

Ausbildung zum Multiplikator für Bewegung & Entspannung

Interne Multiplikatoren spielen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement eine enorme Rolle.

- Sie sind Botschafter für die Wichtigkeit von Gesundheit am Arbeitsplatz
- Sie unterstützen die Unternehmenskultur und können dabei helfen „Gesundheitsorientiertes Führen“ im Blick zu behalten
- Sie sind Motivator und Stimmungsbarometer

In dieser Funktion sollten Multiplikatoren eine breite und solide Kompetenzbasis haben. Unsere Ausbildung schafft eine solche Basis und entwickelt die notwendigen Kompetenzen.

- Aufgaben bzw. Grenzen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements und Grundwissen über Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung
- Anatomische und physiologische Einblicke
- Kommunikation, Organisation und Evaluation von BGF-Maßnahmen
- Einen Fundus an Inhalten zu Bewegungsformaten und Entspannungsprogrammen

Sie haben Lust, Ihre Leidenschaft stärker in Ihren Beruf einzubringen?

Als Multiplikator für Bewegung und Entspannung setzen Sie sich im Rahmen Ihrer Rolle aktiv mit Gesundheitsthemen auseinander und unterstützen Ihre Kollegen dabei gesund zu bleiben.

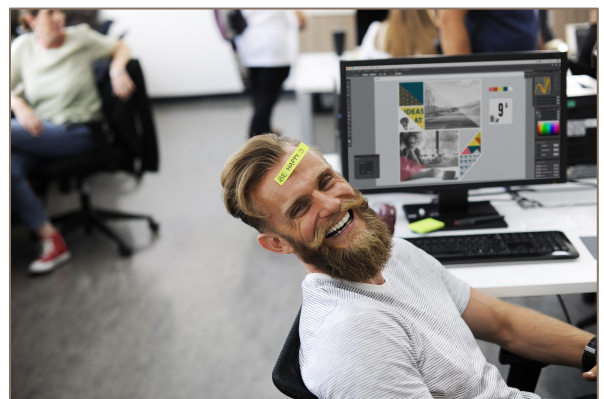
Rahmen und Ablauf:

Diese Ausbildung findet im Blended Learning-Format statt.

- Wissensinhalte lernen Sie im Selbststudium online aus Inhalten, die wir Ihnen zur Verfügung stellen.
- Im Präsenzseminar reflektieren wir, und Sie lernen Methoden sowie Kursformate kennen. Wir bauen Ihre Handlungskompetenz auf.
- Nach dem Seminar unterstützen wir Sie bei Ihrer Arbeit mit Vertiefungen, weiterführenden Übungen und dem gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Ort:	Der Präsenzteil findet in Hamburg statt
	Vor- & Nachbereitung online
Teilnehmer:	Mindestens 6, höchstens 12
Dauer:	Online-Inhalte ca. 1,5 Tage Workshop-Zeit 1,5 Tage

Preis: 1.950,- Euro pro Person



Online Teil 1: Wissensvermittlung

Die Inhalte werden über unsere Lernplattform bereit gestellt

Workshop:

Teil A – online 0,5 Tage

Auseinandersetzung mit den Inhalten, Wissensvertiefung

Teil B – Präsenz 1 Tag

Praxis, Korrekturen, Didaktik, Bewegungs- und Entspannungsformate anleiten lernen

Online Teil 2:

Vertiefung und Reflexion

Weiterführende Übungen und Erfahrungsaustausch