

- ❖ Sie möchten Ideen, welche Gesundheitsangebote etwas für Sie wären?
- ❖ Sie haben selbst eine Idee, wie Sie Ihre Gesundheit verbessern möchten – wissen aber nicht wie?
- ❖ In Melsungen ist nicht das passende Angebot für Sie dabei?

**Sprechen Sie  
Ihre Gesundheitslotsin an!**

Gemeinsam finden Sie das richtige Angebot und erhalten so die Unterstützung, die Sie benötigen.



BILD 3

## DORT SIND WIR ZU ERREICHEN:

### JOBCENTER

Schwarzenberger Weg 31  
34212 Melsungen

### PSZ

Rotenburger Str. 14  
34212 Melsungen

### GSM

Brückenstraße 9  
34212 Melsungen

### KREISHANDWERKERSCHAFT

Rudolf-Harbig-Straße 6  
34576 Homberg

Projektleitung

Herr Schnücker

✉ [Andreas.Schnuecker2@jobcenter-ge.de](mailto:Andreas.Schnuecker2@jobcenter-ge.de)

☎ 05681 9367-17

Bildnachweise: Adobe Stock  
BILD 1 – Kevin Carden  
BILD 2 – Krakenimages.com  
BILD 3 – Julien Bastide

Stand: Oktober 2022

in Kooperation mit



BILD 1

**Auszeit  
für  
Gesundheit  
Melsungen**

## Regionales Kooperationsprojekt für Menschen im SGB-II-Bezug

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



BILD 2

## Ihre Gesundheitslotsin im Projekt „Auszeit für Gesundheit“



**Frau Heinemann**

☎ 05661 9291-55

✉ [ursula.heinemann@jobcenter-ge.de](mailto:ursula.heinemann@jobcenter-ge.de)

### Mehr erfahren?

... einfach den QR-Code scannen!



## Unsere Angebote in Melsungen – Oktober bis Dezember 2022 –

### MONTAGS

10.30 – 11.30 Uhr	Yoga & Co – wieder Freude an Bewegung	GSM
11.00 – 13.00 Uhr	Café Auszeit – jeden 1. Montag im Monat	GSM JC
12.00 – 13.30 Uhr	Offene Runde	GSM
14.00 – 16.00 Uhr	Ernährungsangebot: „Locker, lecker, leicht“	PSZ

### DIENSTAGS

11.00 – 12.30 Uhr	Gemeinsam sind wir Stark!	PSZ
13.00 – 14.30 Uhr	„Walk & Talk“ – Melsungen entdecken	GSM

### MITTWOCHS

10.30 – 12.00 Uhr	Entspannung – Von Basteln bis zu Meditieren	GSM
12.30 – 14.00 Uhr	Bewegungsangebot	GSM

### DONNERSTAGS

10.00 – 11.30 Uhr	Entspannte Bewegung mit Tai Chi	PSZ
12.30 – 14.00 Uhr	Perspektivwechsel	GSM
14.30 – 16.00 Uhr	Kommunikation	GSM

### FREITAGS

10.30 – 13.30 Uhr | Kreativkreis | GSM

## Weitere Partner

### im Projekt „Auszeit für Gesundheit“



### Frau Jung

☎ 05661-92869-12

✉ [hella.jung@psz-sen.de](mailto:hella.jung@psz-sen.de)

### Frau Walther

☎ 01590 5071575

✉ [svenja.walther@psz-sen.de](mailto:svenja.walther@psz-sen.de)

Psychosoziale Beratung täglich nach Terminvereinbarung möglich.



### Frau Prackwieser

☎ 01522 7661047

✉ [m.prackwieser@mein-gsm.de](mailto:m.prackwieser@mein-gsm.de)



Kreishandwerkerschaft Schwalm-Eder

verstehen • bündeln • handeln

### Herr Franz

☎ 0176 557 475 92

✉ [richard.franz@handwerk-schwalm-eder.de](mailto:richard.franz@handwerk-schwalm-eder.de)