

Tipps für ein gesundes Leben

Eifelland. Stress, Rückenschmerzen, Schlafprobleme – das sind die Themen der zweiten Gesundheitstage der Dienstleistungsgenossenschaft Eifel (DLG Eifel). An drei Tagen werden an drei verschiedenen Orten zehn maximal 90-minütige Workshops angeboten. Neben den drei genannten Themen wird es auch einen Vortrag von Dr. Katharina Hoß geben. Die Beraterin im Gesundheitsmanagement spricht über „Humor als Gesundheitsressource“.

Der erste Workshoptag findet am Montag, 2. Dezember, von 15.30 bis 18 Uhr im Rotkreuzzentrum in Euskirchen statt, Jülicher Ring 32B. Einen Tag später werden die Workshops im Evangelischen Gemeindezentrum Mechernich, Dietrich-Bonhoeffer-Straße 1, von 10.30 bis 12 Uhr angeboten, allerdings in einer abgespeckten Version. Alle Workshops gibt es dann wieder am Donnerstag, 5. Dezember, von 15.30 bis 18 Uhr im Evangelischen Gemeindezentrum in Kall, Aachener Straße 49.

Die Teilnahme ist für Mitglieder der DLG Eifel kostenlos. Nichtmitglieder zahlen 25 Euro. Anmeldung per E-Mail bei Agnes Voerste, Projektleiterin DLG Eifel. Weitere Informationen unter 01 51/53 99 01 48 und im Internet.

agnes.voerste@dlg-eifel.de
www.dlg-eifel.de