

# **Kinder-Uni in Bönen Thema: Wie erhole ich mich richtig?**

Den Kopf ausschalten und mal „alle Fünf gerade sein lassen“. Entspannung und Erholung sind wichtig für Körper und Geist. Antworten und Tipps rund um das Thema Erholung gibt es am Freitag, 28. September in Bönen bei der nächsten Kinder-Uni-Vorlesung.

Prof. Dr. Carmen Binnewies von der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster steht dann den Jungstudenten zum Thema: „Pause für Kopf und Körper | Wie erhole ich mich im Urlaub“ Rede und Antwort. Die Vorlesung findet in der Goetheschule Bönen an der Wolfgang-Fräger-Straße 1 Ecke Oststraße in Bönen statt. Die Vorlesung beginnt um 17 Uhr.

## **Die Herbstferien kommen**

Und die Informationen kommen gerade recht: Schließlich dauert es nicht mehr lange bis zu den Herbstferien. Perfekt also, um die Tipps von Prof. Dr. Carmen Binnewies auch anzuwenden. Die Vorlesung am 28. September der Psychologin für eine entspannte Auszeit dauert etwa eine Stunde. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht nötig. PK | PKU

## **Zum Hintergrund:**

Veranstaltet wird die Kinder-Uni, ein Projekt des 2006 von Landrat Michael Makiolla initiierten „Zukunftsdialog Kreis Unna“ und Teil seiner Bildungsoffensive, vom Kreis Unna in Kooperation mit den Hochschulen der Region. Unter dem Motto: „Wissen macht Spaß!“ lösen Wissenschaftler von „echten“ Universitäten mit den jungen Hörerinnen und Hörern einige Rätsel dieser Welt.