



DIGITALE WORKSHOPS

Das Thema Gesundheitsworkshops bleibt aufgrund der aktuellen Corona Pandemie oft auf der Strecke. Doch gerade aufgrund neuer Arbeitsabläufe, Heimarbeitsplätze und zusätzlicher psychischer Belastung ist es umso wichtiger, sich Wissen und Techniken zur Verbesserung der eigenen Gesundheit anzueignen und in den Arbeitsalltag zu implementieren. Zusammen in digitalen Räumen regen viele Mitmachfunktionen (Umfragetools, digitale Whiteboards & online Gruppenarbeiten usw.) die Kreativität der Mitarbeiter an und schaffen einen niederschweligen Einstieg in verschiedene Gesundheits- & Präventionsbereiche – und das Alles ortsunabhängig.

INHALTE & ZIELSETZUNGEN

- Digitale Gruppenaktivität fördert Zusammenhaltsgefühl
- Direkte Einblendung von Präsentationen erleichtern die Verständlichkeit von Gesundheitsthemen
- Förderung der Gruppendynamik durch interaktive Umfragetools oder Wortbeiträge
- Nutzung von digitalen Whiteboards
- Gruppenübungen in Breakoutsessions
- Handreichung individueller Handlungsempfehlungen



ZEIT/ DAUER

ca. 45-60 Minuten

ANZAHL TEILNEHMER

Ca. 15 Teilnehmer

RAUM & VORAUSSETZUNGEN

PC, Internetzugang, Webcam & Mikrofon von Vorteil aber kein Muss
Plattform: Zoom, Teams, Skype etc.

ZIELGRUPPE

Mitarbeiter, Azubis, Führungskräfte

PREIS

100,00-150,00 €

* Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

** Alle Angebote werden nach den jeweils geltenden Corona Hygiene- und Sicherheitsregeln umgesetzt.