Pluspunkte für Ihr Unternehmen

Was steckt in der „Suppentüte" – Der „Aha-Effekt"

Zielgruppe

Mit unserem Angebot sprechen wir alle Beschäftigten eines Unternehmens an. Der Workshop wird Inhouse direkt im Unternehmen durchgeführt.

Ziele

Oft wissen wir nicht, was wirklich in unserem Essen steckt und Etiketten wie „fettreduziert" oder „zuckerfrei" machen die Orientierung nicht unbedingt leichter. Was steckt hinter verschiedenen Zuckerarten? Wie viel Zucker ist tatsächlich in unserem Essen und ist das gesund oder nicht? Was bedeuten die vielen Zusatzstoffe und wo verstecken sie sich überall? Dieses Angebot soll Aufklärung darüber schaffen, was in unserem „täglichen Brot" eigentlich drinsteckt.

+ Selbsterfahrung zu Zucker und Salz (z.B. Würfelzuckerbestimmung)
+ Welche Arten von Zucker gibt es? Verschiedene Zuckerarten entlarven
+ Analyse der Inhaltsstoffe von Fertigprodukten: um welches Produkt könnte es sich anhand der Inhaltsstoffe handeln?

Nutzen

Durch die Impulsvorträge/Workshops mit hohem Selbsterfahrungswert kommen Ihre Beschäftigten ins Überdenken Ihrer eigenen Ernährungsgewohnheiten. Sie erhalten nicht nur einen Einblick in die Welt der Lebens- und Genussmittel, sondern werden bewusster in Ihrem Ernährungsverhalten.

Termine

individuelle Terminvergabe
Sprechen Sie uns an!

Besonderheiten

Ein Themenprogramm kann nach Ihren betrieblichen Bedürfnissen zusammengestellt werden und sowohl in der Form eines Workshops als auch als Impulsvortrags abgehalten werden.

Margit Urban

BGM Koordination & Beratung

„Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, der andere packt sie an und handelt!"
Dante Alighieri

Inhaberin Margit Urban BGM Koordination & Beratung, Burnout-Beraterin, Expertin für psychosoziale Gesundheit im Betrieb, NLP Practitioner, Ernährungsberaterin, Partner im Beraterverbund „GesundeUnternehmen"

Margit Urban
Königsteiner Straße 5
65510 Idstein
Telefon +49 (0) 6126.7004478
Mobil + 49 (0) 162.8241211
margit.urban@gesundeunternehmen.com
www.bgm-margiturban.de

MARGIT URBAN
BGM - KOORDINATION & BERATUNG

Die Akademie Gesunde Unternehmen

Unser praxisbezogenes Angebot im modularen System entspricht den aktuellsten Erkenntnissen von Forschung, Didaktik und Pädagogik. Unsere Referenten und Coaches sind alle langjährig erfahren im Bereich von wirksamen betrieblichen Gesundheitsmanagement und engagiert bei der Sache. Alle Angebote können Inhouse und in branchengemischten offenen Gruppen stattfinden.

Zielgruppe der Angebote: Führungskräfte, Mitarbeiter, alle an Gesundheit Interessierte

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen

Der Beraterverbund Gesunde Unternehmen ist ein Verbund erfahrener Experten mit Herz und Verstand rund um ganzheitliche Gesundheit und hat das Ziel, machbare Entlastung zu schaffen und schnell Ressourcen zu aktivieren, um eine gesunde Basis für Stabilisierung und für nötige Veränderungen zu haben.

Mehr unter
www.gesundeunternehmen.com