

IN BEWEGUNG KOMMEN

Gesundheit am Arbeitsplatz

kostenlos

20 Termine

je 2 Stunden

mit Zertifikat

- 
- 
- Wie du dich mit kleinen Übungen mehr bewegst
 - Wie du Stress abbauen und besser entspannen kannst
 - Was gesunde Ernährung bedeutet und wie du sie einfach umsetzt
 - Wie du gut mit anderen zusammenarbeitest und dich austauschst

Jetzt anmelden unter www.agens-berlin.de oder direkt bei deinem Jobcoach

Der Kurs ist für alle da – egal, wie fit du dich fühlst. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Du kannst kostenlos an unserem Kurs teilnehmen, wenn du

- aktuell in einer geförderten Arbeitsstelle beschäftigt bist
- schon länger ohne Arbeit bist und Bürgergeld erhältst
- geflüchtet bist und staatliche Unterstützung bekommst (AsylbLG / Bürgergeld)
- am Berliner JobCoaching teilnimmst



Silbersteinstraße 29
12051 Berlin



www.agens-berlin.de



09.10.2025 - 30.03.2026



bildung@agens-berlin.de



jeden Donnerstag
10:00 - 12:00 Uhr



(030) 610 811 841



S 41 / S 42 / S 45 / S 46 / S 47
Hermannstraße oder Neukölln



U 7 U-Bhf Neukölln
U 8 U-Bhf Hermannstraße



Bus 246 / Bus 377
Eduard-Müller-Platz
Bus 171
Lahnstraße / U-Bhf Neukölln



BERLIN



Senatsverwaltung
für Arbeit, Soziales,
Gleichstellung, Integration,
Vielfalt und Antidiskriminierung

Der Kurs "In Bewegung kommen - Gesundheit am Arbeitsplatz" ist ein Angebot im Rahmen des Förderinstruments Qualifizierung Plus (Q+) und wird gefördert aus Mitteln der SenASGIVA.



agens
SOZIALBETRIEBE