

Gesundheitskompetenzabend: „Qualitätspausen mit brainLight“



© corbissrfancy – Fotolia.com

Tiefenentspannung im Massagesessel

Zunehmende Technisierung und Digitalisierung erleichtern unsere Arbeit und machen sie effektiver. Durch den Einsatz von moderner Technik und von Kommunikationsmitteln erhöht sich allerdings nicht nur die Effizienz, sondern auch die Geschwindigkeit in unserer Arbeitswelt. Die Belastungen für jeden Einzelnen steigen, umso wichtiger ist es regelmäßige, effektive, kurze Pausen einzulegen, in denen wir uns regenerieren können, um unsere Leistungsfähigkeit zu erhalten.

Im Gespräch mit dem Referenten erfahren Sie, wie Sie mit brainLight, der Entspannungstechnologie „Made in Germany“, aus Ihrer Arbeitspause eine Qualitätspause machen, um Ihre Konzentration und Leistungsfähigkeit zu erhalten.

Die Themen des Abends:

- Wie mache ich meine Arbeitspause zur Qualitätspause?
- Die eigene Gesundheit und Leistungsfähigkeit erhalten durch regelmäßige Tiefenentspannung mit brainLight!
- brainLight im betrieblichen Gesundheitsmanagement
- **Möglichkeit, die brainLight Entspannung selbst zu testen**

Ihr Referent



Anton Habl
**betrieblicher Präventions-
und Gesundheitsmanager**
zert. TÜV Süd
www.green-rooms.net

Veranstaltungsort

Dyckerhoff GmbH,
Infozentrum, kleiner Saal im EG
Biebricher Str. 69,
65203 Wiesbaden
*(Parkplätze auf dem Werksgelände
hinter der Schranke rechts)*



Online-Reservierung und Kontakt unter:

www.beratungspraxis-krug.de oder Tel. 0611/5853218
oder firmenservice@beratungspraxis-krug.de