



Preise

200,- € + Mwst. für 90 Minuten Workshop
Coaching, etc. für 1 - 7 Personen in Ihrer
Firma
250,- € + Mwst. für 90 Minuten Workshop
Coaching, etc. für 1 - 7 Personen bei uns.

Für die Gesundheitsförderung Ihrer
Mitarbeiter können Sie 500,- € pro Person
steuerfrei im Jahr absetzen!

Wir beraten Sie gerne in einem
unverbindlichen, kostenfreien Erstgespräch.



Der AAW Wir stellen uns vor

Arbeitskreis für Aus- und Weiterbildung
Grabenallee 24, 77652 Offenburg
Tel: 0781 919289-0
Email: offenburg@aaw.de
Ansprechpartner:
Christiane Elicker, Lydia Lerch

- ✓ Über 30 Jahre Erfahrung im Bereich
der beruflichen Weiterbildung
- ✓ Wir arbeiten mit unterschiedlichen
Zielgruppen und Auftraggebern
(Jugendliche, Schwerbehinderte,
Akademiker, Migranten, Firmen etc.)

Gesunde Mitarbeiter

Sorge dich gut um deinen Körper.
Es ist der einzige Ort,
den du zum Leben hast.
- Jim Rohn -

Um den Erfolg Ihres Unternehmens zu
sichern brauchen Sie gesunde und
zufriedene Mitarbeiter.

Wir zeigen Ihnen wie es geht!





Unser Ziel

Lassen Sie uns gemeinsam dazu beitragen, dass Ihre Mitarbeiter mehr Gesundheit, Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden und Lebensfreude erleben können.

Gesunde Mitarbeiter sind dauerhaft:

- ✓ leistungsfähiger
- ✓ motivierter
- ✓ übernehmen Verantwortung

Langen Krankheitszeiten und Ausfällen wird effektiv entgegengewirkt.

Dabei sind die richtige Ernährung, Bewegung und Entspannung die wichtigsten Eckpfeiler, um Körper und Geist gesund zu erhalten.

Geben Sie Ihren Mitarbeitern die Chance, etwas für die Gesunderhaltung ihres Körpers zu tun.

Ihre Wünsche stehen im Vordergrund. Ganz auf Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeiter zugeschnitten bieten wir Ihnen professionelle Beratung an, oder gestalten bei Ihnen oder in unseren Räumlichkeiten Workshops mit viel Praxisnähe.

Neben dem umfassenden Coaching und Gesamtworkshops zu den drei Säulen der Gesundheit bieten wir auch Kurzworkshops u. a. zu folgenden Themen an (weitere gerne auf Anfrage):

Ernährung

- ✓ gesundes Essen für Eilige
- ✓ Essen für gute Laune und geistige Leistungsfähigkeit
- ✓ Gesunde Pausensnacks

Bewegung

- ✓ Nordic Walking
- ✓ Gymnastik, Rückenschule
- ✓ Tanz

Entspannung

- ✓ Progressive Muskelentspannung
- ✓ Meditation
- ✓ Atemübungen
- ✓ Phantasiereisen

Bewegung

Entspannung

Ernährung

