

Angebote im Rahmen von BGF

Bewegung im Betrieb



MitarbeiterInnen bewegen MitarbeiterInnen (MbM)
ist eine effektive Pausengymnastik, die Ausgleichs-
übungen, insbesondere bei sitzender Tätigkeit, umfasst.
Die Ausbildung befähigt MitarbeiterInnen, dies im
eigenen Betrieb umzusetzen („MbM-Basis-Ausbildung“).

MbM-Follow up stellt eine Weiterbildungsmöglichkeit
für bereits zu MbM-MultiplikatorInnen ausgebildeten
Personen dar. Zentral ist der Erfahrungsaustausch (Praxis),
eine Erweiterung der Übungsauswahl sowie die Gestaltung
von Bewegungspausen. MbM-MultiplikatorInnen werden
für ihre weitere Arbeit im Betrieb motiviert.



Gestalten & Bewegen (G+B) stellt ein Verbesserungs-
programm für körperlich belastende Arbeitssituationen
dar, das über das gesetzlich vorgeschriebene Ausmaß
hinausgeht. Vor Ort (im Betrieb) werden gemeinsam unter
Einbeziehung der betroffenen MitarbeiterInnen Lösungs-
vorschläge erarbeitet.

Alle Seminare wurden in Kooperation mit dem Fonds
Gesundes Österreich/Gesundheit Österreich GmbH bzw.
Hauptverband der österreichischen SV-Träger entwickelt.
Sie werden von der Salzburger Gebietskrankenkasse ge-
fördert (Kostenbeteiligung/Details siehe jeweilige Folder).

Aktuelle Termine und Folder unter:
www.forumdienstgeber.sgkk.at/bewegungsangebote

Information:

Salzburger Gebietskrankenkasse
Abteilung Gesundheit/
Gesundheitsförderung
Engelbert-Weiß-Weg 10
5020 Salzburg

Dr. Evelyn Martinel
Tel: 0662 8889-1044, Fax DW -31042
E-Mail: evelyn.martinel@sgkk.at

Schriftliche Anmeldung:

Monika Krobath, Assistenz BGF
Tel: 0662 8889-1042, Fax DW -31042
E-Mail: monika.krobath@sgkk.at