

DIAKO Gesundheitsimpulse

>>Veranstaltungsprogramm 2023

Unser Angebot rund um Gesundheit, Prävention und Bewegung:

- Vorträge
- Kurse
- Seminare
- Arzt- und Patientenseminare

Darüber hinaus bieten wir zwei besondere Schwerpunkte an:

1. Gesundheitsberatung

Ernährung

- Vermeidung von Zivilisationskrankheiten durch vollwertige Ernährung
- Umstellung der Ernährung bei Übergewicht
- Altersvitalität durch vitalstoffreiche Ernährung

Bewegung

- Bewegung im Alltag kann auch Spaß machen
- Fit im Alter durch regelmäßige Bewegung
- Vorbeugung von Rückenschmerzen

Entspannung

- Gesundes Verhältnis zwischen An- und Entspannung
- Umgang mit belastenden Situationen
- Entspannung in den Alltag bringen

2. Pflege-Konsildienste

Beratung bezüglich Umgang und Auseinandersetzung mit Einschränkungen, die durch Krankheiten entstehen.

Elterngarten – Für Schwangere, Eltern und Kinder

Der Elterngarten ist ein Einrichtung der DIAKO Gesundheitsimpulse.

[Hier geht es zum DIAKO Elterngarten](#)

? auf die Merkliste

Adresse:

Gröpelinger Heerstraße 406 - 408
Seminarhaus im Park
28239 Bremen

Ansprechperson:

Heidrun Pundt, Saskia Hannappel

Telefon:

0421 6102 0

Fax:

0421 6102 3336

E-Mail-Adresse:

gesundheitsimpulse@diako-bremen.de

Internetadresse:

www.diakobremen.de/gesundheitsimpulse