

A group of people are high-fiving on an outdoor basketball court. The central figure is a man with a beard and a grey tank top, smiling broadly with his arms raised. To his left, another man is also smiling and high-fiving. To his right, a man with a beard and tattoos is high-fiving. In the foreground on the right, the back of a woman's head and shoulder is visible. The background shows a chain-link fence and green foliage.

GESUNDHEITSTAG

DAS BETRIEBLICHE GESUNDHEITS- MANAGEMENT VON SWICA.

WEIL GESUNDHEIT
ALLES IST

SWICA



Gesundheitstag

Gesundheit erleben

Ein Gesundheitstag eignet sich als Initialveranstaltung, um das Gesundheitsmanagement im Unternehmen einzuführen oder als Anlass für Ihre Mitarbeitenden. Gerne stellen wir ein massgeschneidertes Angebot aus unserer Dienstleistungspalette zusammen. Bei einem Gesundheitstag, zum Beispiel im Rahmen eines Parcours, der in Ihrem Unternehmen durchgeführt wird, sind folgende Inhalte möglich:

- Gesundheits-Check (Analyse der Gesundheitswerte der Mitarbeitenden)
- Rücken-Check (Identifizierung der Ursachen für Rückenschmerzen)
- Biofeedback-Messung (Messung der Entspannungsfähigkeit)
- Referate (mentale Gesundheit, Ernährung und Bewegung)
- Workshops (z. B. Entspannungsübungen, Ergonomie, Bewegungsübungen)

Zielgruppe

- Alle Mitarbeitende

Zielsetzungen

Die Mitarbeitenden

- sind sensibilisiert fürs Thema Gesundheit
- kennen unterschiedliche Perspektiven der Gesundheit
- machen eine objektive Standortbestimmung und kennen ihre Risiken
- erhalten eine individuelle Beratung und Austausch mit Fachexperten

Inhalte

- Gemäss Ihren Bedürfnissen

Methodik

- Referate
- Workshop
- Diagnostik
- Beratungen
- usw.

Durchführung

- Experten gemäss Inhalten

Teilnehmerkreis

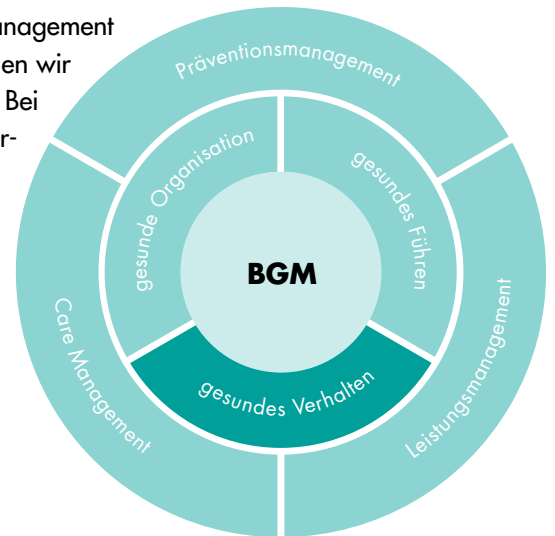
- Gemäss Ihren Bedürfnissen

Dauer

- Variiert je nach Angebot der gewünschten Dienstleistungen

Ort

- Im Unternehmen vor Ort oder nach Vereinbarung



SWICA Gesundheitsorganisation

Weil Gesundheit alles ist

Telefon 0800 80 90 80 (7x24h), swica.ch

