

Gesund und munter!

Gesundheitstipps für dich und deine Familie

Ist Sport tatsächlich gesund?

Warum ist gute Ernährung eigentlich so wichtig?

Worauf müssen wir achten, wenn wir zum Arzt müssen?

An zwei bis vier Terminen kommen wir in deine Frauengruppe und informieren über verschiedene Gesundheitsthemen, beantworten Fragen und diskutieren mit euch.

Das Angebot ist kostenfrei.

Termine pro Frauengruppe:

1. Frauengruppe „Beryoska“: 05. und 12.04.2024
von 13:30-15:45 Uhr
2. „Orientalische Frauengruppe“: 19.04., 26.04. und 03.05.2024
von 09:45-12:00 Uhr
3. Frauengruppe „Bahar“: 08.05., 15.05. und 22.05.2024
von 13:45-15:15 Uhr und am 29.05.2024 von 13:45-16:00 Uhr

Ort: Raum-B, Frankfurter Straße 104, 51065 Köln

Trainerin: Rosemarie Petry-Lehn

www.aktiv-im-veedel.de



aktiv
TRANSFER

AlphaDekade
2016 – 2026

GEFÖRDERT VOM

 Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Informationen und Anmeldung

Raum-B, Interkulturelles Zentrum Buchheim

→ Caterine Münch

0221 – 99201097

raum-b@diakonie-koeln.de

 Diakonie
Köln und Region

Lernende Region – Netzwerk Köln e.V.

→ Martina Morales

0221 – 99 08 29 237

martina.morales@bildung.koeln.de

 LERNENDE REGION
NETZWERK KÖLN