

PROGRAMMAUSWAHL

Bewegung & Entspannung

- Vortrag mit Yogaübungen
- Fitnessübungen zur Rückengesundheit
- Aromatherapie und Achtsamkeitsübungen

Wissen & Unterstützung

- Vortrag zu Unterstützungsmöglichkeiten bei Lernschwierigkeiten
- Informationsstand zur rechtlichen Vorsorge inklusive Beratung

Gesundheitsangebote

- Frischgemachte Smoothies
- Impfberatung
- Zahngesundheit

Mitmachaktionen

- Glücksrad
- Mitmachübungen
- Angebot Kopf- und Gesichtsmassage

ANGEBOTE FÜR KINDER

- Bewegungsspiele
- Tastboxen
- Memory
- Quiz für Groß und Klein

MEHR INFOS:

gesundheitstag.kreis-goerlitz.de

