

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 Verbesserungsprogramm für körperlich belastende Arbeitssituationen dar, das über das gesetzlich vorgeschriebene Ausmaß hinausgeht. Vor Ort (im Betrieb) werden gemeinsam unter Einbeziehung der betroffenen MitarbeiterInnen Lösungsvorschläge 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 gefördert (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 -31044
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