

Entspannt in den Alltag

Neue Kurse im Gesundheitszentrum im Krankenhaus Düren

Düren. Im Gesundheitszentrum des Krankenhauses Düren beginnen wieder neue Kurse, um entspannt den Alltag zu meistern.

Autogenes Training findet immer mittwochs um 20 Uhr statt. Der Kursv „Entspannungstechniken und Regenerationstraining speziell für Brustkrebspatientinnen“ startet am Freitag, 16. September, um 16 Uhr. Das Kompakt-

seminar „Gelassen und sicher im Stress“ findet am Wochenende 24./25. September jeweils von 9.30 bis 17.30 Uhr statt. „Burn Out - Vorbeugen ist besser als behandeln“ ist der Titel des Kurses, der am Dienstag, 4. Oktober, beginnt.

Infos und Anmeldungen: Tel.: 02421/301122 oder per E-Mail an: Gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren.de (red)