



GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**

Einladung zum

## Gesundheitstag

Infostände zu verschiedenen Gesundheitsthemen,  
Vorträge, tolle Mitmachaktionen

**Die Teilnahme ist kostenfrei und freiwillig!**

### Wann?

Dienstag, 23. Juni 2026  
9.00 – 11.00 Uhr

### Wo?

Jobcenter Landkreis Birkenfeld  
Hauptstraße 86  
55743 Idar-Oberstein

Idar-Oberstein  
23. Juni 2026  
9.00 – 11.00 Uhr

### Folgende Angebote erwarten Sie:

- Gemeinsam in Bewegung: kurze Bewegungsangebote zum Mitmachen
- Energiesparen mit individueller Beratung
- Beratung zur psychischen Gesundheit
- Typisierungsmöglichkeit – Stefan-Morsch-Stiftung
- Mitmachstation: Teste dein Gleichgewicht!
- Entspannt im Alltag: Einblick in verschiedene Entspannungsmethoden
- Gesunde Ernährung – alltagstauglich und bezahlbar
- Impfberatung
- Infostände und Beratungsmöglichkeiten zu sozialen Hilfen, Schutz und Beratung für Frauen und rund um das Thema Migration und Integration
- Mut zum Helfen: Umgang mit dem Defibrillator

Weitere Angebote vom Programm *teamw()rk für Gesundheit und Arbeit* finden Sie unter:

<https://www.agfrlp.de/birkenfeld>



**teamw()rk**  
für Gesundheit und Arbeit

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

