



<https://blz.li/3ar1>

KOSTENLOSE DIGITALE GESUNDHEITSANGEBOTE FÜR ERWERBSLOSE

Veröffentlicht am 04.09.2020 um 11:08 von Redaktion LeineBlitz

Arbeitslosigkeit kann krank machen. Durch die Corona-Pandemie steigen der Stress und die gesundheitliche Belastung von erwerbslosen Menschen. Darum gibt es jetzt "Zu Hause gesund" - eine kostenlose digitale Kursreihe für Menschen ohne Arbeit in Niedersachsen und Bremen. Angeboten werden Gesundheitskurse wie Kochen mit der ganzen Familie, Krisenzeiten meistern, Energie tanken und Bewegung im Alltag einbauen. Auch über sensible Themen wie der Umgang mit Drogen und Sucht wird informiert. Die Angebote werden von der Landesvereinigung für Gesundheit & Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen organisiert und vom GKV-Bündnis für Gesundheit finanziert. Der Start der digitalen Gesundheitsangebote ist der 14. September. Die Kurse

werden von erfahrenen Anbietern digital über die Plattform Zoom durchgeführt. Zur Teilnahme wird ein Internetzugang benötigt. Mitmachen kann jeder, auch ohne Mikrofon und Kamera. Der Kursplan sowie weitere Informationen zur Anmeldung sind auf folgender Internetseite zu finden: <https://www.gesundheit-nds.de/zuhausgesund>.

