

Gerade in der heutigen Zeit ist es wichtig seine Gesundheit im Blick zu behalten und diese selbst aktiv zu fördern. Im Seminar geht es um theoretische und praktische Einheiten zum Thema der aktiven Gesundheitsförderung und Stärkung der eigenen Gesundheit. Augenmerk wird hierbei auf das ganzheitliche BERN-Konzept gelegt, das anhand von theoretischen und praktischen Einheiten den Seminarteilnehmern vermittelt wird. Anhand der verschiedenen Bausteine des Konzeptes erhalten die Teilnehmer wertvolle Tipps, wie sie ihre Gesundheit speziell im Ehrenamt selbstständig und individuell fördern können.



Daten

Termin: 22.09.2018

Beginn: 9.00 Uhr

Ende: Ca. 17.00 Uhr

Veranstaltungsort: Bistumshaus St. Otto Bamberg,
Heinrichsdamm 32, 96047 Bamberg

Leitung: Tamara Kieser, Vorstandsmitglied im Kolpingwerk
Diözesanverband und angehende Managerin für angewandte
Gesundheitswissenschaften

Zielgruppe: Ehrenamtliche im Kolpingwerk, die sich für ihre
Gesundheit interessieren und erfahren möchten, wie sie diese
selbstständig verbessern können.

Teilnahmegebühr: 21,00 Euro.

Die Preise beinhalten Seminarleitung, Mittagessen und
Nachmittagskaffee

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung für die
Praxiseinheiten

Anmeldung ab sofort, spätestens bis 15.07.2018

GESUNDHEITSSCHULUNG FÜR EHRENAMTLICHE

„Die eigene Gesundheit
nachhaltig stärken“