



# Bewegungsgruppe für geflüchtete Seniorinnen

**03.09.2026, 15:00 – 16:30**

Einfach vorbeikommen

PROJEKT NEDA! Wir laden Frauen ab 50 Jahren herzlich zu einem kostenlosen, sanften Bewegungsangebot ein. In einer freundlichen Gruppe stärken wir gemeinsam Fitness, Beweglichkeit und seelisches Wohlbefinden. Spielerische Übungen fördern die Herz-Kreislauf-Gesundheit, bauen Stress ab und schaffen Gemeinschaft.

Bei Bedarf begleitet eine arabisch- und deutschsprachige Psychologin die Gruppe und bietet eine einfühlsame, traumasensible Unterstützung. Das Angebot richtet sich besonders an Seniorinnen, die Arabisch und/oder Deutsch sprechen und Interesse an Bewegung, Entspannung und sozialen Kontakten haben.

**Ort:** Linzer Straße 22-24

**Adresse:** Linzer Straße 22-24, 1140 Wien

**Tel:** 01 31399 284 161

**Veranstalter:** Klub Linzer Straße 22-24

Wir freuen uns auf Sie!