
 Wissensvermittlung

 Ernährung

 Präsenz


VORTRAG GESUNDE ERNÄHRUNG

Mehr Wohlbefinden und Energie im Alltag



Gesunde Ernährung ist in aller Munde, doch die Umsetzung am Arbeitsplatz und oft auch zu Hause, fällt oft schwer. Wir wollen Impulse geben, die eigenen Ernährungsgewohnheiten mal genauer anzuschauen. Ganz aktuell geht der Trend auch zu regionalen und saisonalen Produkten. Sie schonen die Umwelt und ganz nebenbei auch unser Portemonnaie, denn Produkte zur rechten Jahreszeit gekauft sind in der Regel günstiger, schmecken aber viel besser. Es gibt viele praktische Tipps zur Umsetzung. Darüber hinaus widmen wir uns dem Essalltag in ihrem Betrieb. Wie bekommen sie es hin, sich auch hier gesünder und stressfreier zu ernähren?

KEY-FACTS

 45 Minuten pro Vortrag

 Bis zu 20 Mitarbeiter / Vortrag

 Bis zu 3 Vorträge pro Tag buchbar

VORAUSSETZUNGEN

- Raum mit ausreichend Platz für Teilnehmer
- Beamer

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