

Die VHS lädt ein zum Projekt



Das Projekt „Fit und aktiv“ in Porz unterstützt Kinder, Jugendliche und deren Familien, ihre gesundheitlichen Kompetenzen zu stärken und aktiv am gesellschaftlichen Leben in Porz teilzunehmen.

Sie wohnen in Porz-Ost, Finkenberg, Gremberghoven, Eil, Porz-Mitte, Urbach und leben in einer Bedarfsgemeinschaft, sind alleinerziehend oder sind unter 25 Jahren?

Sie haben Fragen oder wünschen eine allgemeine Beratung zu den Themen Gesundheit, Ernährung, Bewegung und Entspannung?

Telefonische Beratung

Jeden Montag von 13 - 15 Uhr

Jeden Mittwoch und Donnerstag von 10 - 12 Uhr

Ansprechpartnerin:

Frau Steinfeld

Raum 212

VHS im Bezirksrathaus Porz

Friedrich-Ebert-Ufer 64 - 70

51143 Köln

Tel. (0221) 221-32138

E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Wir bieten Ihnen

- offene und telefonische Beratung für Sie und Ihre Kinder
- Vorträge von Expertinnen und Experten
- Seminare zur Gesundheitsförderung
- Seminare zum Thema Ernährung
- Begleitung zu bestehenden Bewegungs- und Sportangeboten
- Ausflüge, Exkursionen
- Digitale Schulungen und Digitale Angebote zu den Themen Ernährung und Gesundheit
- Grundbildungsangebote zu Deutsch und Mathematik

Alle Angebote sind für Sie kostenlos!

Das Projekt ist im Sozialraum „Porz-Ost, Finkenberg, Gremberghoven und Eil“ Teil des Programms „Starke Veedel - Starkes Köln“

WIR GESTALTEN.



STARKE VEEDDEL – STARKES KÖLN

Es gelten die allgemeinen Corona-Schutz-Hygienebestimmungen

VHS im Bezirksrathaus Porz - Friedrich-Ebert-Ufer 64 - 70, 51143 Köln

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds



Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



weitere Informationen unter: www.vhs.koeln

