

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

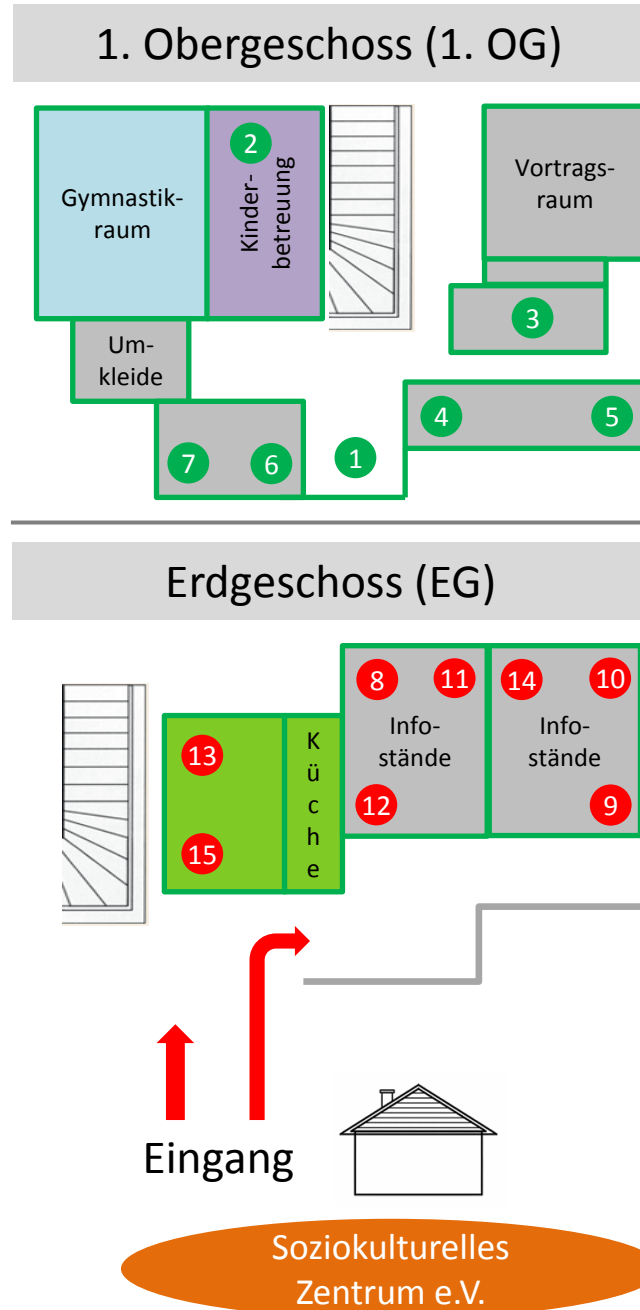
Machen Sie mit!

Vortragsangebote

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