



Sven Langner
Telefon 0251 7186-8412
sven.langner@rwgv.de

Details zur Umsetzung und Durchführung in Ihrem Hause stimme ich gerne in einem persönlichen Gespräch mit Ihnen ab.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!

Ob interaktive Vorträge über Themen wie Stressprävention, gesunde Ernährung oder Ausdauersport, ob Gesprächssecken oder Infostände zu unterschiedlichen Themen, verschiedene Gesundheits-Checks, wie die HRV-Messung oder die Körperfettmessung, kurze Workshops mit Yoga oder dem Entspannungsverfahren PMR – das Leistungsspektrum Ihres Gesundheitstages bestimmen Sie selbst.

Wir sprechen alle Details mit Ihnen ab und organisieren mit Unterstützung eines Expertenteams Ihren ganz individuellen Gesundheitstag und machen Gesundheit erlebbar!

Gesundheit fördern: Win-Win für alle Beteiligten



- Sensibilisieren Sie Ihre Mitarbeiter für das Thema Gesundheit
- Regen Sie zum Nach- und Umdenken an
- Geben Sie eine Initialzündung um das Thema mit Spaß in den Arbeitsalltag zu integrieren
- Zeigen Sie Ihren Mitarbeitern, dass ihre Gesundheit Ihnen etwas wert ist
- Erhalten Sie die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter und bauen Sie sie nachhaltig aus



Unser Tipp: Leistungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung sind gem. § 3 Nr. 34 EStG steuerbefreit!

Kommt Ihnen das bekannt vor?

Sie müssen immer mehr Informationen verarbeiten und sich immer schneller auf Veränderungen einstellen. Der starke Wettbewerb verlangt eine hohe Qualität von Produkten und Dienstleistungen und setzt Unternehmen und Mitarbeiter inhaltlich und zeitlich unter enormen Druck. Gesunde, qualifizierte, motivierte und leistungsstarke Mitarbeiter sind der entscheidende Faktor, um die aktuellen und zukünftigen Herausforderungen zu meistern.

Wie ist das zu schaffen?

Geben Sie sich und Ihren Mitarbeitern Strategien mit auf den Weg, leistungsfähig, motiviert und gesund in den Arbeitsalltag zu starten. Sensibilisieren Sie sich und Ihre Mitarbeiter dafür, dass der Schutz der Gesundheit wichtig ist und stärken Sie das Gesundheitsbewusstsein in Ihrem Unternehmen. Machen Sie Gesundheit erlebbar und zeigen Sie, dass Ihnen die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter am Herzen liegt.

Fit für Morgen

Der Gesundheitstag, den wir komplett aus einer Hand und mit Experten aus unterschiedlichen Bereichen für Sie organisieren, versteht sich als Impulsgeber für Sie und Ihre Mitarbeiter. Denn bereits kleine, alltagstaugliche Veränderungen führen zu mehr Wohlbefinden. Wir wollen nicht belehren, sondern motivieren, selbst aktiv zu werden. Und das mit Begeisterung!

Denn Gesundheit macht Spaß – man muss nur wissen, wie! Und genau das wollen wir Ihnen und Ihren Mitarbeitern im Rahmen des Gesundheitstages zeigen.

Referenzen:

„Petra Jansing und ihr Team haben den oberen Führungskräften der Koelnmesse mit großartiger Kompetenz, Einfühlungsvermögen und viel Begeisterung praxistaugliche Gesundheitstipps für den Arbeitsalltag geliefert. Die Umsetzung dieser Hinweise im beruflichen Alltag entlastet nicht nur uns sondern hilft zugleich, unsere Mitarbeiter auch an dieser Stelle zu unterstützen.“

Stefan Kemler, Zentralbereichsleiter Personal und Recht, Koelnmesse GmbH

„Mit großer Empathie versteht Petra Jansing es, ihr Gegenüber für das zu begeistern, was sie selbst lebt: Gesund leben und gesund bleiben. Durch ihre tägliche Arbeit mit dem Thema Gesundheit und die Neugierde für neue Trends und Entwicklungen in diesem Bereich ist sie stets auf dem neuesten Stand. Davon profitieren die Teilnehmer ihrer Seminare, Vorträge und Coachings sehr.“

Dr. Andreas Buchinger, Klinik Dr. Otto Buchinger, Bad Pyrmont



Kunden-Service-Center

Telefon: 0251 7186 -8000
Fax: 0251 7186 -8199



Begeistert Gesund!



Der Gesundheitstag für Ihre Mitarbeiter

© 2015 Rheinisch-Westfälische Genossenschaftsakademie (RWGV Akademie)

Erlebnisorientierter Gesundheitstag für Ihre Mitarbeiter!

Unser Team besteht aus Experten in den Bereichen Stressmanagement, Ernährung, Physiotherapie sowie Yoga- und Entspannungstraining.



ERNÄHRUNG

- Die größten Lebensmittel-Irrtümer
- Light? Besser nicht! Warum?
- Genuss macht schlank

BEWEGUNG

- Sport im Bürostuhl
- Zeitung mal anders – kleines Workout für zwischendurch
- Sitzen, aber richtig

STRESSMANAGEMENT

- Atmen kann doch jeder!
- Nie wieder Stress?
- Nichts bringt uns schneller voran als eine Pause!

ENTSPANNUNG

- Vital und entspannt am Arbeitsplatz
- Der 5-Minuten-Frische-Kick
- Yoga – oommm!



Unser Team von links nach rechts: Tanja Meyer-Brzinsky, Eva-Maria Mönkemöller, Marion Jedwill, Petra Jansing

Tanja Meyer-Brzinsky ist passionierte Physiotherapeutin und Fitnesstrainerin. Einfach kann so wirkungsvoll sein – Begeisterung, die überschwappt.

Eva-Maria Mönkemöller ist Yoga- und Entspannungstrainerin aus dem Bedürfnis heraus, anderen Menschen ein gutes Körpergefühl zu vermitteln. „Entspannung sorgt für ein harmonisches Gleichgewicht, schenkt neue Vitalität und wird immer notwendiger.“

„Die Basis unseres Seins ist die Ernährung“. (J. Lafer) Aus diesem Grund wählte **Marion Jedwill** den Beruf der Ernährungsberaterin und berät und unterstützt Menschen mit fundiertem Fachwissen und Herzblut.

Petra Jansing ist Trainerin und Coach aus Leidenschaft. Sie zeigt, dass auch kleine Schritte Großes bewirken und begeistert Menschen für Freude an Gesundheit.

Sie entscheiden, welche Schwerpunkte Sie legen wollen.