



Gesundheitswerkstatt INKLUSIV

Wir treffen uns in der Gruppe.
Wir sprechen über Gesundheit.
Wir machen Übungen und Spiele.
Wir überlegen, was uns gut tut.
Wir helfen uns gegenseitig.

Ohne
Anmeldung.

Kostenloses
Angebot.

Wo?



Stadtteilraum Schnelsen Süd

Graf-Johann-Weg 3a/3b, 22459 Hamburg

Wann?



Mittwoch von 16 – 18 Uhr

03. September

Wir machen uns Urlaubsgefühle!

10. September

Wie kann ich mich motivieren?
Ich und der innere Schweinehund

17. September

Umgang mit Sucht
Gast: Daniel Guckelsberger (Diplom-Psychologe)

24. September

Gesund Essen mit wenig Geld
Gast: Jana Fischer (Verbraucherzentrale)

METACOM Symbole
© Annette Kitzinger

Kontakt bei Fragen:



Pia Khan



0152 – 59 56 31 79



Pia.Khan@eka.alsterdorf.de

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

