R+V BKK
Herzlich. Echt. Verlässlich.

BGM-LOTSE

Das Ziel? Mitarbeiter/innen, die sich gemeinsam regelmäßig bewegen oder entspannen und dabei wichtiges zum Gesundheitswesen um Unternehmen erfahren – persönlich, vertraut, intern.

Der Weg? Der Coach für Ergonomie und Bewegung.
In einem 2-teiligen Workshop/ 3-teiligen Workshop (online/ präsent) bilden wir Mitarbeiter/innen als Coach und Pate des BGM-Teams aus und erarbeiten als Team die wichtigen Eckpunkte für einen „gesunden Arbeitsplatz" mit den Schwerpunkten Bewegung und Entspannung sowie Integration in den (Berufs-) Alltag.

Der Coach? Der Coach für Ergonomie und Bewegung ist der verlängerte Arm des BGM-Teams hat die Aufgabe, gemeinsam mit seinen Kolleg/innen z.B. in Morgenmeetings, Gruppensitzungen oder geplanten „Bewegten Pausen" kleine Bewegungs- und/ oder Entspannungseinheiten durchzuführen mit dem Ziel im Unternehmen eine nachhaltige und großflächige Kultur zu schaffen, in der „bewusste und gesunde Pausen" Schritt für Schritt selbstverständlich werden und irgendwann zur Routine gehören.

KONTAKT LYFES GMBH
www.lyfes.de I info@lyfes.de I 06135 933 8288
facebook: lyfes.gesund.leben.lernen
instagram: _lyfes_

lyfes
gesund • leben • lernen