



## **EIN WELLCON-ANGEBOT ZUR LEISTUNGSSTEIFERUNG DURCH GESUNDE ERNÄHRUNG: SEMINAR: DIE ERNÄHRUNG AM ARBEITSPLATZ**

Motivation geht durch den Magen! Mit einfachen, aber umso wirkungsvolleren Rezepten unterstützen die WellCon-Ernährungsexperten Unternehmen und deren Mitarbeiter bei der Umsetzung von gesunder Ernährung am Arbeitsplatz und tragen damit effektiv zum Wohlbefinden der Mitarbeiter und zum Erfolg des Unternehmens bei.

### **Das bringt gesunde Ernährung am Arbeitsplatz:**

- Nachhaltige Steigerung der Motivation sowie der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- Gesteigerte Produktivität aller Mitarbeiter
- Nachweisliche Reduktion von Krankenständen
- Wohlbefinden für die Mitarbeiter, Imagegewinn für das Unternehmen

### **Der Leistungsumfang des WellCon-Angebotes:**

- Zielführende Information, warum gesunde Ernährung am Arbeitsplatz so wichtig ist, wie sie funktioniert und welche Auswirkungen sie auf Leistungsfähigkeit und Stressresistenz hat bzw. wie ein Unternehmen dies unterstützen kann
- Beispiele für die „Gesunde Jause“ und die Umsetzung einer „Gesunden Betriebsküche“

### **Der Ablauf/die zielführenden Methoden:**

Umfassende Analyse der aktuellen Ernährungssituation:

- Alle Teilnehmer erhalten per Mail einen Fragebogen. Die Auswertung wird im Seminar präsentiert und kommentiert
- Darstellung der Versorgungsmöglichkeiten in unmittelbarer Nähe

Darauf aufbauend erfolgt eine persönliche Beratung im Zuge individueller Gespräche, Seminare, Vorträge und Workshops:

- Aufzeigen praxisbezogener Richtlinien
- Ausarbeitung einer dynamischen Unternehmensstrategie rund um Ernährung, Sport und Motivation

### **Wer von diesem WellCon-Angebot profitieren kann:**

Alle Mitarbeiter inklusive Management — bis zu 40 Teilnehmer pro Seminar

### **Der Zeitaufwand/die Dauer:**

Rund 90 Minuten pro Seminar, Termin individuell vereinbar

