Gesundheitsberatung

hamburger arbeit
... für soziale Perspektiven

Gesundheitskurse im 1. Halbjahr 2024

Nr.	Gesundheitskurs	Gesundheitsberatung	Zeitraum	Kontakt
1.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	**Eimsbüttel** Hoheluftchaussee 153 20253 Hamburg	17.01. – 14.02.	040 42868 44 -68/-69
2.	Gemeinsam Stärken stärken	**Harburg** Bremer Straße 27-29 21073 Hamburg	16.01. – 20.02.	040 42868 44 -66/-67
3.	In der Ruhe liegt die Kraft – den Alltag gestärkt und entspannt leben	**Billstedt** Billstedter Hauptstraße 60 22111 Hamburg	05.02. – 04.03.	040 42868 44 -64/-65
4.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	**Eilbek** Hammer Steindamm 44 22089 Hamburg	13.02. – 12.03.	040 42868 44 -61/-62
5.	Ernährungs-Know-How In 9 Schritten zur Ernährungskompetenz	**Eimsbüttel** Hoheluftchaussee 153 20253 Hamburg	16.02. – 15.03.	040 42868 44 -68/-69
6.	Gesundheit und Kompetenz – Was hat das mit mir zu tun?	**Harburg** Bremer Straße 27-29 21073 Hamburg	02.04. – 30.04.	040 42868 44 -66/-67
7.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	**Billstedt** Billstedter Hauptstraße 60 22111 Hamburg	02.04. – 30.04.	040 42868 44 -64/-65
8.	Ernährungs-Know-How In 9 Schritten zur Ernährungskompetenz	**Eilbek** Hammer Steindamm 44 22089 Hamburg	09.04. – 07.05.	040 42868 44 -61/-62
9.	Leicht in den Sommer – Ernährungsumstellung	**Billstedt** Billstedter Hauptstraße 60 22111 Hamburg	08.05. – 03.07.	040 42868 44 -64/-65
10.	App in die Bewegung! Mit smarten Ideen in Aktivität finden	**Eilbek** Hammer Steindamm 44 22089 Hamburg	28.05. – 25.06.	040 42868 44 -61/-62
11.	Raus aus der Bude, rein in die Bewegung	**Harburg** Bremer Straße 27-29 21073 Hamburg	30.05. – 27.06.	040 42868 44 -66/-67
12.	Mehr Gelassenheit im Alltag? Das schaffe ich!	**Eimsbüttel** Hoheluftchaussee 153 20253 Hamburg	05.06. – 03.07.	040 42868 44 -68/-69

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
jobcenter team.arbeit.hamburg