



Einladung

Zeit für Gesundheit – Zeit für Sie

Neues mitnehmen, Kraft schöpfen, die Gesundheit stärken

Kommen Sie vorbei, machen Sie mit – ganz ohne Verpflichtung.
Die Angebote sind kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Jeweils dienstags von 10.00 bis 11.30 Uhr

28. April 2026	Da bin ich intolerant! – Umgang mit Allergien und Intoleranzen im Alltag
26. Mai 2026	Bewegung im Alltag stärken – aktiv und motiviert durchstarten
30. Juni 2026	Resilienz als inneres Schutzschild
28. Juli 2026	Gesunder Schlaf trotz Sorgen – Erholung fördern
25. August 2026	Ziele setzen – dranbleiben im Alltag
29. September 2026	Männergesundheit: vorbeugend kochen und essen
27. Oktober 2026	Wintermonate: Depressionen und unser Mikrobiom

Wo?

Agentur für Arbeit
Berufsinformationszentrum (BIZ)
Johannes-Kopp-Straße 2, 76829 Landau

Fragen?

Melden Sie sich gerne bei Selina Benoist (sbenoist@lzg-rlp.de oder 06131 20269-763) oder direkt im Berufsinformationszentrum (06341 958-222)

Weitere Angebote finden Sie unter:
www.agfrlp.de/landau



teamw()rk
für Gesundheit und Arbeit

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

