

Bewusst - Gesund

Dem Stress ein Schnippchen schlagen


Bildungspartner Österreich
Beratung | Ausbildung | Training

GUTE QUALITÄT IST UNS WICHTIG!



Gute Bildung lohnt sich!
Gemeinsam an der Zukunft arbeiten.

Bewusst - Gesund

Tagesseminar: 09:00 bis 17:00 Uhr

Gesundheitsthemen sind nicht gerade die erste Wahl bei Jugendlichen, die in Ausbildung stehen. Das Interesse, seitens der Arbeitgebenden ist aber ein sehr großes, wie aktuelle Anfragen zu diesem Thema zeigen. Ganz im Gegenteil. Fit im Job liegt im Trend und ist wieder im Kommen. Der durchschnittliche Gesundheitszustand junger Arbeitnehmender zeigt in jedem Fall Handlungsbedarf.

Bewusst gesund sein und fit durch die Ausbildung zu gehen ist wichtiger denn je. Dafür haben wir diese Seminar- und Trainingseinheit entwickelt. Dabei geht es uns darum, den Wirtschaftsnachwuchs mit einfachen Mitteln, für gesundheitliche Themen zu sensibilisieren und zu begeistern.

Es ist nicht schwer, eigenverantwortlich auf ein gesundheitsförderndes Verhalten zu achten, wenn man weiß wie. Wir werden diesen Tag bewusst kurzweilig und informativ gestalten. In anschaulichen und praktischen Einheiten lernen wir verstehen, was es braucht, um sich nicht nur gesund zu fühlen, sondern auch zu sein.

Der Inhalt dieses Tagesseminars umfasst folgende Aspekte:

- Relevantes Wissen zum Thema erwerben und aufbauen.
- Erfahrungen austauschen.
- Sensibilisieren für die relevanten Aspekte.
- Aufbau einer praktizierbaren persönlichen Gesundheitsstrategie.

* zzgl. 20% USt. pro Person und

* zzgl. 15% zum Nettopreis pro Person bei Outdoorprogrammen



Termine: firmenintern auf Anfrage

Kosten: EUR 290,- *

Teilnehmende: ab 4 Teilnehmende

