

Sie möchten Ideen, welche Gesundheitsangebote etwas für Sie wären? Eine Übersicht der aktuell im Rahmen des Projektes „Auszeit für Gesundheit“ stattfindenden gesundheitsfördernden Angebote sind diesem Flyer zu entnehmen.

Sie haben selbst eine Idee, was Sie gerne machen möchten um ihre Gesundheit zu verbessern, aber wissen nicht wie?

Sprechen Sie Ihre Gesundheitslotsin / Ihren Gesundheitslotsen an. Gemeinsam finden sie das richtige Angebot und erhalten die Unterstützung, die Sie benötigen.

Unser Programm

April bis Juni
2022

PROJEKT „AUSZEIT FÜR GESUNDHEIT“

SIE HABEN WEITERE FRAGEN ZUM PROJEKT AUSZEIT FÜR GESUNDHEIT (AZFG)

So erreichen Sie uns an den Standorten des
Jobcenters Schwalm-Eder:

- **Fritzlar**
Frau Arnold
☎ 05622 9899-89
- Frau Schneider
☎ 05622 9899-45
- **Homberg**
Frau Stracko
☎ 05681 9367-36
- **Melsungen**
Frau Heinemann
☎ 05661 9291-55
- **Schwalmstadt**
Frau Dabitz
☎ 06691 8068-228

PROJEKTVERANTWORTLICHER IM JOBCENTER SCHWALM-EDER:

Herr Schnücker
☎ 05681 9367-17

Bildnachweis: Adobe Stock
Bild 1 Kevin Carden
Bild 2 Krakenimages.com
Bild 3 Julien Bastide

Stand 15.02.2022

In Kooperation mit:



Regionales Kooperationsprojekt für Menschen im SGB II – Bezug

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



BILD 1

Auszeit
für
Gesundheit
Melsungen



BILD 3



BILD 2

Ihre Partner im Projekt Auszeit für Gesundheit

JOBCENTER SCHWALM-EDER

Frau Heinemann

☎ 0 56 61 92 91 - 55

✉ Ursula.Heinemann@jobcenter-ge.de

KREISHANDWERKERSCHAFT SCHWALM-EDER

Frau Jäckel

☎ 0 56 81 98 81 - 35

✉ Heike.Jaeckel@handwerk-schwalm-eder.de



Melungen

MONTAGS

10:30 – 12:00 Uhr – Yoga & Co – wieder Freude an Bewegung (GSM)

11:00 – 13:00 Uhr – Café Auszeit – jeden 1. Montag im Monat (GSM, Jobcenter)

14:00 – 15:30 Uhr – Ernährungsangebot: „Locker, lecker, leicht“ (PSZ)

DIENSTAGS

11:00 – 12:30 Uhr – Stressbewältigung „ENERGIEquellen aufSPÜREN“ (PSZ)

13:30 – 15:00 Uhr – „Walk & Talk“ – Melungen entdecken (GSM)

MITTWOCH

10:30 – 12:00 Uhr – Menschsein:Verbundensein (GSM)

12:30 – 14:00 Uhr – Easy Moving – Mit Schwung in Bewegung (GSM)

DONNERSTAGS

10:00 – 11:30 Uhr – Entspannte Bewegung mit Tai Chi (PSZ)

12:30 – 14:00 Uhr – Perspektivwechsel (GSM)

FREITAGS

10:30 – 12:00 Uhr – Wundergarten (GSM)

12:30 – 14:00 Uhr – „Test your Brain“ – Spielenachmittag (GSM)

Ihre Partner im Projekt Auszeit für Gesundheit

Gerne können Sie auch die Angebote an den Standorten Fritzlar, Homberg, oder Schwalmstadt wahrnehmen. Sprechen Sie uns einfach an!

PSYCHOSOZIALES ZENTRUM SCHWALM-EDER NORD GMBH



Psychosoziales Zentrum
Schwalm-Eder-Nord gGmbH
Fritzlar - Homberg (Efze) - Melungen

Frau Jung

☎ 05661-92869-12

✉ hella.jung@psz-sen.de

Frau Walther

☎ 05661-92869-15

✉ svenja.walther@psz-sen.de

GSM TRAINING & INTEGRATION GMBH

Frau Prackwieser

☎ 0152 7661047

✉ m.prackwieser@gsm-group.de



Direktlink zur Projektseite mit weiteren Infos, Flyern und den Programmen aller Standorte.