

Pressestelle, Montag, 12. September 2011

Seminar für Mädchen "Body & Soul"

Gesundheit, Körper und Schönheit – darum geht es beim Mädchenseminar, das das Jugendbildungswerk des Kreises Offenbach in Kooperation mit der Jugendpflege der Stadt Mühlheim anbietet. Eingeladen sind interessierte Mädchen ab 14 Jahren, vor allem aus Mühlheim.

Unter dem Motto „Body & Soul“ stehen die verschiedenen Bereiche von Gesundheit, wie z.B. Ernährung, Fitness, Schönheit, Entspannung und sich wohlfühlen im Mittelpunkt.

Es gibt viele Infos, z.B. auch zu Essstörungen, Schönheitsideale werden hinterfragt, es gibt Tipps und neue Erfahrungen. Vor allem werden die Teilnehmerinnen auch selbst aktiv sein können, z.B. beim gemeinsamen Kochen. Natürlich geht es auch um die Fragen „Was bedeutet Gesundheit für mich persönlich und was ist mir daran wichtig?“ sowie „Wie können wir in unserem Alltag die Gesundheit fördern?“.

Das Seminar findet am 23. und 30. September sowie am 7. Oktober 2011, jeweils von 15.00 Uhr bis 18.30 Uhr, im Jugendzentrum in Mühlheim statt.

Anmeldeschluss ist am 20. September 2011.

Die Teilnehmergebühr beträgt 5,- Euro für das gesamte Seminar.

Wer Interesse hat oder mehr wissen möchte meldet sich bitte bei Rita Jacoby im Kreisjugendbildungswerk, Tel. 06074/81805445 (E-Mail: r.jacoby@kreis-offenbach.de) oder bei Susanna Northmann, Jugendpflege der Stadt Mühlheim, Tel. 06108/76915 E-Mail: Jugendpflege@stadt-muehlheim.de