

Ziel des Trainingsprogramms ist es, die Mitarbeiter individuell in ihrem Gesundheitsverhalten am Arbeitsplatz zu schulen. Dies erfolgt neben praktischen Übungen über Sachinformationen rund ums Thema gesund und fit im Büro. Um die vorhandenen Ressourcen der Mitarbeiter optimal nutzen zu können, werden die Inhalte von den Teilnehmern mitbestimmt. Jedes Trainingsprogramm enthält gruppenspezifische Schwerpunkte, abgestimmt auf die Bedürfnisse der Mitarbeiter. Jeder Mitarbeiter erhält eine Informationsmappe in der die Inhalte (Übungen und besprochene Themen) in Kurzform zusammengefasst sind.

Kunde: Timken GmbH

Kooperation: BKK Gesundheit

Zeitraum: 2003-2004