

Kursreihe

Gesundheit am Arbeitsplatz



Kursleiterin:

Kathrin Hofer, dipl. Ergotherapeutin HF

März 2020

www.comprendagir.ch

Tramstrasse 2, 5034 Suhr

Die Kurse finden ab 4 Teilnehmern statt,
kleinere Gruppen mit Preisanpassung möglich

Die Kurse bauen nicht aufeinander auf

Anmeldeschluss 1 Woche vorher

Einzelberatung möglich, Preis und Datum auf Anfrage

Datum/ Zeit	Thema	Preis
2.3.2020 13.30-14.45	Gesundheit am Arbeitsplatz: Förderfaktoren und Belastungen erkennen	30.-
2.3.2020 18.15-19.30	Gesundheit am Arbeitsplatz: Förderfaktoren und Belastungen erkennen	30.-
6.3.2020 18.00-19.30	Bequem sitzen ist individuell!	45.-
6.3.2020 13.00-14.30	Bequem sitzen ist individuell!	45.-
9.3.2020 18.00-19.30 30.3.2020 18.00-19.00	„Clever Lasten bewegen“ in Alltag und Beruf (Kurs in 2 Teilen)	75.-
9.3.2020 10.00-11.30 30.3.2020 10.00-11.00	„Clever Lasten bewegen“ in Alltag und Beruf (Kurs in 2 Teilen)	75.-
20.3.2020 18.00-19.00	Entlastungsmöglichkeiten bei stehender Arbeit	30.-
20.3.2020 19.15-20.15	Pausen im Arbeitsalltag als Energietankstellen nutzen	30.-
27.3.2020 18.45-19.45	Momente der Gelassenheit und Kreativität mit MANDALAS Workshop 1: „Analog“	30.-
27.3.2020 17.30-18.30	Momente der Gelassenheit und Kreativität mit MANDALAS Workshop 2: „digital“	30.-
27.3.2020 20.00-21.00	Momente der Gelassenheit und Kreativität mit MANDALAS Workshop 3: „Mit Materialien Legen“	30.-

Detaillierte Kursausschreibungen/ Anmeldung
unter <https://www.comprendajir.ch/Kurse-fuer-Laien/>
Mit Kulturlegi 50% Ermässigung auf den Kurspreis

