

07. Oktober 2022

Soziales

"Fit im Alter": Renommierter Gesundheitsexperte spricht in Bocholt

Abschluss der "Zukunftsstadt"-Initiative "Fit im Alter" am Dienstag, 18. Oktober, um 17 Uhr in der Mensa Benölkenplatz mit Prof. Dr. Ingo Froböse von der Deutsche Sporthochschule Köln // Eintritt frei

Wie man auch im Alter körperlich und geistig fit bleibt: Das weiß keiner besser als der international renommierte Gesundheitsexperte Prof. Dr. Ingo Froböse. Er ist Universitätsprofessor für Prävention und Rehabilitation im Sport an der Deutschen Sporthochschule Köln. Am Dienstag, 18. Oktober, spricht er in Bocholt und verrät, worauf es ankommt, um im Alter lange agil zu bleiben. Beginn ist um 17 Uhr in der Mensa Benölkenplatz. Der Eintritt ist frei.

Anmeldungen können online unter <https://beteiligung.nrw.de/portal/bocholt/beteiligung/themen/1001650> erfolgen.

Die Veranstaltung bildet gleichzeitig die Abschlussveranstaltung von "Fit im Alter", einer Teilinitiative des Projekts "Zukunftsstadt Bocholt", das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert wird.

Nach der Begrüßung am 18. Oktober wird zunächst das Programm "Fit im Alter" vorgestellt, dessen Ziel es war, die Stadt als interessanten Ort für Bewegung und Aktivität erlebbar zu machen und so die Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger zu stärken. Viele Bocholterinnen und Bocholter haben sich im Verlaufe der vergangenen Jahre an verschiedenen Aktionen beteiligt. Im Anschluss erfolgt der rund einstündige Vortrag Froböses unter dem Titel "Gesunde Kommune - Schwerpunkt Seniorengesundheit".

Informationen zum Referenten unter www.ingo-froboese.de.





Gastredner am 18. Oktober in Bocholt ist der international renommierte Gesundheitsexperte Prof. Dr. Ingo Froböse.

© Sebastian Bahr