Weitere Informationen

- **IHRE GESUNDHEIT IST UNS WICHTIG!**
  Wir treffen alle nötigen Vorsichtsmaßnahmen zum Schutz vor einer COVID-19-Infektion.
- Die Angebote werden von den gesetzlichen Krankenkassen oder anderen Einrichtungen finanziert.
- Sie dürfen an mehreren Angeboten teilnehmen.
- Egal bei welcher Krankenkasse Sie versichert sind, dürfen Sie als Arbeitssuchende(r) mitmachen.
- Die Kurse finden i. d. R. nicht in den Ferien statt.
- Wussten Sie schon? Mit Leistungen zur Gesundheitsvorsorge können Sie ggf. bei Ihrer Krankenkasse punkten. Informieren Sie sich über das Bonus- bzw. Prämienprogramm Ihrer Krankenkasse.
- Weitere Onlinekurse und alle aktuellen Flyer unter www.arbeitsagentur.de/vor-ort/nagold-pforzheim/gesundheitsfoerderung

Haben Sie Fragen?

Wenden Sie sich gerne an Ihre Arbeitsvermittlung.

Datenschutzhinweis:

Unsere Kursleiter benötigen zur Kursanmeldung einige persönliche Angaben von Ihnen, wie Name, Telefonnummer, E-Mail-Adresse. Die Daten werden zur Erfüllung unserer Aufgaben nach § 20 SGB V Primäre Prävention und Gesundheitsförderung zur Teilnahme an den Gesundheitsangeboten erhoben, unter Beachtung der Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) verarbeitet und nach Kursende gelöscht.

Projektpartner:

Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit
Nagold – Pforzheim
bringt weiter.

jobcenter Landkreis Calw

Achte auf Dich – es gibt Dich nur ein Mal

Mit unseren kostenfreien Gesundheitsangeboten können Sie etwas für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit tun – Nutzen Sie die Möglichkeit und machen Sie mit!

GKV-Bündnis für Gesundheit – Infotext:

Das GKV-Bündnis für Gesundheit ist eine gemeinsame Initiative der gesetzlichen Krankenkassen zur Weiterentwicklung und Umsetzung von Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten. Das Bündnis fördert dabei u. a. Strukturaufbau und Vernetzungsprozesse, die Entwicklung und Erprobung gesundheitsfördernder Konzepte, insbesondere für sozial und gesundheitlich benachteiligte Zielgruppen, sowie Maßnahmen zur Qualitätssicherung und wissenschaftlichen Evaluation. Der GKV-Spitzenverband hat gemäß § 20a Abs. 3 und 4 SGB V die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung damit beauftragt, die Aufgaben des GKV-Bündnisses für Gesundheit mit Mitteln der Krankenkassen umzusetzen.

www.gkv-buendnis.de

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

GKV Spitzenverband | AOK Die Gesundheitskasse. | BKK | IKK | SVLFG | Knappschaft | vdek Die Ersatzkassen

GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gesundheitsangebote in Calw

im Spätjahr 2022

für Kundinnen und Kunden
der Agentur für Arbeit
und des Jobcenters

Teilnahme kostenfrei

Jetzt anmelden!
Begrenzte Teilnehmerplätze

Inneres Wohlbefinden

Lernen Sie, wie Sie Stresssituationen besser bewältigen können und verbessern Sie Ihre innere Balance!

Vor-Ort

Entspannt und positiv durch den Tag

Termine: mittwochs, 28.09. – 23.11.2022
15:00 – 16:00 Uhr, 8 Termine

Adresse: AOK Gesundheitszentrum
Bischofstraße 5, 75365 Calw

Anmeldung: Living Namasté, Stichwort „Calw“
Tel.: 07441/529 093 8
info@happiness-studies.de

Online

Entspannt und positiv durch den Tag

Bequeme Kleidung, ggf. eine Matte, falls vorhanden. Lernen Sie praktisch und theoretisch, wie Sie Stresssituationen besser bewältigen können.

Termine:

Kurs A: montags, 26.09. – 21.11.2022
09:00 – 10:00 Uhr

Kurs B: montags, 26.09. – 21.11.2022
10:30 – 11:30 Uhr

Kurs C: donnerstags, 29.09. – 24.11.2022
20:30 – 21:30 Uhr

Info: jeweils 8 Kurstermine, erster Kurstermin jeweils 15 Min. früher

Anmeldung: info@happiness-studies.de
oder Tel.: 07441/529 093 8

www.go.das-gluecksportal.de/inneres-wohlbefinden/

Bewegung

Wandertipp: Erholung für Körper und Geist

Kultur in der Natur auf dem Waldpfad Calw

Bei dieser Wanderung erfahren Sie, was sich im Calwer Stadtwald in der Vergangenheit zugetragen hat und Sie erleben inmitten faszinierender Natur schöne Ausblicke und gemütliche Rastmöglichkeiten.

Quelle: Stadt Calw

Länge: 4,8 km

Start und Ziel: Marktplatz in Calw

Geeignet: für Kinder, aber nicht für Kinderwagen

Infos: www.t1p.de/pyr53
(mit Karte)

Touristinformation Calw, Marktplatz 7, 75365 Calw
Tel.: 07051/167 399, touristinfo@calw.de

Online

Fit und Vital mit Musik

Ein abwechslungsreicher Mix mit Fokus auf das Herz-Kreislauf-System und Übungen für den ganzen Körper.

Termine: donnerstags, 27.10. – 15.12.2022
17:00 – 17:45 Uhr, 8 Termine

Zugangslink via Zoom: www.t1p.de/kzyhh
Meeting-ID: 826 5489 5708
Kenncode: 946644

Gesunde Ernährung

Online

Online-Kochen mit Cornelia Maier

Gemeinsam kochen wir unter Anleitung gesunde und leckere Gerichte nach Ihren Wünschen in Ihren Küchen.

Termine: freitags, 11.11. – 16.12.2022
11:00 – 14:00 Uhr, 6 Termine

Anmeldung: Bianca Müller, Tel.: 0172/314 016 2
Bianca.Mueller@gesundheitskoordination.de

Weitere Angebote

Vor-Ort

Hilfe zur Selbsthilfe

Sie leiden unter einer Erkrankung oder einer schwierigen sozialen Lebenssituation und möchten sich mit Menschen, die sich in gleicher oder ähnlicher Situation befinden, austauschen? Sie möchten Verständnis für die eigene Situation erhalten, durch das Gespräch mit Gleichbetroffenen die eigene Isolation überwinden? Sie möchten sich über verschiedene Optionen informieren und zu neuem Mut und neuer Stärke finden? Unterstützung bieten die über 70 Selbsthilfegruppen im Kreis Calw. Informieren Sie sich unverbindlich bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Landratsamt Calw unter www.selbsthilfe-kreis-calw.de
oder Tel.: 07051/160 201, selbsthilfe@kreis-calw.de

Vor-Ort

Rauchentwöhnung / Suchtberatung

Beratung zur Rauchentwöhnung, Alkohol-, Drogen-, Medikamenten-, Glücksspiel- und Medienabhängigkeit.

Nach Terminabsprache:

Adresse: Suchtberatung des bw-lv
Bahnhofstr. 31, 75365 Calw

Anmeldung: Tel.: 07051/936 16, fs-calw@bw-lv.de

Weiterer Ort: Bad Wildbad-Calmbach