

# Bildungsmarkt SGB II

## "Hallo Wach"

Angebot-Nr.

00062194

Preis

1.200,00 € (Inkl. 19% MwSt.)

Preisinfo

Maximal 14 Teilnehmer plus Anfahrtskosten

Termin

Termine auf Anfrage

Vereinbaren Sie einen Termin

## Beschreibung des Angebotes

Die Fehltagel auf Grund von Krankheiten nehmen gerade im öffentlichen Dienst dramatisch zu. Um dieser negativen Entwicklung präventiv vorbeugen zu können, biete ich dieses Seminar an. Die drei wesentlichen Faktoren zur Erhaltung der Gesundheit sind Umsetzungskompetenz, Ernährung und Bewegung. Schon kleine Veränderungen können großes bewirken und dazu sind die Teilnehmer nach dem Seminar in der Lage.

## Weitere Informationen zum Angebot

Inhalte :

- Wahrnehmung, wie entsteht sie und welchen Einfluss hat sie auf das tägliche Handeln?
- Die 5 Eigenschaften der Umsetzungskompetenz
- Welchen Einfluss hat die Ernährung auf die Konzentration
- Muskelaufbau am Arbeitsplatz

## Angebotsmerkmale

Form

Inhouse-Seminar

Bildungsziel

Mehr Gesundheit am Arbeitsplatz

Vertiefungsgrad

Spezialwissen

Zielgruppe

Alle Mitarbeiter im Jobcenter

Zugangsvoraussetzungen

Das Seminar ist für alle Mitarbeiter im Jobcenter hilfreich

Technische Voraussetzungen

Es wird ein Raum mit Stuhlkreis ohne Tische benötigt, der die Möglichkeit zu viel Bewegung bietet.

Angebot-Nr. 00062194

## **Anbieter**

### **Sylvia Lessing-Trainerin SGB II / Mentaltrainerin**

□

Sylvia Lessing  
Albert-Mahlstedt-Straße 20  
23701 Eutin  
Schleswig Holstein

□

01754534694

□

lessing-sylvia@t-online.de

□

<http://www.sylvialessing.de>

[Angebot manuell aktualisiert am 05.07.2016](#)