

22. Gesundheitswoche „Gesund leben“



Di, 19. März
16.30 Uhr

Nordic Walking Schnupperkurs

Vertreiben Sie die Frühjahrs Müdigkeit und kommen Sie in Schwung. Kostenbeitrag: 5,00 €. Mit Anmeldung.

Di, 02. April
19.00 Uhr

Vortrag mit Dr. Klaus Welslau, Chefarzt des Marienhospitals Oelde

„Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien – wann ist eine Diät wirklich notwendig?“

„Abnehmen schon beim Kochen“ mit Küchenchef Kai-Uwe Moriz und Diätassistentin Anna Neugebauer. Kostenfrei! Bürgerhaus Oelde



Di, 02. April

„Sind Sie sauer?“

Termine mit dem Mineralstoffexperten Matthias Haufe

Do, 04. April

Ihr persönlicher Gesundheits-Check!

Messung Ihrer individuellen Radikalbelastung.

Kostenbeitrag: 9,50 €

Bitte reservieren Sie einen Termin für Ihre Beratung!

Sa, 06. April
11 – 14 Uhr

Der Gesundheitswert des Waldes

Tauchen Sie ein in die wohltuende Waldatmosphäre, stärken Sie Ihr Immunsystem und genießen Sie die positiven Wirkungen des Waldes für Körper, Geist und Gesundheit.

Kostenbeitrag: 15,00 €. Mit Anmeldung.



Baumsachverständiger
Klaus Heidel