

■ Was war los in der Villa Finow in Eberswalde

Wir feiern Fasching!

Am 14. Februar hieß es in der Villa Finow: Wir feiern Fasching! Schon Tage vorher wurde es in unseren Fluren und Gängen immer gemütlicher, knalliger und bunter. Die Kollegen der Betreuung nutzten zur Vorbereitung diverse Bastelarbeiten als Aktivierungs- und Beschäfti-

gungsmöglichkeit. Das gemeinsame Basteln brachte unseren Bewohnern eine Menge Freude und Bereicherung. Je mehr Girlanden und Luftballons hingen, umso größer wurde die Vorfreude. Eine Verkleidung gehörte zur Grundausstattung, wobei der Fantasie keine Grenzen ge-

setzt wurden. Von traditionellen Clowns und Hexen, bis hin zum Hippie-Kostüm war alles vertreten. Die Veranstaltungsagentur »Musikboutique« sorgte für ausgelassene Stimmung und eine gut besuchte Tanzfläche. Eine Verschnaufpause gab es nur während einer lustigen Moderation mit kleinen Faschingspässen.



Tanz dich fit, tanz dich glücklich! – Zumba für Senioren

Oftmals kommen wir nicht dazu, uns ausreichend zu bewegen. Dabei tut uns Bewegung gut – dem Körper und der Seele! Mit einfachen Bewegungen, in Kombination mit einem reduzierten Tempo, eignet sich Zumba hervorragend für

SeniorInnen, um fit zu bleiben. Die leicht zu erlernenden Tanzschritte sind auch für ältere Menschen einfach nachzutanzten. Schon bei der ersten Stunde kam so viel Spaß auf, dass es garantiert nicht die letzte bleiben wird.

