



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

EINLADUNG

ALLEINERZIEHEND – ZEIT FÜR MICH

**WORMS
OKTOBER
2020**

Mit 100 Bällen gleichzeitig zu jonglieren – so fühlt es sich an, Alleinerziehend zu sein. Eine große Aufgabe, die Sie sicherlich jeden Tag fordert. Gut, wenn es dabei auch Momente der Entlastung geben kann.

Kursleiterin und Autorin Melanie Oehl zeigt Ihnen in diesem zweizügigen Kurzworkshop, wie Sie den Stress im Alltag reduzieren, selbst bei Kräften bleiben und Ihre persönlichen Stärken noch mehr ausnutzen können.

KURSTERMINE:

8. und 29. Oktober 2020

jeweils donnerstags von 10.00 bis 12.00 Uhr

Beide Termine können unabhängig voneinander besucht werden.
Eine Voranmeldung ist aufgrund der Hygienerichtlinien notwendig.

ANMELDUNG UNTER:

Jonas Nell, Mitarbeiter ESF-Bundesprogramm BIWAQ

E-Mail: biwaq@worms.de

Telefon: 06241 8535006

ORT:

Seniorenbegegnungsstätte Kleine Weide

Kleine Weide 1

67547 Worms

(Eingang über den Hof Seite Große Weide)

**ALLE ANGBOTE
SIND FÜR SIE
FREIWILLIG UND
KOSTENFREI!**

jobcenter  

 **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit Worms

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V


Spitzenverband


AOK
Die Gesundheitskasse


BKK
Dachverband


IKK

 SVLFG
sicher & gesund aus jeder Hand

 KNAPPSCHAFT
für meine Gesundheit!


vdek
Die Ersatzklassen