

# Aktivangebote



Wann?	Was? / Wer?	Wo?
ab 09:30 Uhr	Gesund Essen & Trinken	EG
ab 10:00 Uhr	Kreative Freizeitgestaltung	Kreativwerkstatt 2. OG
10:00 – 10:45 Uhr	Entspannte Bewegung mit Tai Chi & Qi Gong	Gymnastikraum
11:00 – 11:45 Uhr	Yoga zum Kennenlernen	Gymnastikraum
12:00 – 12:30 Uhr	Gymnastikkurs 50 Plus	Gymnastikraum
13:00 – 13:45 Uhr	Entspannungstechniken	Gymnastikraum

## Sind Sie fit für den Job?

Wir finden das gemeinsam heraus!  
Nutzen Sie zahlreiche Angebote und Aktivitäten zur gesunden Lebensführung und zur Erhaltung Ihrer Gesundheit und Arbeitsfähigkeit!

### So finden Sie uns:



### Hinweis:



Am Soziokulturellen Zentrum befinden sich **keine** Parkplätze!

Bitte benutzen Sie die Stellplätze am Bürgerhaus Delitzsch oder umliegende Parkmöglichkeiten.

## Gesundheitstag

Fit für den Job



### Wann?

Mi., 07.10.2015  
(09:30 – 14:00 Uhr)

### Wo?



Kosebruchweg 14, 04509 Delitzsch

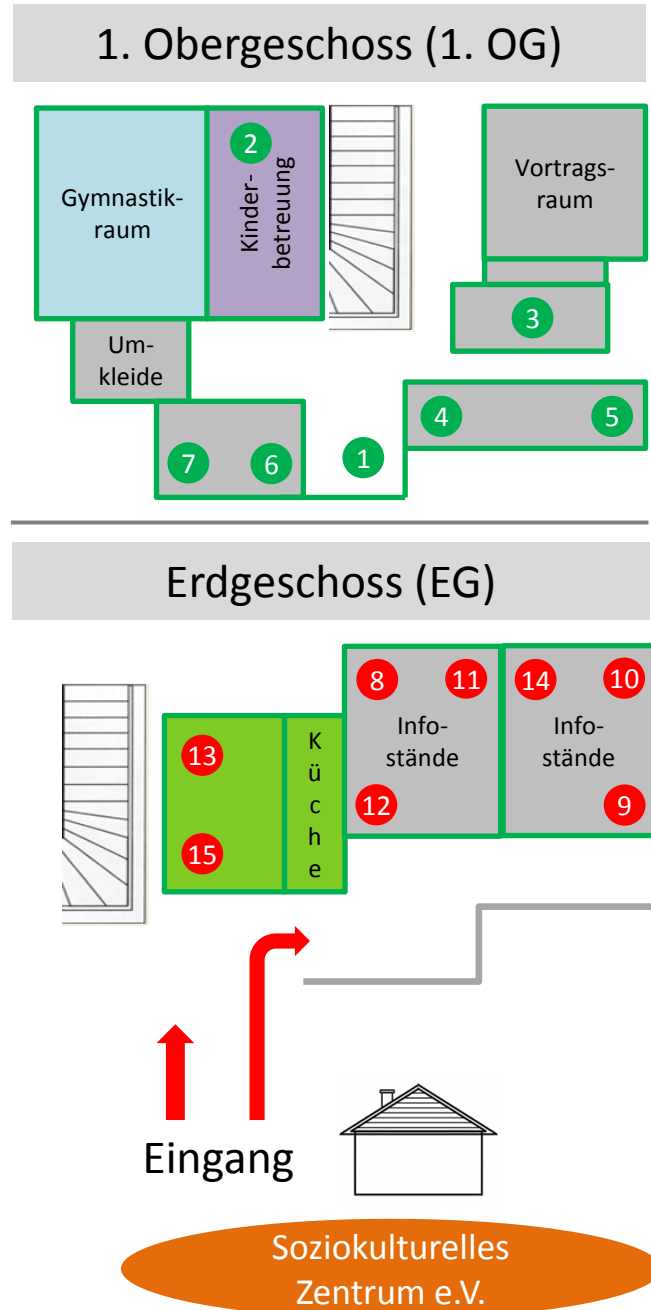
Machen Sie mit!

# Vortragsangebote

Wann?	Was? / Wer?	Wo?
10:00 – 11:45 Uhr	Vortrag „Preiswert und gesund durchs Jahr“	1. OG
11:00 – 11:20 Uhr	Vortrag „Gesunde Ernährung“	1. OG
11:20 – 12:00 Uhr	„Haushalts- und Budgetplanung“ für junge Erwachsene	1. OG
12:00 – 12:45 Uhr	Vortrag „Smoothie – schnell, einfach und gesund“	1. OG
13:00 – 13:45 Uhr	Vortrag „Kein Essen für den Müll“	1. OG



# Lageplan



# Ausstellerübersicht

## 1. Obergeschoss

- 1 Volkshochschule
- 2 Soziokulturelles Zentrum e.V.
- 3 Sächsische Landesvereinigung für Gesundheitsförderung (SLFG)
- 4 Koordinierungsstelle Alphabetisierung (koAlpha)
- 5 Wegweiser e.V.
- 6 Familien- und Schwangerenberatung AWO Delitzsch
- 7 Suchtberatung Delitzsch

## Erdgeschoss

- 8 Agentur für Arbeit Oschatz
- 9 AOK Plus, Delitzsch
- 10 Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland
- 11 Gesundheitsamt, Landratsamt Nordsachsen
- 12 Jobcenter Nordsachsen
- 13 Regionalinitiative Delitzsch e.V.
- 14 Verbraucherzentrale
- 15 Soziokulturelles Zentrum e.V.