



GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**

**teamw()rk**  
für Gesundheit und Arbeit

# Aktiv für mich!

Ein Gruppenangebot zur Stärkung  
des persönlichen Wohlbefindens

für Kundinnen und Kunden des  
Jobcenters Kreis Rendsburg-Eckernförde

**jobcenter**   
Kreis Rendsburg-Eckernförde

 **LVGF** SH

Neue Kurse!



# Gemeinsam zu mehr Wohlbefinden!

Auf dem Weg zu persönlichen Zielen kann das eigene Wohlbefinden ein wichtiger Schlüssel sein.

Im Kurs „**Aktiv für mich!**“ finden Sie Begleitung

- bei der Bearbeitung von persönlichen Belastungen,
- bei der Gestaltung eines für Sie förderlichen Alltags,
- bei der Suche nach weiteren Angeboten an Ihrem Wohnort,
- beim Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen.

**Der nächste Kurs startet mit einem Informationstreffen am:**

**DATUM** \_\_\_\_\_

**UHRZEIT** \_\_\_\_\_

**Sie möchten teilnehmen? Wenden Sie sich gerne an Ihre Ansprechperson im Jobcenter. Wir freuen uns auf Sie!**

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



## Informationen zum Kurs

- ✓ kostenfrei und freiwillig
- ✓ 8 wöchentliche Treffen
- ✓ 3 Folgetreffen nach Absprache in der Gruppe
- ✓ Kursleitung: Anke Heim

## Kursort

Familienbildungsstätte  
Rendsburg-Eckernförde  
Am Margarethenhof 41  
24768 Rendsburg