



St. Antonius Vorhelm



Vorhelm, den 22.01.2019

Die KAB lädt zu folgenden Veranstaltungen ein:

**Montag (11.Februar) 20.00 Uhr im Pfarrzentrum –
Thema: Rückenprobleme**

Bei immer mehr Menschen, unabhängig vom Alter, stellen sich Rückenprobleme ein. Deshalb haben wir uns in diesem Jahr beim „Gesundheitsthema“ für das Thema Rückenprobleme entschieden.

Wie kann man Rückenprobleme vorbeugen? Welche Möglichkeiten gibt es, wenn sich Schmerzen im Rückenbereich einstellen? Wann muss man spätestens bei Rückenschmerzen professionelle Hilfe (Physiotherapeuten, Ärzte) in Anspruch nehmen?

Zu all diesen Fragen hören wir den Rat der Physiotherapeutin Marion Vajes.

**Mittwoch (20.Februar) 18.00 Uhr im Pfarrzentrum -
Kochkurs für Frauen**

„Kochtreff für Frauen“ mit der Oecotrophologin Maria Bühlhoff.

Das Motto für den Kochtreff ist: Winterliches Menü.

Die Teilnehmer bekommen wertvolle Tipps zum Thema Kochen.

Anmeldungen und nähere Informationen bei Maria Bühlhoff - Telef. 379638

*Mit freundlichen Grüßen
die KAB St Antonius*