

Kostenfrei
für Ihren
Betrieb

Modulare Workshops für Ihre Berufseinsteiger

Gesund in den Beruf starten

Mit Betrieblicher Gesundheitsförderung, die gezielt Berufseinsteigende anspricht, setzen Sie als Arbeitgeber ein wichtiges Signal für eine nachhaltige **Personalpolitik**. Nachwuchs fördern und durch attraktive Gesundheitsmaßnahmen im Unternehmen halten, ist gerade in Zeiten wachsenden Fachkräftemangels eine **gute Investition in die Zukunft**. Mit unserem speziellen Angebot unterstützen

wir Sie dabei, Ihre jungen Beschäftigten im Betrieb frühzeitig für das wichtige Thema Gesundheit zu **sensibilisieren**. Neben gesundheitlichem Basiswissen bietet das mehrtägige Angebot Raum für **Austausch und Reflexion** über das **eigene Gesundheitsverhalten**. Nach Bedarf können neben dem Einstieg und Abschluss **Module mit thematischen Schwerpunkten** frei gewählt werden.

Inhalt

Kick-off-Workshop „Gesund in den Beruf starten“

- Modul 1: Bewegung & Ergonomie
- Modul 2: Stressbewältigung/Ressourcenstärkung
- Modul 3: Sucht
- Modul 4: Ernährung im Arbeitsalltag

Abschluss & Transfer - Mein Gesundheitsprojekt

Wählbar sind folgende Optionen:

- Kick-off-Workshop (an 1 Tag)
- Kick-off | 1 Modul | Abschluss (an 2 Tagen)
- Kick-off | 2 Module | Abschluss (an 3 Tagen)
- Kick-off | 3 Module | Abschluss (an 4 Tagen)
- Kick-off | alle Module | Abschluss (an 5 Tagen)

Zielgruppe

Auszubildende, duale Studierende, Trainees oder andere Berufseinsteigende Ihres Unternehmens

Workshopleitung

Fachkräfte für Betriebliches Gesundheitsmanagement der AOK Niedersachsen

Dauer

Kick-off-Workshop: 4 Stunden
Wahlmodule: je 2 Stunden (Abschluss: ca. 30 Min.)

Organisatorisches

6-15 Personen, aber auch für kleine Betriebe machen wir Vieles möglich.

Kontakt

AOK Niedersachsen
Die Gesundheitskasse.
Unternehmensbereich BGM
Herrenstraße 9
30159 Hannover

Wir beraten Sie gern persönlich!

 0511 1676 - 16188 oder
0441 93641 - 16187

 angebot.bgm@nds.aok.de

aok.de/arbeitgeber/nds

Wir machen Niedersachsen gesünder.