




-  Wissensvermittlung
-  Bewegungsgewohnheiten
-  Präsenz

## **WORKSHOP**

# **MONOTONES ARBEITEN**




Dieser Workshop ist an alle adressiert, die einen einseitigen Arbeitsplatz vorfinden. Dabei werden im Rahmen der gemeinsamen Arbeit, abhängig von den Bedingungen in Ihrem Unternehmen, verschiedene physische, wie auch psychische Aspekte der Monotonie betrachtet.

Unser Ziel ist es im ersten Schritt Monotonie im Arbeitsalltag aufzudecken um die Teilnehmer im weiteren Verlauf für die Gefahren und Auswirkungen von Monotonie zu sensibilisieren. Im letzten Schritt werden gemeinsam maßgeschneiderte Lösungsansätze entwickelt, die speziell auf die Anforderungen Ihres Unternehmens zugeschnitten sind.

Durch Selbstreflexion, Interaktivität und lebhaftes Diskussionsumfeld schaffen wir einen Raum, um die Herausforderungen der Arbeitsroutine zu erkennen und kreative Wege zu ihrer Überwindung zu finden. Dieser Workshop bietet nicht nur Einblicke in die Dynamik von Monotonie, sondern fördert auch eine positive Arbeitskultur.

Lassen Sie uns gemeinsam die Monotonie durchbrechen und frische Impulse für mehr Gesundheit, Engagement und Produktivität am Arbeitsplatz setzen.

### **KEY-FACTS**

 45-60 Minuten inkl. 15-minütiger Vortrag

 Bis zu 10 Mitarbeiter / Workshop

 Bis zu 6 Workshops pro Tag buchbar

---

### **VORAUSSETZUNGEN**

- Raum mit ausreichend Platz für Teilnehmer

### **DAS BRINGEN WIR MIT**

- Zertifiziertes Personal - §20 SGB V - konform

### **NOTIZEN**

---

---

---

---

### **KONTAKT**

Ihr Ansprechpartner: Jan Erdmenger

Telefon: +49 172/ 86 87 88 1

erdmenger@dein-gesundheitsmanagement.de