

## Veranstaltungskalender

### Interaktiver Unternehmerworkshop

---

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Termin:</b>           | 10.12.2020   |
| <b>Plätze verfügbar:</b> | noch Plätze verfügbar  |
| <b>Zeit:</b>             | 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr  |
| <b>Stadt:</b>            | IHK-Zentrum für Weiterbildung<br>Schloßplatz 5 a, 96450 Coburg |
| <b>Art:</b>              | Seminare   |

---

**Nutzen / Ziel:** **Wie fit, motiviert und gesund sind Ihre Mitarbeiter?  
Einblicke in eine praxisorientierte und aktive betriebliche Gesundheitsförderung**

Vor dem Hintergrund eines demografischen Wandels, einer massiven Zunahme sogenannter Zivilisationserkrankungen, erhöhtem Leistungsdruck und wachsender psychosomatischer Beschwerden macht sich ein aktives individuelles und betriebliches Gesundheitsmanagement unter ganzheitlichen Gesichtspunkten erforderlich.

Da gesunde, leistungsfähige und motivierte Mitarbeiter das Fundament des Unternehmenserfolges darstellen, sichert die betriebliche Gesundheitsförderung die Produktivität und Wettbewerbsfähigkeit der Unternehmen.

**Nutzen:**

Dieser interaktive Unternehmerworkshop soll nicht nur informieren und aufklären, sondern durch seinen starken Praxisbezug sensibilisieren und zur nachhaltigen Umsetzung animieren.

**Beschreibung:** Schwerpunktthemen dieses Gesundheitsseminars sind:

- Begriffliche Abgrenzungen
- Aktuelle Situation
- Bewegung als Schlüsselreiz für Gesundheit und optimierte Ergonomie am Arbeitsplatz
- Bewusstes Ernährungs- und Trinkverhalten
- Vitalitätsmanagement
- Stressmanagement
- Entspannung, Regeneration und Erholung
- Alternative Gesundheitskonzepte
- Ausblick mit Lösungsalternativen

**Zielgruppe(n):** Gesundheitsbewusste Personen

---

|                   |   |
|-------------------|---|
| <b>Abschluss:</b> | IHK-Teilnahmebescheinigung  |
| <b>Kosten:</b>    | 195,00 €  |
| <b>Referent:</b>  | Dr. Jens Barthel, Gesundheitsmanagement Dr. Barthel, Hildburghausen |

**Kontaktperson:** Dirk Schmidt  
dirk.schmidt@coburg.ihk.de  
09561/7426-24

**Anmeldeschluss:** 03.12.2020

