



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT



Simmern
28. April 2026

Foto: © SeventyFour / istock.com

Einladung

Fit in den Tag – Ohne Stress, mit Genuss!

Morgens muss es meistens schnell gehen. Doch ein gesundes Frühstück muss weder teuer noch aufwendig sein. Schon kleine Veränderungen helfen, wacher und konzentrierter durch den Tag zu kommen.

Wie das im Alltag gelingen kann, erfahren Sie in diesem Workshop.

Die Teilnahme ist kostenfrei! Kommen Sie vorbei und tun Sie sich etwas Gutes!

Termin

Dienstag, 28. April 2026 von 14.00 bis 16.00 Uhr

Ort

Café Friends
Kanowskystraße 1a
55469 Simmern

Sie haben Fragen?

Melden Sie sich gerne beim Caritasverband Rhein-Hunsrück-Nahe e.V. unter m.thomas@caritas-rhn.de oder 06761 9196-88.

Alle Angebote finden Sie auch unter:

www.agfrlp.de/rhk



teamw()rk
für Gesundheit und Arbeit

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

