

ÜBERSICHT ÜBER GEPLANTE BGF-MODULE IN DER STEIERMARK

Ernährung	Bewegung	Stressmanagement	Psychische Gesundheit im Betrieb
Ernährungsworkshop 1 „Fit im Arbeitsalltag - Essen mit Genuss“ (3 Stunden)	Multiplikatoren Ausbildung „Mitarbeiter/innen bewegen Mitarbeiter/innen“ (MbM) (2 Tage) Graz: 29.9/19.10.2020	Workshop „Erkennen - Verstehen - Bewältigen“ (4 Stunden)	Seminar für BGF-Umsetzungsverantwortliche (1 Tage) 11.11.2020
Ernährungsworkshop 2 „Dem Essen auf der Spur“ (3 Stunden)			Seminar für Führungskräfte (1 Tag) 12.11.2020
Tabakentwöhnung	Auffrischungsseminar „MbM Follow-up“ Graz: 30.9.2020	Seminar „Gelassen und sicher im Stress“ (2 Tage)	Multiplikatoren Ausbildung „BGF-MindGuard“ (2 Tage)
Seminar „Rauchfrei in 6 Wochen“ (6x 1 1/2 Stunden)	Ergonomie am Arbeitsplatz „Gestalten und Bewegen“ (2 Tage)		

Jedes Seminar kann ab einer Teilnehmer/innen-Anzahl von 6 Personen und entsprechender Verfügbarkeit auch direkt im Betrieb durchgeführt werden