



Institut für Betriebliche
Gesundheitsförderung



AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

WERTvoll durchstarten

Von Anfang an die Segel auf
einen gesunden Kurs setzen

UNSER ANGEBOT:

Ein modulares, ganzheitliches Trainingsprogramm für Auszubildende zur Stärkung der mentalen Gesundheit

IHR MEHRWERT:

- ▶ WERTvolles Unternehmensimage
- ▶ WERTvolle Auszubildende

UNSER ANSATZ:

- ▶ jedes Modul als 3-stündiger Workshop
- ▶ basierend auf Erkenntnissen der positiven Psychologie
- ▶ bedarfsorientiert kombinierbar
- ▶ praxisnah & interaktiv

WERTvoll durchstarten – modularer Baukasten

Werte

Werte 

Motivation 

Starke Persönlichkeit 

Entfaltung

Fit für die Prüfung 

Digitale Balance 

Gewohnheiten 

Ressourcen

Bewegung & Ernährung 

Resilienz 

Schlaf & Erholung 

Team

GetReady 

Konflikte & Kommunikation 

Gesunde Beziehungen 

Markus Birnkammer
Teamleiter Prävention und Veranstaltungen
Mobil: +49 152 01566537
E-Mail: markus.birnkammer@bgf-institut.de

Seit über 25 Jahren gestalten wir betriebliches Gesundheitsmanagement im Rheinland und in Hamburg durch innovative, individuelle und ganzheitliche Lösungen. Unsere Dienstleistungen sind passgenau auf Ihre spezifischen Anforderungen und Bedürfnisse ausgerichtet.



www.bgf-institut.de

Zentrale Köln



Neumarkt 35 – 37
50667 Köln
T +49 221 27180-0
E info@bgf-institut.de

Niederlassung Hamburg



Pappelallee 22 – 26
22089 Hamburg
T +49 40 2390873-0
E info@bgf-institut.de

Niederlassung Borussia-Park



Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 Mönchengladbach
T +49 160 7359891
E borussia@bgf-institut.de