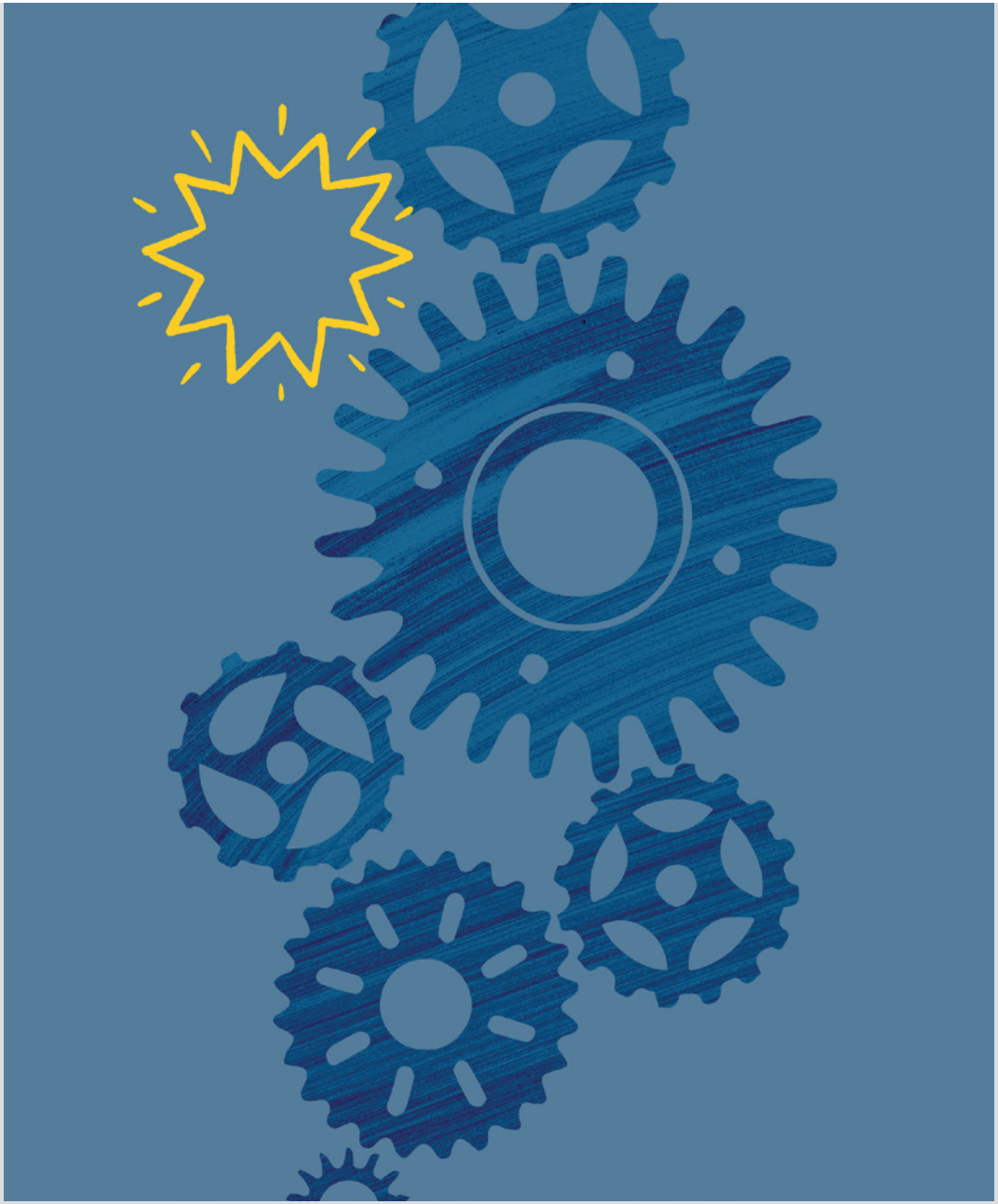
Fortbildungsangebot für Mitarbeitende

Gesund arbeiten durch Sinn

In einer Welt, in der sich viele von uns wesentlich über den Beruf identifizieren, suchen Menschen auch in der Arbeit Selbstverwirklichung und Lebenssinn. Eine sinnhafte Tätigkeit, Zufriedenheit und eine stabile Gesundheit hängen eng zusammen. Die eigenen Werte zu kennen und sich ihrer bewusst zu sein ist wichtig, um selbstbestimmt handeln und gute Entscheidungen treffen zu können.

Im Workshop lernen wir, Sinn bei der Arbeit neu zu betrachten und setzen uns damit auseinander, wie wir in Einklang mit unseren Werten entscheiden und handeln können.



Inhalte des Workshops
- eigene Werte erkennen und reflektieren
- Sinn bei der Arbeit neu entdecken
- Motivation und Selbstwirksamkeit stärken
- Selbstbestimmt handeln

Referentin
Nora Brack, Fachfrau Persönlichkeitsentwicklung, Erwachsenenbildnerin, Beraterin und Coach

Konditionen
- Dauer: in der Regel einen halben Tag oder gemäss Absprache
- Ort: je nach Wunsch vor Ort oder in unserem Schulungsraum in St.Gallen
- Teilnehmende: mindestens 8 Personen, maximale Belegung nach Absprache
- Kosten halbtägiger Workshop: pro Durchführung 1500 Franken (für Non-Profit-Organisationen 1200 Franken) inkl. MwSt., plus Reisespesen

Gerne sprechen wir Durchführungstermine, die Anzahl der Teilnehmenden sowie Anliegen Ihres Betriebes zum Inhalt und zur Programmgestaltung individuell mit Ihnen ab. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

ZEPRA, Fachstelle Betriebliche Gesundheitsförderung
Karin Seiler, Tel. 058 229 39 88, karin.seiler@sg.ch

Kanton St.Gallen
Amt für Gesundheitsvorsorge