Gesundheitsberatung

hamburger arbeit
... für soziale Perspektiven

GESUNDE ADVENTSZEIT – DIGITALER ADVENTSKALENDER

Eine tägliche Überraschung vom 01.– 24. Dezember 2026

Die Tage werden kürzer, der Alltag voller – und doch ist genau jetzt die Zeit, in der wir uns besonders gut um uns selbst kümmern sollten. In der Zeit vom 01. bis zum 24. Dezember möchten wir Sie einladen, innezuhalten. Jeden Tag können Sie ein neues Türchen mit einem kleinen Impuls zu gesunden Rezepten, kurzen Bewegungsübungen, Tipps für guten Schlaf öffnen.

Nehmen Sie sich jeden Tag einen kurzen Moment für eins der **24 Türchen voller Wohlbefinden!**

Der Zugang zum Adventskalender erfolgt ab dem 01. Dezember 2026 über den QR-Code

Passwort:
advent-hamburger-arbeit26!



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

teamwork für Gesundheit und Arbeit

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT
Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.
Hamburg | Sozialbehörde
Bundesagentur für Arbeit Agentur für Arbeit Hamburg
jobcenter team.arbeit.hamburg