teamw()rk

für Gesundheit und Arbeit



© Dumitru Ochievschi / iStock

Zeit für Gesundheit!

Kostenlose Gesundheitsangebote für erwerbslose Menschen in Rheinland-Pfalz

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

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Zeit für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden

Mit den kostenlosen Angeboten von „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“ können Sie aktiv etwas für sich tun und Anregungen für einen gesunden Alltag erhalten, zum Beispiel zu den Themen Stress, Bewegung und Ernährung.

Schöpfen Sie neue Energie, stärken Sie Ihr Selbstvertrauen und entdecken Sie neue Perspektiven für Ihren Alltag.

Unsere Angebote sind:

- Freiwillig
- Kostenlos
- Online oder vor Ort
- Oft ohne Anmeldung
- Ohne Vorkenntnisse zugänglich

Unsere Angebote für Sie



Netzwerk Mitgestalten! RLP: Sie wollen unsere Angebote mitgestalten? Dann werden Sie Teil unseres Netzwerks und bringen Sie aktiv Ihre Ideen ein.



Bewegung: Yoga, Lauftreffs, Rückengesundheit u. v. m.



Ernährung: Praktische Tipps zu gesunder Ernährung für den Alltag und kleinen Geldbeutel.



Treffpunkt Gesundheit: Unser Angebot bei Ihnen vor Ort für Begegnung und Austausch.

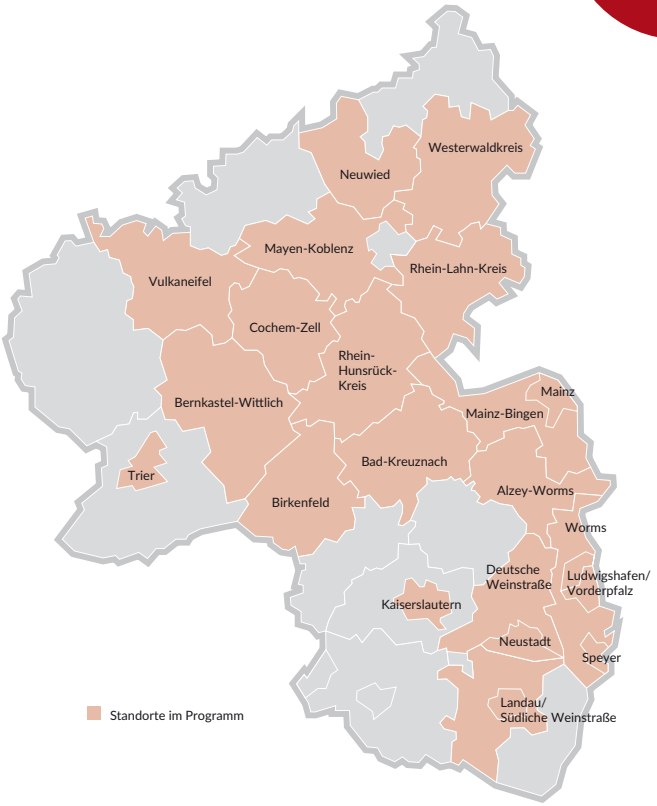


Entspannung, Achtsamkeit und Umgang mit Stress.

Wo finde ich aktuelle Angebote?

Erfahren Sie unter www.teamwork-rlp.de,
welche Angebote es online und in Ihrer Nähe gibt:

Jetzt Termin finden und vorbeikommen!



Ihr Kontakt zum Programm „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“

Die Gesundheitsangebote von „teamw()rk für Gesundheit und Arbeit“ werden von den gesetzlichen Krankenkassen finanziert und gemeinsam mit Partnern vor Ort durchgeführt.
Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. koordiniert das Programm.

Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.
Hölderlinstraße 8 | 55131 Mainz
www.lzg-rlp.de

teamwork@lzg-rlp.de | www.teamwork-rlp.de

LZG Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Bleiben Sie informiert

Melden Sie sich für unsere Gesundheitsmail an und erfahren Sie regelmäßig, welche Angebote und Möglichkeiten es für Ihre Gesundheit gibt.