



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 16:30 – 18:00 Uhr

12. November

Welches Essen tut meiner Seele gut?

Wohltuendes Essen bei Kummer und Stress

Gast: Susanne Jensen (Ernährungs-Expertin)

19. November

Psychische Erkrankungen einfach erklärt.

Gast: Per Ludwig Wilms (Arzt der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie SIMI)

26. November

Gemeinsam singen macht Freude!

Gast: Nathaniel Damon (Chorleiter)

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

