



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

METACOM Symbole
© Annette Kitzinger

Wann?



Mittwoch von 16:30 – 18:00 Uhr

03. Dezember

Ich kümmere mich um mich – Selbstfürsorge

10. Dezember

Gemeinsam Feiern

Gäste: Ann-Christin Höchst und Katharina Pohle
(Sportgespräche – Sport und Inklusion)

17. Dezember

Wir besuchen das Gesundheitscafé

Bei Kaffee und Kuchen unterhalten wir uns über
Einsamkeit

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



Menschen sind unser Leben.

alsterdorf