

Basisseminar - Gesundheit

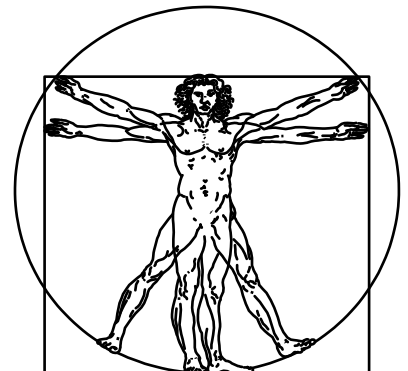
...motiviert zu mehr Gesundheit

Wer im Rettungsdienst arbeitet, für den gehören Notfallsituationen zum Tagesgeschäft. Jeder Einsatz stellt hohe Anforderungen an Einzelne und Teams und will erfolgreich bewältigt werden. Um langfristig mit Freude gesund und fit zu bleiben, lohnt es sich persönliche Energiequellen zu nutzen und gesunde Gewohnheiten zu praktizieren.

Im Basisseminar Gesundheit erhalten Sie die Möglichkeit sich in kollegialer Runde über gesundheitsfördernde Faktoren und nützliche Verhaltensweisen auszutauschen. Sie gewinnen einen Einblick in geplante Gesundheitsseminare und werden darin unterstützt, Ihren Lebens- und Berufsalltag für Ihre Gesundheit aktiv zu gestalten.

Basisseminar Gesundheit

- analysiert die täglichen Anforderungen
- gibt Personen und Teams Impulse, im Unternehmen Arbeitsbedingungen gesundheitsfördernd zu gestalten
- motiviert zur konkreten Umsetzung der Erkenntnisse
- weckt Interesse auf Gesundheitsangebote im Rahmen des Projektes „Gesund im Dienst mit Erfahrung und Kompetenz“



Termine: Halbtagsseminar 13:00-16:30 Uhr

Ort: Schulungsraum DRK Tübingen

Leitung: AOK Gesundheitsexperte