



AgendaGruppe **Interkulturelles Zusammenleben** in Liesing'in **Verein Dialog** ve **Verein Miteinander** ile ortaklaşa düzenlediği etkinlikler dizisi

GÜNLÜK YAŞAMDA SAĞLIK – 3 Geniş Kapsamlı Seminer

15 Haziran 2012, Cuma

Globaler Hof, Antonbaumgartnerstrasse 127, Veranstaltungsraum, 1. Stock, 23. Bezirk / U6 Alterlaa yakınında.

Sağlık konulu etkinlikler dizisi Almanca ve Türkçe dillerinde yapılacaktır

- 1.Bölüm: 14:00 – 18:00 Alışveriş ve Yemek Pişirme. Beslenme Uzmanı **Pakize Seren** ile Sağlıklı Beslenme
- 2.Bölüm: 14:00 – 18:00 Sporbilimci **Hüseyin Genç** İle Rahatlama ve Bedensel Hareketler
- 3.Bölüm: 18:30 – 20:30 İnteraktif Akşam: Beslenme Alışkanlıklarımızı Değiştirme, Günlük Yaşamda Hareket ve Burn-Out (Psikolojik Yıpranma) Üzerine **Brigitte Krupitza, Pakize Seren** ve **Hüseyin Genç** İle Sorunlara Değınme Ve Tedbirler

İlk iki etkinlik aynı zamanda başlayacaktır. Tüm katılımcıları ve ilgili kişileri beraberce etkileşimli bir akşam geçirmeye davet ediyoruz. **Etkinliklere katılım ücretsizdir.** Çocuk bakımı Katılımcı kapasitesi sınırlı olduğundan, lütfen en geç **13 Haziran 2012** tarihine kadar katılmak istediğıniz seminer ve akşam gerçekleştirilecek olan etkinlik için aşağıdaki adrese **kayıt** yaptırınız. Ayrıca çocuk bakımı imkânı da sunmaktayız; ihtiyaç duyacak olursanız **kayıt sırasında** bildiriniz.
Agendabüro Liesing: E-Mail: buero@agenda-wien23.at | Telefon: + 43 1 944 28 06



Eine Veranstaltungsreihe der **AgendaGruppe Interkulturelles Zusammenleben** in Liesing
in Kooperation mit dem **Verein Dialog** und dem **Verein Miteinander**

GESUNDHEIT IM ALLTAG – jetzt in der attraktiven Dreierpackung

Freitag 15.6.2012 von 14:00 – 20:30 Uhr

Globaler Hof, Anton Baumgartnerstraße 127 | Veranstaltungsraum 1. Stock, 23. Bezirk | Nähe U6 Alterlaa

Die Veranstaltungsreihe zum Thema „gesunde Ernährung und Bewegung“ findet in deutscher und türkischer Sprache statt.

Teil 1: 14:00 – 18:00 Uhr Shoppen und Kochen. Gesunde Ernährung mit der Ernährungsberaterin **Pakize Seren**

Teil 2: 14:00 – 18:00 Uhr Entspannung und Bewegung mit dem Sportwissenschaftler **Hüseyin Genç**

Teil 3: 18:30 – 20:30 Uhr Interaktiver Abend über Ernährungsumstellung, Bewegung im Alltag und Burnout – Prävention
mit **Brigitte Krupitza, Pakize Seren und Hüseyin Genç**

Die beiden Workshops finden parallel statt. Wir laden alle WorkshopteilnehmerInnen und Interessierte zu einer „Interaktiven Abendveranstaltung“ ein. Die Veranstaltungsreihe **GESUNDHEIT IM ALLTAG – jetzt in der attraktiven Dreierpackung** ist **kostenlos**. Wir bitten um rasche **Anmeldung**, da die Plätze für die Workshops begrenzt sind.

Wir bieten auf Anfrage auch eine Kinderbetreuung an. **Die Anmeldung ist bis zum 13.6.2012 möglich.**

Agendabüro Liesing: E-Mail: buero@agenda-wien23.at | Tel: +43 1 9442806