

# PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

## Geschäftsstelle Büro- und Telefonzeiten

Telefon 041 610 76 09  
Montag bis Freitag  
08.00 – 11.30 Uhr

## Beratungsstelle Büro- und Telefonzeiten

Telefon 041 610 25 24 und  
Telefon 041 610 25 62  
Montag bis Freitag  
08.00 – 10.00 Uhr  
oder nach Vereinbarung



**Nidwaldner  
Kantonalbank**

Partnerin der Pro Senectute Nidwalden



Pro Senectute Nidwalden  
St. Klara-Rain 1  
Postfach  
6371 Stans

Telefon 041 610 76 09  
Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0

info@nw.prosenectute.ch  
www.nw.prosenectute.ch



**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

# Miteinander unterwegs

Ein Gemeinschaftsprojekt von Pro Senectute NW und Alzheimer OW/NW

**Nidwalden**

# Miteneinanderwäg

Ein Gemeinschaftsprojekt von Pro Senectute NW und Alzheimer OW/NW

Geführte Spaziergänge in Stans, ergänzt mit Übungen für Gleichgewicht, Beweglichkeit und Atmung. Bei den Spazier-Treffs sind auch Menschen mit einer Demenzerkrankung willkommen. Für diese Personen werden Begleitpersonen anwesend sein. Bei Fragen dazu wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle Alzheimer Obwalden/Nidwalden Tel. 041 660 33 59.

## Leitung

Ursula Rayher  
Expertin Erwachsenensport esa

## Zeit

14.00—15.30 Uhr

## Treffpunkt

Winkelried-Denkmal, Stans

## Daten

Dienstag  
4./11./18./25. Mai  
1./8./15./22./29. Juni  
6./13./20./27. Juli  
3./10./17./24./31. August  
7./14./21./28. September  
5./12./19./26. Oktober

## Ausrüstung

Bequeme, dem Wetter angepasste  
Kleidung, Sportschuhe  
Wasserflasche

## Durchführung

Die Lektionen werden bei jedem  
Wetter durchgeführt, ausser bei  
Blitz und Donner.

## Kosten

CHF 5.00 pro Spaziergang  
  
Keine Anmeldung erforderlich.

## Auskunft

Geschäftsstelle  
Alzheimer Obwalden/Nidwalden  
Alters- und Pflegeheim Nidwalden  
Nägeligasse 29  
6370 Stans  
Tel. 041 660 33 59  
geschaefsstelle.ow-nw@alz.ch

Pro Senectute Nidwalden  
St. Klara-Rain 1  
Postfach  
6370 Stans  
Tel. 041 610 76 09  
info@nw.prosenectute.ch



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Programm auch unter  
[www.nw.prosenectute.ch/de/  
freizeit/bewegung-sport](http://www.nw.prosenectute.ch/de/freizeit/bewegung-sport)