



AKTIONSTAG IN EIMSBÜTTEL

GESUNDHEIT ZWISCHEN INFO UND AKTION

BERATUNG | SUCHTPRÄVENTION | GESUNDHEITS-CHECK-UPS | BEWEGUNG

Dienstag, 15.07.2025 | 9.30 – 15.30 Uhr | Hoheluftchaussee 153, 20253 Hamburg

Wir laden Sie herzlich ein, vorbeizukommen, sich zu informieren und mitzumachen!

BERATUNG

Impulse und Infos – die hamburger arbeit stellt sich vor!

SUCHTPRÄVENTION

- Testen Sie in einem Quiz Ihr Wissen zu Alkoholmythen
- Erproben Sie sich im Rauschbrillen-Parcours
- Erfahren Sie, wie Sie Suchtgefahren frühzeitig erkennen und wirksam bewältigen können

GESUNDHEITS-CHECK-UPS

Unsere Experten messen bei Ihnen:

- Die Maximalkraft Ihrer Finger- und Handmuskulatur
- Ihre aktuelle Stressbelastung sowie Ihre Anpassungsfähigkeit an Stresssituationen

BEWEGUNG

Lernen Sie unter professioneller Anleitung verschiedene Arten des Walkings kennen!

Weitere Informationen und Anmeldung:

Gesundheitsberatung Eimsbüttel

Heike Adams: 040 42868 4468

Barbara Schröer: 040 42868 4469

GESUNDHEITSBERATUNG

Wir bieten Beratung und Coaching zu Gesundheitsfragen. Unsere Angebote richten sich an Menschen ohne Arbeit oder mit geringem Einkommen. Sie sind daher kostenfrei.

☎ 040 4286844 70

✉ gesundheitsberatung@hamburger-arbeit.de

🌐 www.hamburger-arbeit.de

