

**Wie halte ich
mich selbst
gesund?**

6. Bleib Gesund Camp



Das BarCamp für Gesundheit,
Nachhaltigkeit und
Wohlbefinden



WANN?

Samstag 16.03.2019:
08:30 – 18:00 Uhr

Sonntag 17.03.2019:
08:30 – 16:15 Uhr

In einem offenen Austausch
und praktischen „Sessions“
lernen Sie voneinander die besten Methoden,
um etwas für Ihre Gesundheit zu tun.

Auch andere Themen rund um Ihr körperliches und
seelisches Wohlbefinden werden besprochen.

**Tun Sie etwas für sich und Ihre Gesundheit!
Nehmen Sie am BleibGesundCamp teil!**

WO?

vhs 
Volkshochschule
Esslingen am Neckar

Mettinger Str. 125
73728 Esslingen

Tickets

gibt es unter
www.bleibgesundcamp.de
(ab November 2018)



Kosten

Samstag:

Early Bird bis 31.12.2018: 25 €
(ermäßigt: 20 €)

Danach 30 EUR (ermäßigt: 25 €)

Sonntag:

Early Bird bis 31.12.2018: 20 €
(ermäßigt: 15 €)

Danach 25 EUR (ermäßigt: 20 €)

inkl. Frühstück, Mittagessen
und Getränke

Warum sollte ich teilnehmen?

- » Zahlreiche theoretische und praktische Inhalte. Es stehen Sporträume und Duschen zur Verfügung.
- » Lernen Sie viele spannende Themen kennen: z. B. gesunde Ernährung, Gesundheit am Arbeitsplatz, Umgang mit Krankheitsbildern und Behinderungen, Fitness-Apps.
- » Bringen Sie sich selbst mit Ihren Fragen und Themen ein! Sprechen Sie über die Themen, die Sie wirklich interessieren!
- » Eigenes Wissen weiterzugeben hilft Ihnen, dieses zu vertiefen und noch selbstverständlicher anzuwenden.



Fragen?

Zahlreiche Infos
auf der Homepage
www.bleibgesundcamp.de.
Bei weiteren Fragen an
fragen@bleibgesundcamp.de
wenden.

