

Übersicht Inhouse-Angebote

Haben Sie Interesse an gemeinsamen Aktivitäten mit Ihren Kolleginnen und Kollegen in Ihrer Einrichtung oder möchten Sie regelmäßig einen Masseur vor Ort haben?

Dann geben Sie uns per E-Mail ein Feedback, welche der aufgeführten Maßnahmen von Ihren Kolleginnen und Kollegen gewünscht werden. Zur Organisation und Durchführung eines Präventionskurses benötigen wir rund 10 Teilnehmer.

Die Kosten können mit dem GesundheitsTicket Plus abgerechnet werden.

**Kurse, Workshops
und Gesundheitstage
auch ONLINE**

Gesundheitstage

- Ein gesunder Tag für Ihr
- Gesundheitstag "Bewegung"
- Gesundheitstag "Stress & Entspannung"
- Fitte Azubi's – Fittes Unternehmen
- Pflegeberatung

Gesund Ernähren!

- Kurse & Seminare zu gesunder Ernährung

Check up

- Check up „Gesundheitszustand Körper / Bewegung“
- Check up „Psychische Gesundheit“

Physiotherapeutische Behandlungen und Massagen

- Massagen / Physiotherapie am Arbeitsplatz

Arbeit und Gesundheit

- Burnout Prophylaxe
- Zeit- und Selbstmanagement
- Workshop „Arbeitsplatzergonomie“
- Sehtraining für Bildschirmarbeitsplätze
- Kurse & Seminare zur Raucherentwöhnung
- Workshop „Kommunikation“
- Workshop „Gesundes Führen“

Entspannungskurse & Stressmanagement

- Workshop „Stressmanagement 2.0 – The Work“
- Kurse & Seminare zur Entspannung und Stressbewältigung
- Kurse & Seminare zur Burnout Prophylaxe
- Workshop „Zeit- & Selbstmanagement“
- Workshop „Persönlichkeitsentwicklung 2.0 MIT NLP“

Bewegungs- und Sportkurse

- Kurse & Seminare zur Bewegung

Gerne beraten wir Sie zu unseren Angeboten und realisieren diese je nach Verfügbarkeit von Anbietern an Ihrem Standort.

Einrichtung / Ansprechpartner

Einrichtung:

Anschrift:

Ansprechpartner:

Telefon:

E-Mail: