

# Sport- und Ernährungsangebot für Alleinerziehende

## Kostenloses Angebot für interessierte Eltern

Wir bieten Alleinerziehenden gemeinschaftliche sportliche Aktivitäten und gemeinsame gesunde Ernährungs- und Kochberatung. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit von individuellem Einzelcoaching. Bei allen Aktivitäten wird auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

### Wer kann teilnehmen?

Interessierte, die Leistungen des Jobcenters Berlin Steglitz-Zehlendorf beziehen und freiwillig dieses Gesundheitsangebot nutzen wollen.

**Kinder von etwa 1 bis 5 Jahren sind beim parallelem Bewegungsangebot von den SPORTKINDERN Berlin e. V. willkommen. Das Angebot findet in der gleichen Einrichtung statt.**

**Hinweise:** Bitte beachten Sie die geltenden Hygieneregulungen!

Ihre gesundheitsbezogenen Daten bleiben geschützt. Es findet kein Informationsaustausch mit dem Jobcenter und den Krankenkassen über die besprochenen Kursinhalte und Einzelberatung statt.



Dieses Angebot wird durchgeführt im Rahmen des Modellprojekts „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“.



### Termine:

**Beginn am 01.09.2021 – danach jeden Mittwoch  
von 10:00 bis 11:30 Uhr.**

Wöchentliche Kleingruppentreffen mit ergänzender Einzelberatung.  
Laufzeit: 6 Monate

**Der Kurs wird von unserer Gesundheitscoachin Julia Helbert angeleitet.**



### Ort:

**Gemeindezentrum**  
Celsiusstraße 71-73  
12207 Berlin

### Kontakt für Rückfragen und Anmeldung:

Jobcenter Berlin Steglitz-Zehlendorf

Birkbuschstraße 10, 12167 Berlin

Tel.: 030/5555 76 6645

E-Mail: [Jobcenter-Berlin-Steglitz-Zehlendorf.Team645@jobcenter-ge.de](mailto:Jobcenter-Berlin-Steglitz-Zehlendorf.Team645@jobcenter-ge.de)



GKV-Bündnis für  
GESUNDHEIT



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V