

# Pressemitteilung

11.04.2018

## Gemeinsamer Gesundheitstag für Arbeitsuchende im Mehrgenerationenhaus

### Aktionstag: Gesund und fit für den Job

Am 19. April erlebt der von Arbeitsagentur und Jobcenter organisierte Gesundheitstag seine neunte Auflage in Chemnitz. Von 9 bis 12 Uhr können sich Arbeitsuchende im Mehrgenerationenhaus auf der Irkutsker Straße 15 mit den Themen Gesundheit und Vorsorge beschäftigen. Die Besucher dürfen auf vielzählige Informationen, Beratungs- und Aktivangebote gespannt sein. Die Teilnahme ist kostenlos und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

„Längst ist allen bekannt, dass eine gute Gesundheit von Geist und Körper ganz wichtig für die Anforderungen im Berufsleben ist. Wir haben daher gemeinsam ein wertvolles Angebot für Arbeitsuchende geschaffen, um sie genau dabei zu unterstützen – und das mit Hilfe von verschiedenen Experten. Denn es ist besser, auf Prävention zu setzen, als viel Energie in die Nachsorge zu investieren“, **sagt Ute Meischatz-Degen, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Chemnitz.**

„Unser Gesundheitstag richtet sich an arbeitsuchende Frauen und Männer, egal welchen Alters. Denn jeder sollte sich bewusst sein, dass die eigene Gesundheit für eine Arbeit das wichtigste Kapital ist. Am Aktionstag bietet der Mix aus Informationen, Angeboten zum Mitmachen und Freiraum für Gespräche einen optimalen Ansatz, sich dem intensiv zu widmen – ganz ohne Zwang“, **sagt Jacqueline Rauschenbach, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Chemnitzer Jobcenters.**

#### Was wird an diesem Tag geboten?

- Schnupperworkshops für Rückenschule und Entspannung
- Aktivangebot „Gesunde Getränke, gesundes Trinken und gesunde Salate“
- Kreativangebote zum Trainieren der Feinmotorik
- DRUMS ALIVE®: Klassische Aerobic-Schritte mit einem pulsierenden Trommelrhythmus – Das Training für Körper und Geist gleichermaßen
- Selbstverteidigung zum Mitmachen für ein starkes Selbstbewusstsein
- Ernährungsworkshop zum Thema „Zucker, Fett und Vollkorn“
- Vortrag zum Verbraucherrecht: Populäre Rechtsirrtümer im Alltag
- Beratung und Information zur Prävention durch die Chemnitzer Kooperationsgemeinschaft für Sexualpädagogik

Für Rückfragen und weitere Informationen stehen zur Verfügung:

**Frau Meischatz-Degen:** 0371 567 3389 oder [Chemnitz.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Chemnitz.BCA@arbeitsagentur.de)

**Frau Rauschenbach:** 0371 567 3126 oder [Jobcenter-Chemnitz.BCA@jobcenter-ge.de](mailto:Jobcenter-Chemnitz.BCA@jobcenter-ge.de)

