



Auf geht`s! ▶▶

Wir unterstützen Sie auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit!

Ihr Weg zu mehr Gesundheit – Auf geht`s!

Sie erhalten Leistungen vom Jobcenter Kiel?

Sie möchten wieder aktiver sein? Sie möchten etwas für Ihr (gesundheitliches) Wohlbefinden tun? Sie möchten mal rauskommen und andere Menschen treffen?

Mit „Auf geht`s!“ unterstützen wir Sie dabei, das richtige Angebot für Sie zu finden! Eine professionelle Fachkraft (Präventionsberater*in) bespricht gerne Ihre Wünsche und Vorstellungen mit Ihnen. Einen Termin können Sie unter folgenden Kontaktdaten vereinbaren:

Termine & Anmeldung Präventionsberatung:

Ansprechpartnerin: Frau Bornemann

Telefonnummer: 0160-97555363

Mail: info@isogm.de

Dieser Flyer gibt Ihnen einen ersten Überblick über die vielen Möglichkeiten in Kiel.

Sie möchten mit anderen Menschen zusammenkommen, sich austauschen, soziale Kontakte knüpfen?

In Kiel gibt es verschiedene Möglichkeiten! Wir unterstützen Sie gerne bei der Suche nach dem passenden Angebot.





Sie möchten an einem Präventionskurs (Ernährung, Bewegung, Stress, Sucht) Ihrer Krankenkasse teilnehmen?

Über die Internetseite der Zentralen Prüfstelle Prävention kommen Sie zur Gesundheitskursuche Ihrer Krankenkasse!

<https://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/>

Wir unterstützen Sie gerne!



Sie möchten gerne in einem Sportverein aktiv sein?



Viele Sportvereine bieten Ermäßigungen an. Gerne unterstützen wir Sie bei der Suche nach dem passenden Verein sowie der ersten Kontaktaufnahme und Anmeldung.

Eine Übersicht über alle Vereine und weitere Informationen erhalten Sie hier: <https://www.sportverband-kiel.de/>



Sie möchten sich draußen bewegen? In Kiel gibt es viele Möglichkeiten.

Z.B. im Sport- und Bewegungspark Gaarden:
<https://www.sportpark-gaarden.de/>



Weitere (Gesundheits-)Angebote:



Gesundheitsforum UKSH: Vortragstermine zu vielfältigen, medizinischen Themen können unter <https://www.uksh.de/gesundheitsforum/> eingesehen werden

Selbsthilfegruppen in Kiel (von ADHS bis Zwänge): <https://www.kibis-kiel.de/themen/>



Der KielPass: zu vergünstigten Preisen am Kieler Kulturleben teilnehmen:
https://www.kiel.de/de/gesundheit_soziales/soziale_unterstuetzung/kiel_pass.php

