Gesundheitsberatung

hamburger arbeit
... für soziale Perspektiven

Gesundheitskurs:
„Resilienz stärken“
04. November – 02. Dezember 2027

Entdecken Sie Ihre eigenen Potenziale und Stärken, um im Alltag widerstandsfähiger zu werden. Durch das Erlernen von Akzeptanz und das aktive Übernehmen von Verantwortung stärken Sie Ihre psychische Stabilität nachhaltig. Praktische Übungen helfen Ihnen dabei Ihre eigene Lebenswelt positiver zu gestalten.

Kursrahmen:

Start:	**Donnerstag, 04. November 2027, 10.00 Uhr**
Dauer:	04. November – 02. Dezember 2027
	dienstags und donnerstags, 10.00 – 12.00 Uhr
Durchführung:	9 Module á 2 Stunden
Veranstaltungsort:	**Gesundheitsberatung Eilbek**
	Hammer Steindamm 44, 22089 Hamburg
Gruppe:	max. 15 Teilnehmer/innen

Weitere Informationen und Anmeldung:

Gesundheitsberatung Eilbek
Hammer Steindamm 44, 22089 Hamburg
040 42868 44 -61
040 42868 44 -62

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

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