

Wer für die Broschüre verantwortlich ist:

Bezirksamt Eimsbüttel

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Grindelberg 62 - 66

20144 Hamburg

Wer die Broschüre gemacht hat:

Bezirksamt Eimsbüttel

Dezernat Soziales, Jugend und Gesundheit

Fachamt Gesundheit

Text: Stefan Krawutschke

Gestaltung: Jake Lote

Grindelberg 62-66

20144 Hamburg

Die Bilder sind von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V.

Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

© Uni Braunschweig leichte sprache siegel

© colourbox .de Titelfotos

Stand: Januar 2018

Was die Gesundheits-Förderung noch anbietet:

Alters-Anzug

Probieren Sie aus, wie schwer Vieles im Alter ist.

Das kostet kein Geld.

Wenn man den Alters-Anzug anhat, wird Vieles schwerer.

Zum Beispiel:

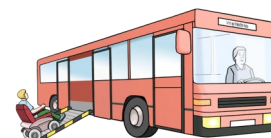
Bewegen

Hören

Sehen

Wie komme ich zum Gesundheits-Treff?

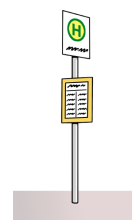
Anreise mit der Bahn oder dem Bus.



Anreise mit der Metro-Bus-Linie 4

Bis zur Haltestelle Apostel-Kirche.

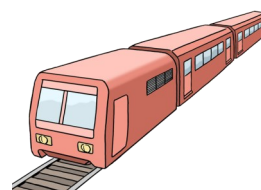
2-3 Minuten Fußweg.



Anreise mit der U-Bahn-Linie 2

Bis zur Haltestelle Osterstraße.

8-9 Minuten Fußweg.



Der Eingang ist nicht barriere-frei!



Kommen Sie mit Ihren Fragen zum Thema Gesundheit zu uns.

Wir beraten Sie gerne.

Sie finden uns hier:

Gesundheits-Treff

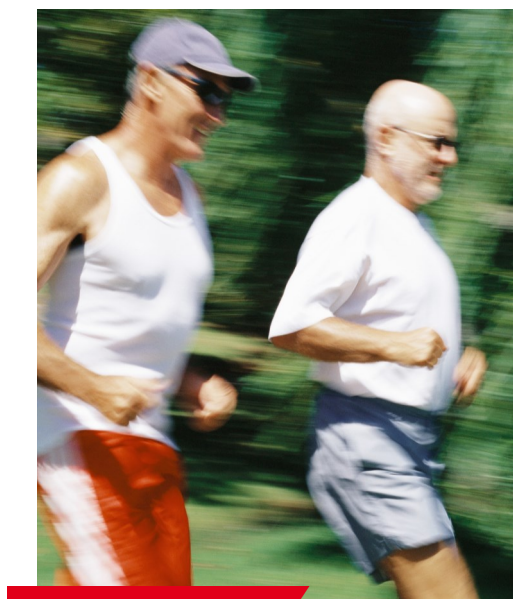
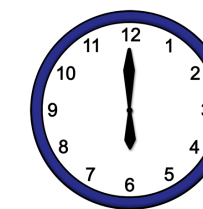
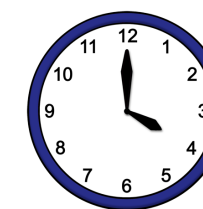
Lappenbergsallee 32

20257 Hamburg

Telefonnummer: +49 40 428 01-2212



Jeden Mittwoch von 16 - 18 Uhr



KOMMUNALE

GESUNDHEITS-FÖRDERUNG

IN LEICHTER SPRACHE

Kommunale Gesundheits-Förderung

Gesundheit bedeutet:

Sie fühlen sich körperlich gut.

Sie fühlen sich seelisch gut.

Sie fühlen sich sozial wohl.

Das heißt, Sie haben Freunde und nette Kollegen.

Was ist Kommunale Gesundheits-Förderung?

Kommunal bedeutet:

Hamburg ist in mehrere große Teile eingeteilt.

Ein Teil von Hamburg heißt Eimsbüttel. Ein anderes Wort für diese Teile ist Kommune.

In jeder Kommune gibt es eine Gesundheits-Förderung.

Die Gesundheits-Förderung möchte, dass Sie gesund sind.

Zur Gesundheit gehören zum Beispiel:

Viel **Bewegung** und Sport.

Viel Obst und Gemüse essen.

Für das Ziel Gesundheit bieten sie viel Hilfe an.



Das Gesundheits-Amt

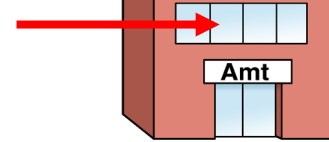
Es gibt das Gesundheits-Amt.

Dort arbeiten viele Menschen.

Sie alle wissen viel über das Thema Gesundheit.

Die Menschen dort können Ihnen bei dem Thema helfen.

Kommunale Gesundheits-Förderung



Was machen die Menschen der kommunalen Gesundheits-Förderung?

Sie arbeiten in den verschiedenen Teilen (Kommunen) von Hamburg.

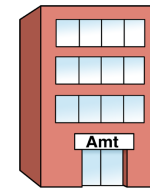
Ein Teil von Hamburg ist zum Beispiel Hamburg-Eimsbüttel.

Die Menschen dort helfen anderen Menschen

mit ihrer Ernährung (also was sie essen).

Mit ihrer Bewegung/Sport

Mit ihrem **Stress**



Die Gesundheits- und Pflege-Konferenz

Hier kommen viele Fachleute mit verschiedenen Berufen zusammen.

Alle interessierten Bürger sind herzlich willkommen.

Die Menschen können zum Thema Gesundheit Fragen stellen. Sie können auch anderen Fachleuten, die viel über das Thema wissen, zuhören.

Die Menschen in der Gesundheits-Förderung arbeiten viel in Gruppen.

Oft kennen sich die Menschen in der Gruppe.

Die Menschen in dem Amt planen verschiedene Dinge, zum Beispiel Vorträge.

Bei einem Vortrag kommt ein **Arzt**/Doktor.

Der **Arzt** erzählt etwas über eine Krankheit.

Man kann den **Arzt** dazu etwas fragen.

Gesundheits-Treff

Der Gesundheits-Treff ist ein Teil vom Gesundheits-Amt Hamburg-Eimsbüttel.

Im Gesundheits-Treff gibt es:



Infothek-Gesundheit

Dort gibt es viel zum Thema Gesundheit zu lesen.

Selbst-Hilfe-Gruppen

Selbst-Hilfe-Gruppen sind kleine Gruppen.

Die Menschen in der Gruppe haben die gleichen Probleme.

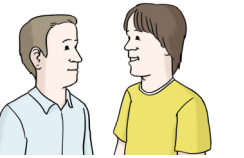
Gemeinsam **reden** Sie darüber.

Sie treffen sich im Gesundheits-Treff.

Es gibt auch Angebote für alte Menschen.

Diese Menschen treffen sich regelmäßig im Gesundheits-Treff.

Dort spielen und **reden** sie gemeinsam.



Kurse im Gesundheits-Treff

Im Gesundheits-Treff gibt es verschiedene Kurse.

Zum Beispiel **Gymnastik-Kurse**

Diese Kurse kosten **sehr wenig Geld**.

