut!“ in den folgenden Gemeinden statt:

- **Bad Rodach** (AWO Bürgertreff, Kirchgasse 4, Dienstag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 21.02.2017)
- **Coburg** (AWO Seniorenbegegnungsstätte, Oberer Bürglaß 3, Mittwoch, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 22.02.2017)
- **Ebersdorf** (AWO Bürgertreff, Frohnlacher Straße 31, Montag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 20.02.2017)
- **Großheirath** (Alter Kindergarten, Bachstraße 4, Dienstag, 14:00 bis 16:00 Uhr, Start: 21.02.2017)
- **Rödental** (Seniorenwohnkonzept, Gemeinschaftsraum, Schlesierstraße 20, Montag, 15:00 bis 17:00 Uhr, Start: 27.02.2017)



## Anmeldung an:

**Frau Sandra Nold**

Hochschule für angewandte Wissenschaften Coburg  
Institut für angewandte Gesundheitswissenschaften

Friedrich-Streib-Straße 2

96450 Coburg

Fax: 09561 317 524

E-Mail: [sandra.nold@hs-coburg.de](mailto:sandra.nold@hs-coburg.de)



**Aktiv sein · Sich wohlfühlen und entspannen · Gesundes Essen genießen · Sich richtig informieren  
Hilfe in Anspruch nehmen · Mit chronischen Erkrankungen umgehen · Positiv denken**

