

Gesundheitsmanagement >

NEUSS.DE

Betriebliche Gesundheitsförderung

Angebote 2022

Inhalt

Vorwort.....	3
Das BGM-Team stellt sich vor	4
Wöchentliche Sportangebote	5
Wöchentliche Sportangebote.....	6
Impulsvorträge.....	7
Teilnahme an Wettbewerben	8
Medizinische Sprechstunde	9
Betriebliche Eingliederung	9
Wöchentliches Programm	9
Mittagspausenkurs: Pilates	10
Mittagspausenkurs: Hatha-Yoga	11
Mittagspausenkurs: Rücken-Fit im Berufsalltag	12
Mittagspausenkurs: Qi Gong.....	13
Anmeldeverfahren	13
Krankenkassenerstattung.....	14

Vorwort

Liebe Kolleg*innen,

ich weiß nicht, wie viele von Ihnen sich zum Vorsatz genommen haben, im neuen Jahr gesünder und fitter zu werden – zum Beispiel indem man sich körperlich vermehrt betätigt oder weniger fettreich und süß, dafür aber vitaminreicher isst. Ich weiß aber, dass es bisweilen nicht immer ganz so einfach ist, den bei solchen Themen immer wieder vehement in Erscheinung tretenden inneren Schweinehund in Schach zu halten, geschweige denn, zu besiegen.



Nicht zuletzt aus eigener Erfahrung ist mir zudem bekannt, dass sich viele Ziele leichter mit Verbündeten und konkreten Maßnahmen erreichen lassen – mit Menschen und Ideen, die Ihnen bei der Zielerreichung behilflich sind.

Das vor Ihnen liegende aktuelle Programm unseres Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) verfolgt genau diesen Ansatz. Sie finden darin ganz sicher einige Angebote, die Sie Ihren guten Vorsätzen schnell näherbringen werden, respektive dabei helfen, diese schnell und nachhaltig umzusetzen.

Zögern Sie daher nicht und nutzen Sie das BGM als Verbündeten und nicht zuletzt als Inspirationsquelle. Körper und Psyche werden es Ihnen danken!

Ihr

Holger Lachmann

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'H. Lachmann', with a long horizontal flourish extending to the right.

Holger Lachmann
Beigeordneter für Bürgerservice,
Personal und Sicherheit

Das BGM-Team stellt sich vor

Das Team des Betrieblichen Gesundheitsmanagements steht Ihnen bei allgemeinen Fragen zu den folgenden Angeboten sehr gerne persönlich, per E-Mail sowie telefonisch zur Verfügung.



N.N.

Nina Winterstein

Sascha Severin

90-2628

90-2638

90-2630

E-Mail: gesund@stadt.neuss.de

Sie finden uns im Rathaus, 4. OG, Gebäude „Markt“.

Folgende Ansprechpartner/-innen können Sie bei Fragen zu Kursen der VHS per E-Mail, telefonisch oder persönlich kontaktieren:

Sandra Goldmann
(Inhaltlich/Konzeptionell)

Bettina Staub
(Anmeldung)

90-4156

90-4103

sandra.goldmann@stadt.neuss.de bettina.staub@stadt.neuss.de

Wöchentliche Sportangebote

Lauftreff für Fortgeschrittene:

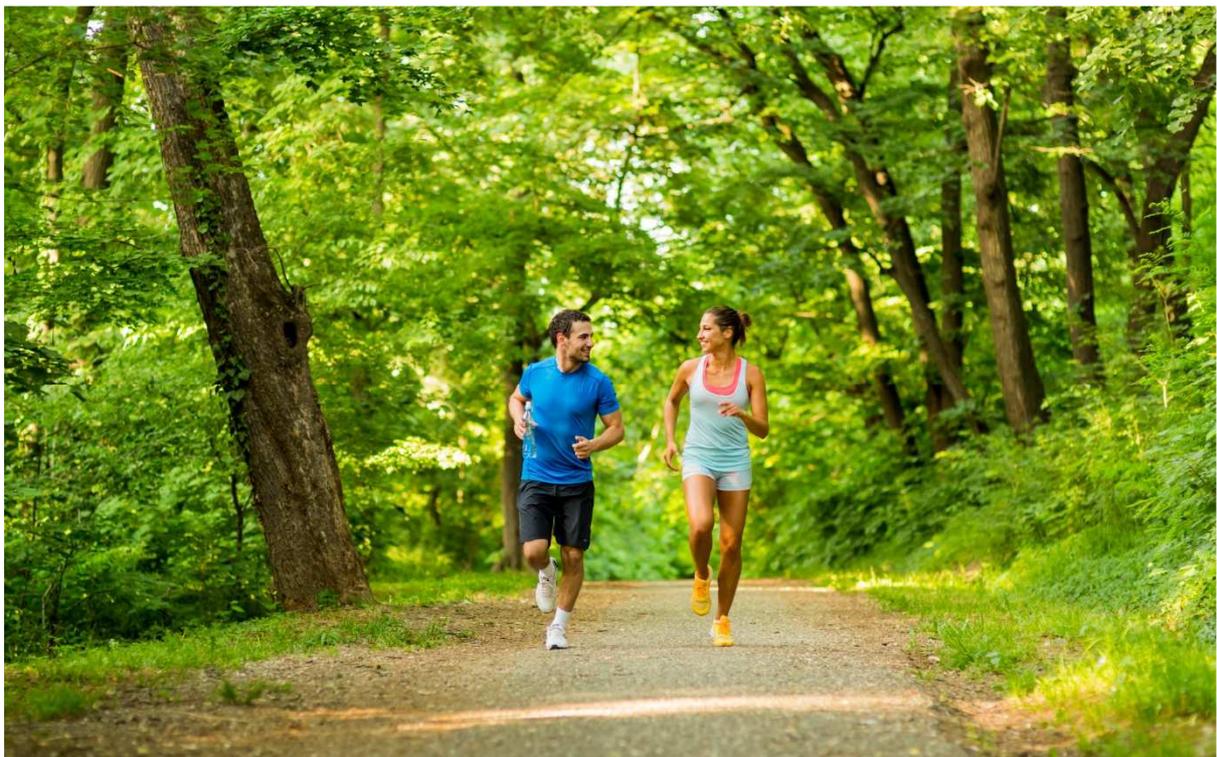
- Zeitpunkt: mittwochs, 16:15 Uhr
- Anmeldung: sascha.severin@stadt.neuss.de oder 90-2630

(Nordic-)Walking:

Hierbei ist es sowohl möglich sich dem Nordic-Walking-Schwerpunkt zu widmen (bitte Walkingstöcke mitbringen oder Kontakt aufnehmen) oder auch ohne Stöcke zu walken. Ziel ist die Steigerung der Bewegung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die z.B.

- Spaß an Bewegung und kollegialem Netzwerken haben
- aufgrund von Arthrose Schmerzen beim Joggen empfinden, aber doch in Bewegung bleiben möchten
- durch körperliche Aktivität ggf. Gewicht reduzieren und fitter werden möchten.

- Zeitpunkt: mittwochs, 16:15 Uhr, am Weißen Haus
- Anmeldung: nina.winterstein@stadt.neuss.de oder 90-2638



Bildquelle: nd3000 – 123rf

Wöchentliche Sportangebote

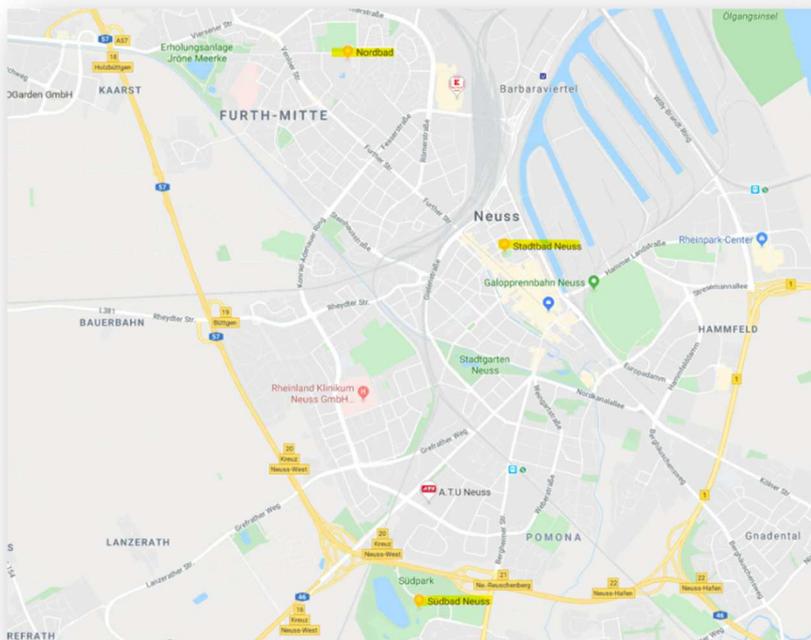
Sie haben **freitags** die Möglichkeit, in den Neusser Bädern kostenfrei ein paar Bahnen für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu ziehen. Den Zeitpunkt können Sie völlig frei wählen: ob morgens um 7 Uhr zum „Wachwerden“, mittags für die gesunde Pause oder nachmittags zum „Auspowern“.

Bei Fragen zum Ablauf können Sie gerne auf uns zukommen. Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten in den Schulferien!

Wichtig: für den Eintritt in das Schwimmbad müssen Sie sich durch einen Ausweis legitimieren. Diesen können Sie ganz unkompliziert beim BGM-Team erhalten.

Bäder:

- Stadtbad Neuss, Niederwallstr. 3, 41460 Neuss
<https://goo.gl/maps/CCZmJdZZXKCRtncT6>
- Nordbad Neuss, Neusser Weyhe 14-16, 41462 Neuss
<https://goo.gl/maps/avPY6XUCX2V9KdtPA>
- Südbad Neuss, Jakob-Koch-Straße 1, 41466 Neuss
<https://goo.gl/maps/pxGNHMXeh6XWpR4g9>



Impulsvorträge „Gesunde Mittagspause“

Besuchen Sie unsere thematisch abwechslungsreichen 60-minütigen Kurzvorträge zu verschiedenen Gesundheitsthemen.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass sich aufgrund der aktuellen pandemischen Lage ggf. kurzfristig inhaltliche Änderungen des Programms ergeben können.

Monat	Thema
Januar	Gedächtnistraining
Februar	Gesunder Schlaf
März	Darmgesundheit
April	Ernährung
Mai	Schwindel
Juni	Bewegte Mittagspause
September	Refluxösophagitis
Oktober	Brustkrebs
November	Beruf und Pflege
Dezember	Ernährungspsychologie

Den genauen Zeitpunkt des Vortrages sowie weitere Informationen finden Sie rechtzeitig auf den aushängenden Plakaten sowie im Intranet.

Für die einzelnen Veranstaltungen bitten wir immer um eine rechtzeitige Anmeldung per E-Mail oder telefonisch.

Auch wir freuen uns, wenn wir Sie bald wieder zu einer Präsenzveranstaltung in den Ratssaal einladen dürfen. Aufgrund der aktuell möglichen Rahmenbedingungen werden die Impulsvorträge jedoch vorerst digital via zoom geplant.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen! Deswegen wird diese Veranstaltung als Arbeitszeit gewertet.



**AUSGEWOGENE
ERNÄHRUNG**

Bildquelle: Trueffelpix - Fotolia.com

Teilnahme an Wettbewerben

Sie haben Spaß an Bewegung und wollen Ihre Fitness gerne in einem Wettkampf messen? Gehen Sie als Teil des Quirinus-Teams mit uns an den verschiedensten Wettbewerben für die Stadt Neuss an den Start.

Aktuell bleibt es abzuwarten, an welchen Wettbewerben wir in diesem Jahr teilnehmen können.

Seit dem Herbst 2020 bietet Ihnen das BGM-Team mit der Verwaltungsmeisterschaft ein rein internes Sportevent in den Disziplinen Laufen und Walking. Wir freuen uns, wenn Sie auch im Oktober 2022 (erneut) an unserer Startlinie stehen!

Termine

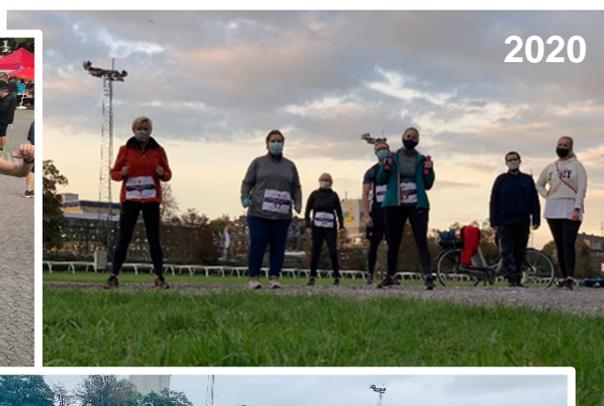
Oktober

Veranstaltung

3. Verwaltungsmeisterschaft

Bitte achten Sie auf die Ausschreibungen im Intranet. Interessierte Kolleginnen und Kollegen können sich gerne ab sofort per E-Mail an gesund@stadt.neuss.de unter Angabe der gewünschten Veranstaltung vormerken lassen. Sie werden dann über den entsprechenden Verteiler rechtzeitig informiert.

Seien Sie dabei und unterstützen Sie unser Team!



Medizinische Sprechstunde

Das Gesundheitsmanagement bietet in Zusammenarbeit mit dem Arbeitsmedizinischen Dienst (DEKRA) jeden Donnerstag eine „Medizinische Sprechstunde“ in Raum 4.190 (4. Etage, Gebäude Markt) an.

Wichtig: Aufgrund aktueller Kontaktreduzierung wird die Sprechstunde zurzeit nur telefonisch und zu angepassten Zeiten durchgeführt!

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Neusser Stadtverwaltung können sich im Zeitraum von 9.00-10.30 Uhr und von 14.30-15.30 Uhr von Frau Dr. Dorsemagen in gesundheitlichen Fragestellungen unverbindlich und kostenlos beraten lassen. Es sollte gegebenenfalls etwas Wartezeit eingeplant werden. Der Besuch der „Medizinischen Sprechstunde“ wird als Arbeitszeit gewertet. Einen Termin können Sie gerne über die folgenden Kontaktdaten vereinbaren:

Dr. Karin Dorsemagen

Ärztin für Arbeitsmedizin (DEKRA)

Telefon: 0211 - 50 86 47 11 (für Terminanmeldung)

E-Mail: karin.dorsemagen@dekra.com

Betriebliche Eingliederung

Das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) ist ein Angebot an alle Beschäftigten der Stadtverwaltung Neuss, mit dem Ziel Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Das BEM leistet damit unter anderem einen wichtigen Beitrag zur Arbeitszufriedenheit und -motivation. Die BEM-Maßnahmen werden durch die BEM-Verantwortlichen gemeinsam mit dem sogenannten „Integrationsteam“ beschlossen. Die BEM-Verantwortlichen können Sie wie folgt erreichen:

Sascha Severin	Rebecca Scheffler	Nina Winterstein
90-2630 0173-27 65 714 sascha.severin @stadt.neuss.de	90-2645 0162-19 55 832 rebecca.scheffler @stadt.neuss.de	90-2638 0173-51 11 836 nina.winterstein @stadt.neuss.de

Wöchentliches Sportprogramm

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Morgens					Schwimmen
Mittags	12:15 - 13:15 Pilates	12:15 - 13:15 Hatha-Yoga	12:30 - 13:30 Rücken-Fit	12:15 - 13:15 Qi Gong	Schwimmen
Nachmittags			16:15 - 17:15 Laufen & (Nordic-)Walking		Schwimmen

Mittagspausenkurs: Pilates

Sie suchen ein optimales Training für die Körpermitte? Pilates überzeugt als intensives und dennoch sanftes Fitnessprogramm. Erst in den 20er Jahren wurde Pilates als beeindruckende Trainingsmethode von Josef H. Pilates aus Tai Chi-, Yoga- und westlichen Workout-Elementen zusammengestellt. Vielfalt und Variationen einzelner Pilates-Übungen inspirieren und machen das Training zur Leidenschaft. Pilates stärkt die Körpermitte, erhöht die Beweglichkeit und fördert die Koordination. Sanfte fließende Bewegungen werden im Einklang mit der Atmung ausgeführt und bestimmen den Erfolg des Trainings. Freuen Sie sich auf eine andere Körperwahrnehmung, auf ein neues Körpergefühl!

Wichtig: Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, ein Handtuch und eine Woldecke mit.

Immer montags an u.g. Terminen
von 12:15 - 13:15 Uhr
Ort: VHS im Romaneum
Dozentin: Susanne Mott-Taal



Bildquelle: Karolina Grabowska, pexels.com

Termine 2022:	Kurs-Nr.	und	Kosten
Beginn: 21.02.2022	V691216K		87,60 €
Ende: 27.06.2022			
Termine: 15			
Beginn: 12.09.2022	W691216K		87,60 €
Ende: 16.01.2023			
Termine: 15			

Anmeldungen richten Sie bitte mit dem entsprechenden Formular (s. Seite 15) schriftlich an die VHS-Verwaltung, Romaneum, 41460 Neuss (oder per Fax 02131/90-2387).

Einen Hinweis zur Krankenkassen-Erstattung finden Sie auf Seite 14.

Mittagspausenkurs: Hatha-Yoga

Yoga ist ein Übungsweg zur Entwicklung der Gesamtpersönlichkeit nach einer jahrtausendealten indischen Tradition. Die bei uns bekannteste Art ist das Hatha-Yoga, ein System körperlicher Übungen, welches Gesundheit, Spannkraft sowie körperliches und geistiges Wohlbefinden fördert. Die Verbindung von körperlicher und geistiger Übung im Yoga führt zur Harmonisierung und Entfaltung des Menschen.

Wichtig: Bringen Sie bitte dicke Socken, ein kleines Kissen und eine Decke mit.

Personen mit Herz-Kreislauf-Problemen oder Schädigungen am Bewegungsapparat sollten vorher mit ihrem Arzt Rücksprache halten.

Immer dienstags an u.g. Terminen
von 12:15 - 13:15 Uhr
Ort: VHS im Romaneum
Dozentin: Laura Heyer



Bildquelle: Ely Fairyale, pexels.com

Termine 2022:		Kurs-Nr. und Kosten	
Beginn:	22.02.2022	V691213K	87,60 €
Ende:	21.06.2022		
Termine:	15		
Beginn:	13.09.2022	W691213K	87,60 €
Ende:	24.01.2023		
Termine:	15		

Anmeldungen richten Sie bitte mit dem entsprechenden Formular (s. Seite 15) schriftlich an die VHS-Verwaltung, Romaneum, 41460 Neuss (oder per Fax 02131/90-2387).

Einen Hinweis zur Krankenkassen-Erstattung finden Sie auf Seite 14.

Mittagspausenkurs: Rücken-Fit im Berufsalltag

Durch einseitige Belastungen, Fehlhaltungen und Bewegungsmangel kommt es häufig zu Rückenschmerzen. Bewegung ist ohne Zweifel das beste Mittel, um Rückenproblemen vorzubeugen. Stress im Job oder stundenlanges Sitzen vor dem Computer kann unangenehme Verspannungen der Muskulatur zur Folge haben. Funktionelle Übungen zur Dehnung, Kräftigung und Mobilisation der Rückenmuskulatur helfen Rückenproblemen vorzubeugen und vorhandene Verspannungen zu überwinden.

Wichtig: Bitte bequeme Kleidung sowie saubere Turnschuhe oder rutschfeste Socken mitbringen.

Personen mit Herz-Kreislauf-Problemen oder Schädigungen am Bewegungsapparat sollten vorher mit ihrem Arzt Rücksprache halten.

Immer mittwochs an u. g. Terminen
von 12:30 - 13:30 Uhr
Ort: VHS im Romaneum
Dozentin: Birgit Klein

Termine 2022:	Kurs-Nr. und Kosten	
Beginn: 23.02.2022	V691413K	84,00 €
Ende: 15.06.2022		
Termine: 15		
Beginn: 14.09.2022	W691413K	84,00 €
Ende: 18.01.2023		
Termine: 15		

Anmeldungen richten Sie bitte mit dem entsprechenden Formular (s. Seite 15) schriftlich an die VHS-Verwaltung, Romaneum, 41460 Neuss (oder per Fax 02131/90-2387).

Einen Hinweis zur Krankenkassen-Erstattung finden Sie auf

Mittagspausenkurs: Qi Gong

Diese Form des Qi Gong ist sowohl ausgerichtet auf die Reduktion innerer Spannungen, als auch auf Stressverringern. Die Lebensenergie Qi – insbesondere im Herz Raum – soll so harmonisiert und wieder zum Fließen gebracht werden. Eine energetische Stagnation (Yang-Mangel) kann durch spezielle sanfte Bewegungen und Fokussierung der Atmung gelöst werden. Die Bedeutung des Herzens wird auf emotionaler, physiologischer und geistiger Ebene erfahren. Gezielte Übungen helfen den Herz Raum weiter zu öffnen, zu befreien sowie einen Zugang zu den drei Ebenen des Herzens zu finden. Es fördert die Körperwahrnehmung, ein positives Herzbewusstsein und stärkt den Stütz- und Bewegungsapparat.

Wichtig: Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken oder Turnschlappchen sowie eine Decke mit.

Immer donnerstags an u. g. Terminen von

12:15 - 13:15 Uhr

Ort: VHS im Romaneum

Dozentin: Uta Pithan

Termine 2022:	Kurs-Nr. und Kosten	
Beginn: 17.02.2022	V691414K	80,90 €
Ende: 30.06.2022		
Termine: 15		
Beginn: 15.09.2022	W691414K	80,90 €
Ende: 19.01.2023		
Termine: 15		

Anmeldungen richten Sie bitte mit dem entsprechenden Formular (s. Seite 15) schriftlich an die VHS-Verwaltung, Romaneum, 41460 Neuss (oder per Fax 02131/90-2387).

Einen Hinweis zur Krankenkassen-Erstattung finden Sie auf Seite 14.

Anmeldeverfahren

Für **VHS-Kursangebote** muss die Anmeldung zwingend unter Zuhilfenahme des Anmeldeformulars (s. Folgeseite 15) direkt über die VHS Neuss abgewickelt werden. Bei Fragen helfen Ihnen die Mitarbeiter/-innen der VHS: Anmeldung: Frau Staub (90-4103), Konzeption: Frau Goldmann (90-4156) gerne weiter.

Die Teilnehmerentgelte sind direkt an die VHS Neuss zu zahlen. Sollte die Mindestteilnehmerzahl bis 10 Tage vor Kursbeginn nicht erreicht werden, muss der Kurs abgesagt werden.

Zeitgutschrift

Nach Kurs-Ende können Sie sich bei der VHS eine Teilnahmebescheinigung ausstellen lassen. Sofern Sie mind. 80% der Termine absolviert haben, besteht einmalig die Möglichkeit 1 Tag Freizeit-ausgleich pro Jahr zu erhalten. Hierzu reichen Sie bitte die aktuelle Teilnahmebescheinigung des Kurses beim BGM-Team ein.

Krankenkassenerstattung

Die Angebote werden voraussichtlich von den gesetzlichen Krankenkassen nicht als präventives Angebot anerkannt. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse nach deren individuellen Bedingungen, da sich die Krankenkassen die endgültige Entscheidung vorbehalten.



Bildquelle: 123rf.com_ Antonio Guillem

Verbindliche Anmeldung

Zu den Bildungsangeboten der VHS Neuss



Bitte in Blockbuchstaben ausfüllen:

Name, Vorname *		<input type="checkbox"/> Frau <input type="checkbox"/> Herr
Straße *		Geb.-Datum
PLZ, Ort *		Telefon (möglichst mobil)
Bildungsangebots-Nr. *	Bildungsangebots-Nr.	
oder (wenn belegt)	oder (wenn belegt)	
E-Mail-Adresse *		
BIC *	IBAN * DE _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _ / _ _ _ _	
Inhaber (wenn anders als oben)	Straße, PLZ, Ort (wenn anders als oben)	

- * Die in der verbindlichen Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten, insbesondere Name, Anschrift, Telefonnummer, Bankdaten dienen allein zum Zwecke der Durchführung des entstehenden Vertragsverhältnisses. Diese Daten sind notwendig und erforderlich. Sie werden auf Grundlage gesetzlicher Berechtigungen erhoben. Ich stimme hiermit den Datenschutzbestimmungen zu.
- * Ich habe die Widerrufsbekanntmachung zur Kenntnis genommen (s. Rückseite).
- Ja, ich möchte den monatlichen Newsletter der VHS Neuss per E-Mail bekommen. Ich weiß, dass ich mich jederzeit wieder abmelden kann.
- Ich möchte den Teilnahmeausweis nicht per Mail sondern per Post erhalten.

Ermäßigung (Bitte gegebenenfalls ankreuzen)

Auf die Teilnahmegebühren der Entgeltordnung der Volkshochschule erhalten folgende Personengruppen gegen Vorlage entsprechender Ausweise bzw. Nachweise eine Ermäßigung von 30 %:

- Schüler/innen, Auszubildende, Studierende bis zu 27 Jahren
- Tätige im Bundesfreiwilligendienst
- Empfänger/innen von Leistungen nach dem SGB II – Grundsicherung für Arbeitsuchende –
- Empfänger/innen von Leistungen nach dem SGB III – Arbeitslosengeldempfänger –
- Empfänger/innen von Leistungen nach dem SGB XII – Sozialhilfeempfänger –
- Inhaber/innen der Ehrenamtskarte
- Inhaber/innen der Neuss-Passcard

Für Tagesfahrten, Exkursionen, Bildungsurlaubtaube und mit „K“ gekennzeichnete Veranstaltungen können keine Ermäßigungen eingeräumt werden.

Ich ermächtige die VHS Neuss widerruflich, die von mir zu entrichtenden Zahlungen bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem o. a. Konto einzuziehen.

*

*

Datum
(*) Pflichtfelder

Unterschrift des Anmeldenden/des Kontoinhabers, falls anderer Anmelder

Widerrufsbelehrung:

Der Widerruf der Anmeldung ist innerhalb von 14 Tagen nach Absendung/Abgabe der verbindlichen Anmeldung schriftlich möglich. Mit der Unterschrift der Anmeldung erfolgt eine verbindliche Anmeldung und die Stadt Neuss – VHS – wird ermächtigt, Zahlungen vom angegebenen Konto mittels Sepa-Lastschriftmandat einzurichten. Zugleich wird mein Kreditinstitut angewiesen, die von der Stadt Neuss – VHS – gezogenen Lastschriften einzulösen. Mit der Anmeldung erkenne ich die Teilnahmebedingungen der VHS bzw. bei Tagesfahrten die Reise- und Geschäftsbedingungen für die Teilnahme an den Tagesfahrten der Volkshochschule Neuss an. Diese sind im Programmheft abgedruckt; sie sind außerdem in der VHS und im Internet unter [vhs-neuss.de](https://www.vhs-neuss.de) einsehbar.

Hinweise:

Die Teilnahme ist ab dem vollendeten 16. Lebensjahr möglich, wenn nicht anders angegeben.

Die Bearbeitung der Anmeldungen erfolgt in der Reihenfolge ihrer Eingänge. Mit der Anmeldung wird das Einverständnis erklärt, dass die VHS die Daten der Anmeldung zur Verarbeitung und zu statistischen Zwecken speichert (EU-DSGVO). Der Anmeldende verpflichtet sich, sofern die Veranstaltung zustande kommt, rechtsverbindlich das Teilnahmeentgelt zu entrichten.

Ihre Anmeldung ist verbindlich, denn mit ihr kommt der Vertrag mit der VHS zustande. Der Vertrag steht von Seiten der Volkshochschule ferner unter einem Widerrufsvorbehalt, der es dem Veranstalter ermöglicht, aus wichtigen Gründen (z. B. dauerhafte Erkrankung der Dozenten, zu geringe Teilnehmerzahl etc.) den Vertrag rückwirkend aufzuheben. In diesem Fall werden bereits gezahlte Entgelte zurückerstattet.

Sollte kein Platz in der gewünschten Veranstaltung bzw. in der angegebenen Alternativveranstaltung frei sein, erhalten Sie in der Regel eine Bestätigung, dass Sie auf der Warteliste stehen.

Der Teilnahmeausweis wird grundsätzlich per Mail an Sie versendet.

Hinweise zum Sepa-Lastschriftenverfahren

Gläubiger-ID der Stadt Neuss: DE55ZZZ00000015663

Angewiesene Kto-Nr./BLZ wird automatisch in IBAN/BIC konvertiert. Die Abbuchung erfolgt 35 Tage nach dem Kursbeginndatum. In Erstattungsfällen erfolgt die Erstattung des Betrages innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum. Die Mandatsreferenznummer wird mit der Abbuchung mitgeteilt.

Die Anmeldekarten können Sie

- in einem frankierten Umschlag an die VHS-Verwaltung, Brückstr. 1, 41460 Neuss, einsenden.
- bei der VHS-Verwaltung abgeben.
- in einem adressierten Umschlag in den Briefkasten des RomaNEums, Brückstr. 1, oder des Rathauses, Markt 2, portofrei einwerfen.
- per Fax an die VHS-Verwaltung unter 02131-90-2387 senden.
- im Bürgeramt, Rathaus, abgeben.



Hinweis:

Mit dem Ausfüllen des umseitig für die Mittagspausenkurse benötigten Anmeldeformulars und der Anmeldung zu einem der Angebote der VHS akzeptieren Sie die Satzung der VHS Neuss, sowie deren Teilnahmebedingungen zur Buchung eines Kurses. Diese Bedingungen und weitere Informationen finden Sie unter:

<https://www.vhs-neuss.de/service/rechtliches/agb/>

Fotorechte

Titelbild: BGM-Team

Rückseite: fotolia.de © Salomo

Redaktion und Gestaltung

Dr. Sascha Severin

Nina Winterstein

Auflage Januar 2022

500 Exemplare



GESUND[😊] LEBEN



Gesundheitsmanagement >

NEUSS.DE

STADT NEUSS
Der Bürgermeister
Personalamt
Rathaus
Markt 2
Telefon 02131 90-2628/-2638
E-Mail : gesund@stadt.neuss.de
www.neuss.de