

# 1. Senioren-Aktiv-Tag Wandsbek

Der Senioren-Aktiv-Tag richtet sich an alle Menschen im Bezirk Wandsbek, die gesund und aktiv älter werden wollen!

Seniorinnen und Senioren, An- und Zugehörige und alle Interessierten sind herzlich willkommen!

Freuen Sie sich auf **kostenlose** Aktionen zum Ausprobieren und viele Informationen zu den Themen:

- Ernährung: fachkundige Informationen und praxisnahe Tipps
- Bewegung: Aktivitäten zum Ausprobieren und Mitmachen
- Beratung: rund um Hilfeleistungen und Pflege

und vieles mehr.

Die Planungsgruppe heißt alle Interessierten herzlich willkommen und freut sich auf Ihren Besuch!

Eine Anreise mit dem ÖPNV wird empfohlen.

Anfahrt/Busverbindungen bis zur **Ziel-Haltestelle Jenfelder Straße:**

- ab U-Bahn Wandsbek Markt: Bus 10 / 263
- ab Billstedt / Farmsen: Bus 27

Für kostenlose kleine Snacks und Getränke ist gesorgt.



## 1. SENIOREN- AKTIV-TAG IM BEZIRK WANDSBEK

### Einfach Rausgehen - Informieren - Ausprobieren

Mit vielen kostenlosen Infoständen und Mitmach-Aktionen rund um ein gesundes und aktives Leben im Alter

**Mittwoch, den 3. Juni 2026,  
von 10 bis 13:30 Uhr  
im Jenfeld Haus  
Charlottenburger Straße 1,  
22045 Hamburg**

Die Veranstaltung ist eine Kooperation von: