

Themen und Angebote

Gesundheit und Bewegung

"Auch im Alter fit für den Notfall - Senioren leisten Erste Hilfe"

Erste Hilfe auf dem neuesten Stand

Erste Hilfe zwischen Großeltern und Enkeln

Selbstverteidigung

Nordic Walking

Yoga

Gedächtnistraining

Progressive Muskelentspannung / Autogenes Training

Chi Gong

Tanzen

Entspannung durch Klangerlebnisse

Aromatherapie

Umgang mit Arzneimitteln

Naturheilkunde

Heilkunde nach Hildegard von Bingen

Senioren im Straßenverkehr

Neue Medien

PC

Tablet

Smartphone

Kunst, Kultur, Kreativität und Sprache

Aquarell Malerei und andere Zeichentechniken

Nähen

Schreibwerkstatt

Heimatgeschichte

Farb- und Stilberatung

Kommunikation & Streit- und Konflikttraining

Singen mit gesundheitsfördernder Wirkung

Reiseenglisch/Englisch für Anfänger und Senioren

Deutsch - Polnisch

Mundharmonika

Reiseberichte aus Norwegen, Island, Schottland, Malaysia, Südtirol

Nächste Seite Rund ums Recht § § §

Rund ums Recht

Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen

Senioren im Straßenverkehr

Kriminalitätsprävention

Dieser Themenkatalog ist nicht abschließend!

Sie haben eigene Wünsche? Rufen Sie uns an!

Einige Dozenten können die Veranstaltungen nur in bestimmten Regionen des

Landkreises Potsdam-Mittelmark anbieten. Bitte fragen Sie nach.

Frau Haferkamp: 03381 / 2099728

aktivsein-imalter@t-online.de