

Anmeldeformular

Informationen zu unseren Gesundheitsangeboten finden Sie unter www.t1p.de/wpvr1



Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen:

Name, Vorname

Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

E-Mail-Adresse

Telefonnummer

Datum, Unterschrift

Weitere Informationen erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung!

Fragen zur Kursanmeldung beantwortet Ihnen gerne Frau Mrochen, Telefon: 07231/394 357
E-Mail: evelin.mrochen@pforzheim.de

Sie möchten mitmachen?

Füllen Sie unser Anmeldeformular aus und senden Sie es an das Jobcenter oder geben Sie es dort an der Info ab. Sie erhalten daraufhin eine Anmeldebestätigung, die Sie im Kurs vorzeigen. Neue Anmeldeformulare erhalten Sie bei Ihrer/m Fallmanager/in.

Informationen zu unseren Gesundheitsangeboten finden Sie unter

www.jobcenter.pforzheim.de/das-jobcenter/sonderprojekte/gesundheitsfoerderung.html



Zur Anmeldung der Kurse und Fragen zur Anmeldung wenden Sie sich an:

Evelin Mrochen
Blumenhof 4, 75175 Pforzheim
Telefon 07231/394 357
E-Mail: evelin.mrochen@pforzheim.de



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.

Übersicht Kursreihe

Montag: 10:00 – 11:00 Uhr	Starker Rücken	<input type="checkbox"/>
Dienstag: 10:00 – 11:00 Uhr	Ruhe und Gelassenheit	<input type="checkbox"/>
16:00 – 17:00 Uhr	Mobility Training	<input type="checkbox"/>
Mittwoch: 09:30 – 13:00 Uhr	Einfach kochen. der Fitmach Kochkurs	<input type="checkbox"/>
10:00 – 11:00 Uhr	Gesundheitssport	<input type="checkbox"/>

Zu Fragen zum Teamworkprogramm oder den Gesundheitskursen wenden Sie sich an:

David Buchmüller
Gesundheitskoordinator
im Auftrag der gesetzlichen Krankenkassen
Telefon: 0173/632 682 5
E-Mail: NSW@Gesundheitskoordination.de

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 mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Gesundheitsangebote Herbst 2024

für Kundinnen und Kunden
des Jobcenters
Pforzheim



teamw()rk
für Gesundheit und Arbeit

Projektpartner:

Jobcenter
Pforzheim

kostenfrei
und
freiwillig

Bewegung

Fitness für einen starken Rücken

Den Rücken stärken, Haltung und Beweglichkeit verbessern.

Termine: montags, 23.09. – 18.11.2024
10:00 – 11:00 Uhr, 8 Termine

Treffpunkt: Tanzschule Tango Argentino –
Berlinerstraße 11, 75172 Pforzheim

Mobility Training – das Training für Schmerzlinderung und mehr Beweglichkeit

Verbesserung der Funktion, sowie die Beweglichkeit der Gelenke.

Termine: dienstags, 24.09. – 19.11.2024
16:00 – 17:00 Uhr, 8 Termine

Info: bei schlechtem Wetter findet der Kurs in der Tanzschule Tango Argentino statt
Berlinerstraße 11, 75172 Pforzheim

Treffpunkt: Tanzschule Tango Argentino –
Berlinerstraße 11, 75172 Pforzheim

Gesundheitssport für mehr Bewegungsfreiheit – Milon Zirkel

Das Ganzkörper-Zirkeltraining an topmodernen Geräten. Steigern Sie Ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit.

Termine: mittwochs, 02.10. – 27.11.2024
10:00 – 11:00 Uhr, 9 Termine

Adresse: Praxis für Physiotherapie
Kaulbachstr. 51, 75175 Pforzheim

Gesunde Ernährung

EinFach kochen – der Fitmach-Kochkurs des Forums Ernährung und Hauswirtschaft

Gesund günstig genießen kann jeder! Machen Sie mit, egal wie viele Kochkenntnisse Sie haben.

Termine: mittwochs, 09.10. – 18.12.2024
9:30 – 13:00 Uhr, 12 Termine

Adresse: vhs Pforzheim-Enzkreis
Raum 306/307
Zerrennerstr. 29, 75172 Pforzheim

Anmeldung: Landwirtschaftsamt Enzkreis
Tel.: 07231/308 180 0
landwirtschaftsamt@enzkreis.de

Info: 1 € pro Kurstag für Menschen mit kleinem Einkommen (ALG II u. a.); sonstige Teilnehmer 6 € pro Tag.

Weitere Angebote

Ruhe und Gelassenheit durch Autogenes Training

Dieser Kurs empfiehlt sich bei Stress, Nervosität, Schlafproblemen, Kopfschmerzen, Konzentrationschwierigkeiten, Ängsten und Bluthochdruck.

Termine: dienstags, 15.10. – 03.12.2024
10:00 – 11:00 Uhr, 8 Termine

Adresse: vhs Pforzheim-Enzkreis, Raum 105
Zerrennerstr. 29, 75172 Pforzheim



Weitere Angebote

Werden Sie Teil der Peergroup

Sie interessieren sich für Ihre Gesundheit und haben Lust, Pforzheim gesünder zu machen? Dann kommen Sie ganz unverbindlich zu einem Schnuppertermin vorbei! Wir unterstützen das Jobcenter in Sachen Gesundheit und tauschen uns zu Gesundheitsthemen und Gesundheitsaktionen in Pforzheim aus.

Termine: Immer nach Absprache
Details erhalten Sie bei der Anmeldung

Adresse: Jobcenter Pforzheim
Blumenhof 4, 75175 Pforzheim

Rauchentwöhnung / Suchtberatung

Lassen Sie sich zu Themen, wie Rauchentwöhnung, Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit beraten. Suchtberatung nach Terminabsprache.

Kontakt: bwlv-Zentrum, fs-pforzheim@bw-lv.de
Tel.: 07231/139 408 0

Adresse: Luisenstr. 54-56, 75172 Pforzheim

Nikotinsprechstunde:
montags, 13:00 – 15:00 Uhr
Tel.: 07231/139 408 0, Frau Leibach

Anmeldeformular

kostenfreie Gesundheitsangebote – Herbst 2024

An:
Jobcenter Pforzheim
Evelin Mrochen
Blumenhof 4
75175 Pforzheim

Ich möchte mich zu folgenden Gesundheitsangeboten verbindlich anmelden (bitte ankreuzen):

- Fitness für einen starken Rücken
- Mobility Training – das Training für Schmerzlinderung und mehr Beweglichkeit
- Gesundheitssport für mehr Bewegungsfreiheit – Milon Zirkel
- EinFach kochen – der Fitmach-Kochkurs des Forums Ernährung und Hauswirtschaft
- Ruhe und Gelassenheit durch Autogenes Training
- Werden Sie Teil der Peergroup

Sie möchten mitmachen?

Einfach Anmeldeformular ausfüllen, abschneiden →
und im Jobcenter abgeben.
Sie dürfen gerne an mehreren Kursen teilnehmen!



Rauchentwöhnung / Suchtberatung
(Anmeldung über den BWLV)