

Sind
Sie fit?



Gesundheitsbildung an der vhs

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind wichtig – beruflich und privat!

vhs-Gesundheitsbildung

- bietet jede Menge Vielfalt rund um einen gesunden Lebensstil: Bewegung – Entspannung – Essen und Trinken – Wissen rund um die Gesundheit...
- stärkt das Vertrauen in die eigenen Kompetenzen und Ressourcen
- ermöglicht Lernen mit allen Sinnen
- verbindet körperliche, psychische, soziale und ökologische Faktoren
- berücksichtigt die Bedürfnisse der Teilnehmenden.

Jährlich besuchen über 110.000 Menschen rund 9.500 Kurse zur Gesundheitsbildung an Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz.



Die vhs. Da ist was dran.