



## Mitarbeitende und sich selber gesund führen

**Gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind die Voraussetzung für einen funktionierenden Betrieb. Mit der gezielten Förderung der Gesundheit ihrer Mitarbeitenden können Führungspersonen wesentlich dazu beitragen, dass hohe Anforderungen besser bewältigt werden und die Mitarbeitenden leistungsfähig bleiben. In dieser Fortbildung erhalten Sie einen praxisorientierten Überblick zu den Grundlagen betrieblicher Gesundheitsförderung.**

### Inhalte

- \_ Wechselwirkungen zwischen Gesundheit und Arbeit
- \_ Die richtige Balance zwischen Verausgabung und Gratifikation
- \_ Der gesundheitsgerechte Führungsstil

### Referentin

Annette Nitsche, Erwachsenenbildnerin, NDS Management für NPO, Coach, Personal- und Teamentwicklerin BSO

### Termine / Ort

Donnerstag, 28. November 2019, 08:30 – 12:00 Uhr  
ZEPRA, Unterstrasse 22, 9001 St.Gallen

### Kosten

CHF 200.–  
Mitarbeitende von Betrieben, die Mitglied beim Forum BGM Ostschweiz sind, profitieren von 30 % Rabatt. [www.bgm-ostschweiz.ch](http://www.bgm-ostschweiz.ch)

### Anerkennung

Die Schweizerische Gesellschaft für Arbeitssicherheit (SGAS) anerkennt diesen Workshop als eine Fortbildungseinheit.

### Zur Anmeldung

