



Gesundheitskurse im 2. Halbjahr 2024

Nr.	Gesundheitskurs	Gesundheitsberatung	Zeitraum	Kontakt
1.	Power Walking	Eimsbüttel Hoheluftchaussee 153 20253 Hamburg	30.08. – 27.09. Freitag + Montag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -68/-69
2.	Ernährungs-Know-How In 9 Schritten zur Ernärungskompetenz	Harburg Bremer Straße 27-29 21073 Hamburg	09.09. – 10.10. Montag + Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -66/-67
3.	Einführung in Yoga	Eilbek Hammer Steindamm 44 22089 Hamburg	17.09. – 15.10. Dienstag + Freitag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -61/-62
4.	Bewegung und Ernährung	Billstedt Billstedter Hauptstraße 60 22111 Hamburg	07.10. – 04.11. Montag + Freitag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -64/-65
5.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	Harburg Bremer Straße 27-29 21073 Hamburg	15.10. – 15.11. Dienstag + Freitag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -66/-67
6.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	Billstedt Billstedter Hauptstraße 60 22111 Hamburg	05.11. – 03.12. Dienstag + Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -64/-65
7.	Und keiner kann's glauben – Stressfaktor Arbeitslosigkeit	Eilbek Hammer Steindamm 44 22089 Hamburg	05.11. – 03.12. Dienstag + Freitag 10.00 – 12.00 Uhr	040 42868 44 -61/-62
8.	Einführung in Yoga	Eimsbüttel Hoheluftchaussee 153 20253 Hamburg	06.11. – 04.12. Mittwoch + Freitag 10.00 – 12.00 Uhr	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

