

## Unsere Standorte

□ Bildungswerk der nordhessischen Wirtschaft gGmbH Lilienthalstraße 146, Gebäude 3  
34123 Kassel  
E-Mail: [gesundheitpro-ks@bwnw.de](mailto:gesundheitpro-ks@bwnw.de)  
Tel: 0561 50726-46 und 0561 50726-48

□ Bildungswerk der nordhessischen Wirtschaft gGmbH Dellbrückenstr. 3  
34466 Wolfhagen  
E-Mail: [gesundheitpro-woh@bwnw.de](mailto:gesundheitpro-woh@bwnw.de)  
Tel: 05692 9946894

□ Bildungswerk der nordhessischen Wirtschaft gGmbH Neue Straße 7 - 9  
34369 Hofgeismar  
E-Mail: [gesundheitpro-hog@bwnw.de](mailto:gesundheitpro-hog@bwnw.de)  
Tel: 05671 7849951

## Kontakt Daten Projektkoordination

**Felix Korte**  
E-Mail: [korte.felix@bwnw.de](mailto:korte.felix@bwnw.de)  
Tel: 0151 44157890

Klicken Sie rein!



## GesundheitPro

Neue Impulse

-

Perspektiven gestalten,  
Handeln lernen &  
Interessen entdecken

Im Auftrag des  
**jobcenter** Landkreis Kassel  

Besuchen Sie uns:  
**[www.bwnw.de](http://www.bwnw.de)**



## IMPULSE SETZEN - WIEDEREINSTIEG SCHAFFEN

Unser Projekt unterstützt Sie dabei, Ihre Selbstwirksamkeit zu stärken und durch positive Erfahrungen Motivation und Selbstvertrauen aufzubauen. Wir begleiten Sie bei der Entwicklung neuer Perspektiven und ermutigen Sie, neue Wege zu gehen.

Sie erhalten flankierende Unterstützung durch individuelles Coaching bei Problemen des Alltags und bei gesundheitlichen Herausforderungen. So werden Sie dabei begleitet, Stress zu bewältigen, Ihre persönliche Organisation zu verbessern und Konflikte zu lösen.

Unser Ziel ist es, Ihnen praxisnahe Strategien und motivierende Impulse zu geben, damit Sie Ihre Lebensqualität nachhaltig steigern können.

Dabei verbinden wir theoretische Grundlagen mit praktischen Elementen, um Ihnen Orientierung über Ihre Kompetenzen zu geben und Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Gemeinsam erarbeiten wir außerdem Ihre berufliche Planung, setzen erste Schritte um und strukturieren langfristige Ziele.

## UNSERE ANGEBOTE

Im Rahmen von Einzel- und Gruppenveranstaltungen sowie in praktisch orientierten Projektarbeiten zu unterschiedlichen Themen erhalten Sie viele neue Eindrücke und gewinnen wachsendes Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten. Hierauf aufbauend erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen die Planung Ihrer beruflichen Zukunft.

### Unterrichtsinhalte und praktische Übungen

- Stabilisierung und Strukturaufbau
- Ideenfindung
- Gesundheit und Ernährung
- Unterstützung bei Problemen des Alltages
- Kreativwerkstatt mit unterschiedlichen Projekten
- Berufliche Orientierung
- Entwicklung von Selbstvermarktungs- und Selbstmanagementstrategien
- Persönlichkeitstraining
- EDV-Training
- Bewerbungscoaching
- Kommunikationstraining
- Umgang mit KI und deren Einsatz im Alltags- und Berufsleben

## EINSTIEG UND DAUER

Die Teilnahmedauer beträgt sechs Monate. Die Maßnahme umfasst 12 Stunden (verteilt auf zwei Tagen) pro Woche.

## BENÖTIGTE UNTERLAGEN

Bitte bringen Sie am ersten Tag folgende Unterlagen mit:

- Vorhandene Bewerbungsunterlagen und Zeugnisse (ausgedruckt oder digital)

## METHODEN

- Einzel- und Gruppencoaching
- Workshops zu Themen rund um die Gesundheit
- praktische Tätigkeiten in der Kreativwerkstatt