



Workshop
«Fit@work – ja! Aber wie?»

Fit@work – ja! Aber wie?

Erleben Sie unsere BGM Angebote, um das Passende für Ihr Unternehmen zu finden.

Beschreibung

Möchten Sie Ihre Mitarbeitenden für das Thema Gesundheit sensibilisieren und ihnen verschiedene Möglichkeiten aufzeigen, wie sie ihre Gesundheit aktiv fördern können? Dabei ist die Auswahl des passenden Angebotes zentral. Wichtig ist, dass Sie einen Anstoss geben, zum Nachdenken anregen und/oder zur Bewegung motivieren. Denn Gesundheit sollte nachhaltig sein und zahlt sich auch für das Unternehmen aus.

Nutzen Sie an unserer Veranstaltung «Fit@work – ja! Aber wie?» die Möglichkeit durch Referate, Schnuppersessions und Tests einen Einblick in verschiedene BGM Angebote zu erhalten.

Inhalt

Folgende BGM Angebote werden wir Ihnen vorstellen:

- Gesundheitsparcours (Suva)
- Luftibus (Lungenliga Zürich)
- 10-Schritte Kampagne für die psychische und physische Gesundheit (Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz)
- Erste Hilfe Kurs für psychische Gesundheit «ensa» (Pro Mente Sana)
- Stressprävention RebootYourself® (match index)
- Dienstleistungsangebot Betriebliches Gesundheitsmanagement «BGM» (Swiss Life)
- Referat zum Thema «Schlaf» (Dr. med. Stefan Telser)
- Referat zum Thema «Bewegung» (impuls.gesundheitsförderung)
- Referat zum Thema «Ernährung» (stress away®)

Zielgruppe

Geschäftsleitende, Führungs-, Personal- und Organisationsverantwortliche aus Mittel- und Grossbetrieben.

Programm

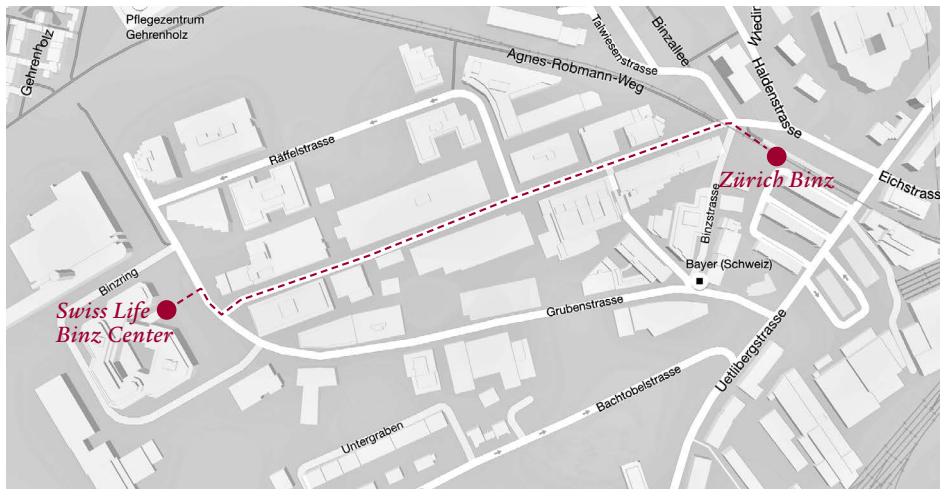
Dienstag, 19. Oktober 2021, 9 Uhr bis 15 Uhr

Swiss Life, Binz Center, Grubenstrasse 49, 8045 Zürich

<i>Kursdatum</i>	Dienstag, 19. Oktober 2021, 9 Uhr bis 15 Uhr
<i>Kurskosten</i>	CHF 280.- (exkl. MwSt.) inklusive Pausenverpflegung, Stehlunch, Getränke
<i>Kursort</i>	Swiss Life, Binz Center, Grubenstrasse 49, 8045 Zürich
<i>Teilnehmerzahl</i>	mindestens 30 bis maximal 100
<i>Organisator</i>	Swiss Life Unternehmenskunden Betriebliches Gesundheitsmanagement
<i>Anmeldeschluss</i>	jeweils 2 Wochen vor der Veranstaltung

Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung via E-Mail an bgm@swisslife.ch entgegen.

Anfahrtsplan



Anreise mit dem öffentlichen Verkehr

Ab Hauptbahnhof S-Bahn-Linie S10 Richtung Uetliberg, Haltestelle Binz.
Dann Bus Nr. 76 bis Binz Center oder sieben Minuten zu Fuss (siehe rote Linie)
der Binzstrasse entlang.

Anreise mit dem Auto

Vor Ort stehen wenige Parkplätze zur Verfügung.
Diese müssen vorreserviert werden.

*Gesunde Mitarbeiter – der Schlüssel
zum Erfolg Ihres Unternehmens!*

Swiss Life AG
Grubenstrasse 49
8045 Zürich
bgm@swisslife.ch
www.swisslife.ch/bgm