



**„Was tut uns gut? In der Region, im Verein, in der Nachbarschaft, für uns selbst – und zwar jeden Tag aufs Neue?“**

Praktische Antworten auf diese Frage zu geben, steht im Mittelpunkt des Projekts.  
Dazu orientieren wir uns an drei wesentlichen Säulen:

**Bewegung, Ernährung und Entspannung & psychische Gesundheit**

**14 Aktionstage – in 14 Städten.**

**> 400 Circles – in ganz Baden-Württemberg.**

**Wir bewegen gemeinsam.**

#### **Lust einen Circle anzubieten?**

Ein Circle stellt ein offenes Bewegungsangebot des Vereins über einen Zeitraum von 6 Wochen dar. Schwerpunkte liegen auf den Themen Bewegung, Ernährung oder Entspannung. Hier können bis zu 15 Teilnehmer 1x pro Woche zwischen 60 – 90 Minuten gemeinsam sporteln und ausprobieren.

Dabei haben die Teilnehmer die Möglichkeit, das Angebot mitzugestalten.

Die Abbildung und Online-Anmeldung der Circles finden ab März 2020 in der GESUNDNAH-Community (<https://www.aok.de/bw-gesundnah/>) und an den 14 Aktionstagen vor Ort statt.

Melden Sie sich bei Ihrem Circle-Ansprechpartner in Ihrer Nähe.

<b>AOK-Bezirksdirektion:</b>	<b>Aktionstag in:</b>	<b>Zeitraum:</b>	<b>Circle-Ansprechpartner:</b>
RNO Rhein-Neckar-Odenwald	<b>Wiesloch</b>	<b>Sonntag, 26.04.2020</b>	<b>Anja Schleipen</b> 0621 172085-14 Anja.Schleipen@bw.aok.de
HNF Heilbronn-Franken	<b>Crailsheim</b>	<b>Samstag, 18.04.2020</b>	<b>Stefanie Höttges</b> 07940 122-136 Stefanie.Hoettges@bw.aok.de
OWB Ostwürttemberg	<b>Heidenheim</b>	<b>Sonntag, 10.05.2020</b>	<b>Kathrin Winkler</b> 07321 314 265 kathrin.winkler@bw.aok.de
LBR Ludwigsburg-Rems-Murr	<b>Ludwigsburg</b>	<b>Sonntag, 24.05.2020</b>	<b>Felix Lobedank</b> 07141 136-230 Felix.Lobedank@bw.aok.de
MOR Mittlerer Oberrhein	<b>Rastatt</b>	<b>Sonntag, 19.04.2020</b>	<b>Carlo Petruzzi</b> 0721 3711-187 Carlo.Petruzzi@bw.aok.de
NSW Nordschwarzwald	<b>Freudenstadt</b>	<b>Samstag, 30.05.2020</b>	<b>Sandra Klink</b> 07441 8850 350 Sandra.Klink@bw.aok.de
SBB Stuttgart Böblingen	<b>Sindelfingen</b>	<b>Sonntag, 17.05.2020</b>	<b>Frederik Weihing</b> 07031 30690-31 Frederik.Weihing@bw.aok.de
NEF Neckar-Fils	<b>Eislingen</b>	<b>Sonntag, 26.04.2020</b>	<b>Saskia Brandstetter</b> 07161 203-901 Saskia.Brandstetter@bw.aok.de
ULB Ulm-Biberach	<b>Biberach</b>	<b>Freitag, 29.05.2020</b>	<b>Susanna Kraus-Janik</b> 07351 501-245 Susanna.Kraus-Janik@bw.aok.de
NEA Neckar-Alb	<b>Albstadt</b>	<b>Sonntag, 10.05.2020</b>	<b>Ute Streicher</b> 07433 262-1300 Ute.Streicher@bw.aok.de  <b>Manuela Horvat-Bock</b> 07433 262-1407 Manuela.Horvat-Bock@bw.aok.de
SOR Südlicher Oberrhein	<b>Emmendingen</b>	<b>Freitag, 22.05.2020</b>	<b>Dominik Hertlein</b> 07821 928-138 Dominik.Hertlein@bw.aok.de
SBH Schwarzwald-Barr-Heuberg	<b>Villingen- Schwenningen</b>	<b>Sonntag, 24.05.2020</b>	<b>Dirk Scherer</b> 07461 900566-25 Dirk.Scherer@bw.aok.de
BOS Bodensee-Oberschwaben	<b>Überlingen</b>	<b>Samstag, 02.05.2020</b>	<b>Theresa Hoh</b> 0751 371-175 Theresa.Hoh@bw.aok.de
HRB Hochrhein-Bodensee	<b>Konstanz</b>	<b>Samstag, 16.05.2020</b>	<b>Karin Köhler</b> 07751 878-103 Karin.Koehler@bw.aok.de